

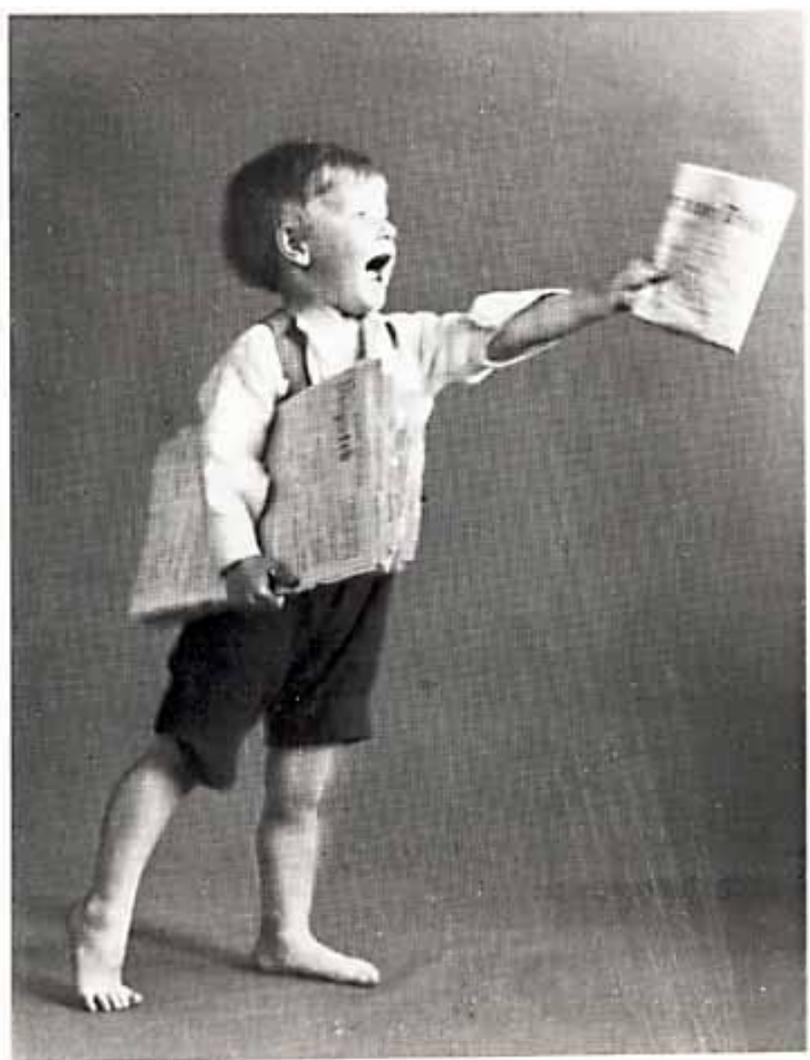
Rivista della Clinica Psichiatrica

Anno 10 numero 4

Sede S.C. Psichiatria - A.O.U. Maggiore della Carità

Padiglione G

C.so Mazzini 18 – 28100 Novara



E IL GIORNALE CONTINUA...

La Redazione

CALENDARIO DELL'AVVENTO

DIC2022

LUN

MAR

MER

GIO

VEN

SAB

DOM

01

02

03

04

05

06

07

08

09

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

2

CALENDARIO DELL'AVVENTO DELLA REDAZIONE

1° DICEMBRE 2022

Da dove trae ispirazione l'ultimo numero della nostra Rivista, vi chiederete? Dall'idea di farvi un dono per il vostro Natale, per sfogliare ogni pagina come se si aprissero le caselline del Calendario dell'Avvento, tanto amato dai bambini di tutto il mondo. Così, per ogni giorno, ogni membro del gruppo ha scelto una breve frase personale, una riflessione, le parole di un autore più o meno famoso, un disegno, un pensiero da donare ad ogni lettore. Per l'Immacolata (il giorno 8 dicembre), il giorno di Santa Lucia (il 13 dicembre), la Vigilia (il 24 dicembre), il Santo Natale (il 25 dicembre) sono stati scelti dei presenti più preziosi: quattro articoli dei membri della nostra Redazione, che quest'anno raggiunge i 10 membri!



Le origini del Calendario dell'Avvento risalgono alla fine dell'800, quando Gerhard Lang, un bambino tedesco di famiglia protestante, ogni giorno chiedeva con grande impazienza a sua madre quanti giorni mancassero all'arrivo del Natale. Fu così che un anno, stanca di sentire più volte al giorno la stessa domanda, la donna decise di preparare per lui i classici biscotti speziati caratteristici del periodo natalizio e di riporli in 24 piccoli sacchetti, in modo che il piccolo Gherard dal primo dicembre ne potesse aprire uno ogni giorno fino alla Vigilia di Natale.

Intorno ai primi del '900 lo stesso Gerhard, ormai adulto ed editore di professione, decise di portare avanti la tradizione della mamma

e realizzò il primo Calendario dell'Avvento in cartone decorato con disegni da colorare, a cui l'anno seguente vennero aggiunte le caratteristiche 24 finestrelle, da cui uscivano angioletti di carta o uccellini da ritagliare e conservare.

La tradizione del Calendario dell'Avvento riscosse subito un enorme successo e presto si diffuse dovunque, prima in Europa e poi in tutto il mondo, nella versione più vicina a quella attuale, con le finestrelle che nascondono un cioccolatino per ogni giorno a partire dal primo dicembre. Il primo esemplare realizzato in questa forma venne stampato nel 1920 nella stamperia Richold & Lang, di proprietà proprio di Gerhard Lang. E così da allora, grazie al Calendario dell'Avvento, a dicembre di ogni anno è possibile sapere con precisione quanti giorni mancano all'arrivo del Natale.

Origini protestanti ma ampia diffusione nel mondo

cristiano: è il paradosso delle origini del calendario dell'Avvento, sbarcato successivamente anche nel nostro Paese passando dal Nord Italia con la pasticceria Galli di Milano, che diffuse i primi esemplari in una forma particolare realizzata in stoffa.

Questa versione artigianale è stata portata avanti dai fratelli Federico e Filippo Galli fino al 2004.

Particolarmente popolari in Scandinavia, oggi i Calendari dell'Avvento vengono abbinati a programmi televisivi con lo scopo di divertire e di raccogliere soldi in beneficenza, mentre a Bolzano durante le edizioni dei famosi mercatini di Natale, è possibile vedere le finestre di un intero edificio trasformate in caselle del calendario. Solo negli Stati Uniti le caselle sono 12, poiché in America il conto alla rovescia dei giorni che mancano al Natale inizia il 12 dicembre.

La tradizione di scoprire ogni giorno cosa è nascosto dietro alla finestrella è un modo piacevole per aspettare l'arrivo del Natale, cedendo per un attimo ad un piccolo peccato di gola o di vanità.

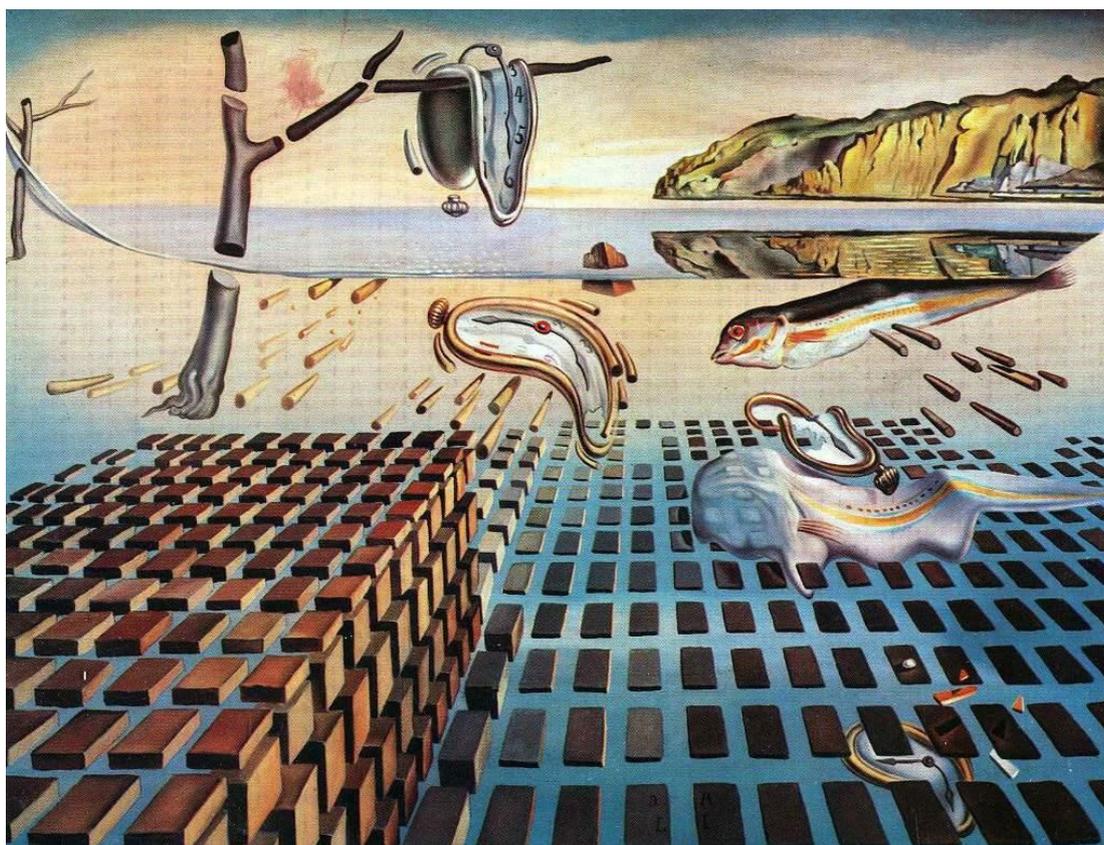
Così per realizzarne uno con le nostre mani abbiamo liberato la nostra fantasia. Ma soprattutto grazie a questo meraviglioso calendario speciale, che dura solo 24 giorni, abbiamo cercato di portare ad ognuno di voi ogni giorno una deliziosa sorpresa, che vi faccia sorridere il cuore!



**IL TEMPO NON
SISTEMA LE COSE, TE
LE FA CAPIRE.**

**A SISTEMARLE DEVI
PENSARCI TU.**

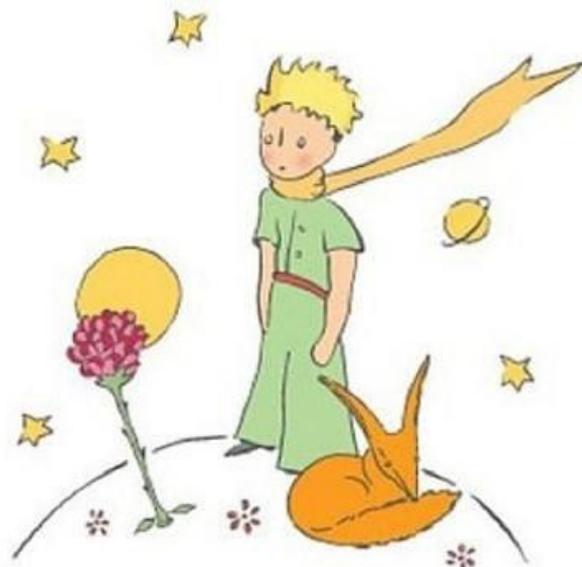
2° DICEMBRE 2022



**ECCO IL MIO
SEGRETO. E' MOLTO
SEMPLICE: NON SI
VEDE BENE CHE COL
CUORE. L'ESSENZIALE
È INVISIBILE AGLI
OCCHI.**

**ANTOINE DE SAINT-EXUPERY
(IL PICCOLO PRINCIPE)**

3° DICEMBRE 2022



**UR GUR BËHET MUR, MUR
MUR BËHET KALA.**

**MATTONE SU
MATTONE SI
COSTRUISCE UN
MURO, MURO DOPO
MURO SI COSTRUISCE
IL CASTELLO.**

4° DICEMBRE 2022



ROSSO DI SERA BEL TEMPO SI SPERA.

5° DICEMBRE 2022



9 GIUGNO 1996

**MI PRENDO PER
MANO
E MI IMMERGO
NEL PROFONDO DI ME
STESSA.**

ANNA

6° DICEMBRE 2022



**È NATALE DA OTTOBRE. LE
LUCETTE SI ACCENDONO
SEMPRE PRIMA, MENTRE LE
PERSONE SONO SEMPRE PIÙ
INTERMITTENTI. VORREI UN
DICEMBRE A LUCI SPENTE,
CON LE PERSONE ACCESE.**

CHARLES BUKOWSKI

7° DICEMBRE 2022



L'8 DICEMBRE A TAVOLA. GIUSEPPINA

8° DICEMBRE 2022

L'8 dicembre si festeggia in tutta Italia la festa dell'Immacolata, la ricorrenza che dà il via alle feste Natalizie. E infatti la stragrande maggioranza della popolazione prepara in questo giorno, come da tradizione, l'albero di Natale e chi anche il presepe.

I negozi si addobbano con lucine colorate, decorazioni e ornamenti. Anche il clima si fa più festoso e le città si accendono con le luminarie che ogni anno diventano sempre più belle e a volte ci scappa anche un "Woow".

Ma non dimentichiamo il vero significato di questa festa ispirata alla tradizione cristiana sulla vita di Maria, la mamma di Gesù.



L' 8 dicembre è la prima vera festa prima del Natale, Natale che ci suggerisce tante cose belle, come appunto il concetto di famiglia, stare insieme alle persone che amiamo, incontrarsi tutti insieme, dopo un periodo di corse per chi lavora e di scuola per i bambini e tutto quello che ci sta intorno e che rende la vita un po' frenetica.

È diffusa da nord a sud l'usanza di cucinare dei piatti tipici per questo giorno:

- antipasto: pettole
- antipasto con tartine
- primo piatto: lasagne o pasta al forno
- primo piatto di pesce: pasta con vongole
- secondo: baccalà
- secondo classico: arrosto con contorno di patate
- dolce: le sfincette dell'Immacolata

Non solo i bambini aspettano trepidanti questa festa che è l'inizio del periodo più bello dell'anno.

CADERE NON È UN FALLIMENTO IL FALLIMENTO È RIMANERE LÀ DOVE SI È CADUTI SOCRATE

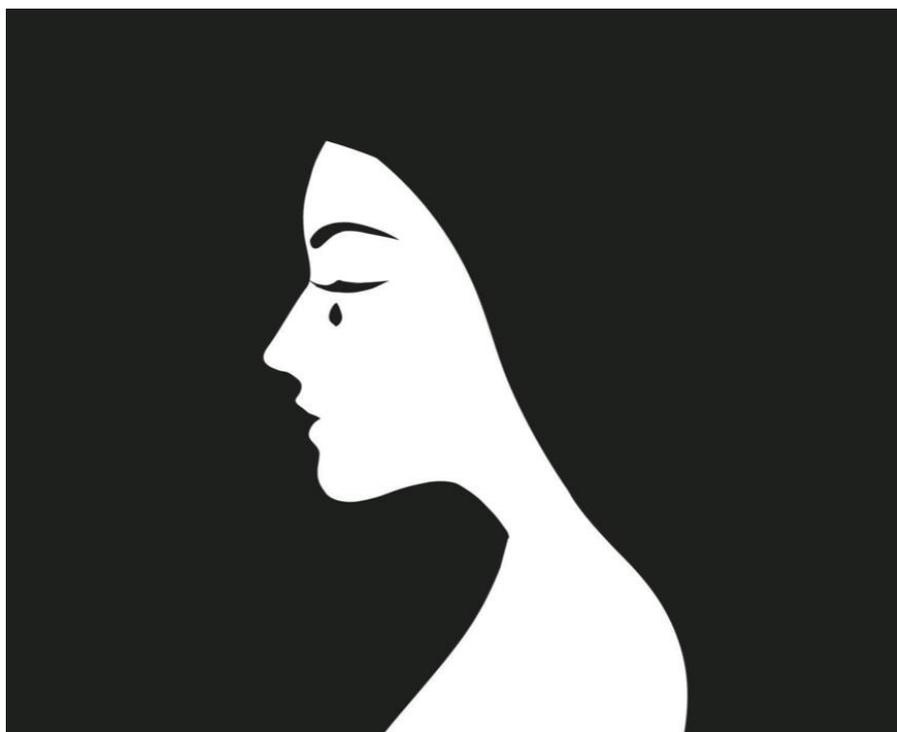
9° DICEMBRE 2022



14 LUGLIO 1996

**LE LACRIME NON
ESCONO PIÙ DAI MIEI
OCCHI
MA ALLAGANO IL MIO
CUORE
ANNA**

10° DICEMBRE 2022



PETTOLE: SALATE E DOLCI

11° DICEMBRE 2022



Le Pettole, conosciute anche come Pittule, sono delle morbide palline di pasta lievitata tipiche della cucina Pugliese diffuse anche in Basilicata e in Calabria. Vengono realizzate con un impasto semplice a base di farina, acqua, lievito successivamente fritte in olio

bollente. Questo impasto garantisce la realizzazione di pettole salate, ottime come antipasto, ma anche di pettole dolci, perfette come dessert! Come abbiamo visto, l'antica tradizione vuole che vengano preparate durante le festività natalizie, soprattutto per l'Immacolata, ma oggi si preparano un po' tutto l'anno!

Come ogni ricetta tradizionale esistono diverse varianti in base alla regione in cui vengono realizzate da Taranto a Matera. L'impasto si prepara in 3 minuti mescolando tutti gli ingredienti in ciotola; una volta lievitato, le palline vengono fritte al cucchiaio proprio come le Zeppole di pasta cresciuta napoletane. All'impasto si possono aggiungere olive nere e verdi oppure pezzetti di baccalà o acciughe; si possono anche lasciare senza ripieno per essere accompagnate, una volta cotte, dalla salsa di pomodoro. Per realizzare le pettole dolci, una volta fritte devono essere tuffate nello zucchero oppure nel miele. Ottime sia calde che fredde! Sono ottime per arricchire antipasti, aperitivi, ma anche per concludere un pasto con un dolcetto soffice!

INGREDIENTI

Quantità per circa 30 – 40 pezzi

Per l'impasto base

500 gr di farina 0

400 gr di acqua circa

10 gr di lievito di birra fresco

1 cucchiaino di olio extravergine

1 cucchiaino di sale

1 lt di olio per friggere

Per la versione salata (a piacere)

2 cucchiai di olive nere snocciolate

2 cucchiai di olive verdi snocciolate

Per la versione dolce

5 – 6 cucchiai di zucchero semolato

PROCEDIMENTO

Impasto base

Prima di tutto preparate l'impasto in una ciotola, mescolate la farina con il lievito fresco sciolto in 1 cucchiaino di acqua presa dal totale e il sale. Poi fate un buco al centro e aggiungete acqua e olio. Infine, mescolate con un cucchiaino o forchetta fino ad ottenere una pastella molle. Dividete quindi l'impasto a metà per avere le pettole salate e quelle dolci. Oppure potete scegliere di realizzarne un solo tipo aggiungendo quindi il doppio delle olive all'impasto base. Aggiungete le olive snocciolate e asciutte tagliate a pezzetti in una metà. Coprite con una pellicola. Infine, lasciate lievitare in luogo temperato circa 26 – 28 gradi (in forno spento con luce accesa) per circa 2 h fino a quando l'impasto non ha triplicato di volume. Infine, cuocete i vostri bocconcini in un pentolino a bordi alti colmo d'olio ben caldo.

Pettole dolci

Friggetele per prime; circa 3 – 4 pezzi alla volta. Prima di tutto servitevi di un cucchiaino con cui dovete prelevare un po' di pastella; fate scivolare con il dito il pezzetto di impasto dal cucchiaino all'olio bollente. Vedrete che si gonfieranno immediatamente, girate più volte e lasciate dorare per circa 1 minuto e mezzo/2. Infine, scolate pochi secondi e rotolate subito ancora calde nello zucchero semolato. Procedete in questo modo fino ad esaurimento impasto.

Pettole salate

Friggete in abbondante olio 3 – 4 pezzi per volta con lo stesso metodo indicato sopra per circa 2 minuti fino a doratura. Scolate su carta assorbente. Potete conservarle per 2 giorni perfettamente sigillate in una pellicola subito dopo il raffreddamento.

NON C'È NIENTE DI PIÙ TRISTE IN QUESTO MONDO CHE SVEGLIARSI LA MATTINA DI NATALE E NON ESSERE UN BAMBINO

ERMA BOMBECH

12° DICEMBRE 2022



TRA DUE MONDI.

ANNA

13° DICEMBRE 2022

È un noioso e uggioso inizio d'autunno, una di quelle giornate in cui si ha solo voglia di poltrire, quando decido di avventurarmi nella visione di un film. Poiché mi piacciono i film drammatici, non ho indugiato a scegliere: "Tra due mondi". Sì, già il titolo mi affascina, leggo la trama e mi dico: "È proprio ciò che cerco!".



Premetto che non è mia abitudine stare ferma davanti allo schermo per più di quindici o venti minuti; questo film, però, mi ha rapita: Juliet Binoche, nella parte di Marianne, è l'unica attrice professionista, gli altri attori, di cui molte donne, esercitano il mestiere di "donne delle pulizie". Marianne è una scrittrice affermata che decide di presentarsi all'ufficio di collocamento, senza dichiarare la sua identità, facendosi assumere sul traghetto della Manica come donna delle pulizie. Questa è l'occasione per Marianne di conoscere i ritmi massacranti di una attività estenuante e

umiliante, ma allo stesso tempo è motivo di incontro con la più alta e pura solidarietà femminile.

Mentre da un lato Marianne mente alle donne di cui sta scrivendo, per nascondere la sua identità, dall'altro quelle stesse donne rappresentano per lei molto di più che semplici casi di studio. Infatti si instaura un rapporto di amicizia profonda come quello tra lei e Christhele, che è una donna orgogliosa e testarda, madre single con tre figli a carico e un gran bisogno di lavorare. Christhele quando scopre che Marianne ha ingannato tutti – ma ha proprio ingannato tutti? – ne rimane amareggiata. Marianne ha raggiunto il suo scopo vendendo centinaia di copie del suo libro al quale lavorava, ma ha perso l'amica Christhele. La scena finale mi ha colto di sorpresa.

Juliet Binoche è l'unica attrice ad aver vinto l'oscar e il premio per la migliore interpretazione femminile a Venezia, Cannes e Berlino.

Emmanuel Carrère, il regista, fa una riflessione morale sulla posizione privilegiata dell'intellettuale nella società contemporanea e l'incomunicabilità tra l'élite culturale e il sottoproletariato. Il regista cura il film nei minimi dettagli. Il film è tratto dal libro inchiesta "Le Quai de Quistreham di Florence Aubenas" e anche in questo caso si tratta di un'autobiografia. Infatti, la stessa Aubenas si è fatta passare per una disoccupata alla ricerca di un impiego nella regione francese della Bassa Normandia per capire e poi testimoniare come si vive quando ogni giorno si deve trovare un modo per sbarcare il lunario. Come vive chi porta sulla pelle la "grande crisi economica, per sentire realmente il cuore pulsante di questa crisi". Lorence Aubenas decide quindi di mischiarsi agli ultimi.

Per quanto riguarda il film, credo siano due gli aspetti fondamentali da tenere in considerazione. Il primo è il rapporto tra Marianne e Christhele, un'amicizia tormentata, come si potrà vedere nelle battute finali del film, che però lascia un finale aperto, il quale fa

riferimento e appello alla nostra psiche, alla nostra immaginazione, alla nostra capacità di credere e sperare nell'amicizia che travalica ogni difficoltà.

Il secondo aspetto che risulta, a mio avviso, evidente, riguarda un tema fortemente attuale, di cui spesso si parla ma su cui spesso troppo poco si riflette: l'ipocrisia consumistica del nostro mondo contrapposta alle reali esigenze, necessità e possibilità dei singoli individui.

Spesso sentiamo questa parola: "consumismo". Nei dialoghi di tutti i giorni, ci capita di utilizzarla, di tratteggiarne le caratteristiche e i problemi di cui questa parola si fa carico, quasi come se fosse un problema distante da noi e che la cosa proprio non ci tocchi! Invero, il consumismo riguarda tutti noi, tutte le società moderne o che tali si definiscono, uno degli autentici e più insidiosi mali della nostra era. Esso si insidia nelle nostre menti e ci spinge al consumo, alla dipendenza di tutto ciò che è materiale e non essenziale.

Emmanuel Carrère ci sospinge lentamente ma costantemente ad una profonda analisi della nostra società, del nostro vivere e agire quotidiano, fin anche, con particolare attenzione, al macroscopico rapporto con l'altro, il diverso da sé. Certo, l'autore parigino analizza di fatto la società francese, rappresentandone in maniera superba pregi e difetti, ma credo che tali dinamiche si possano estendere a tutte quelle società moderne o presunte tali, di cui si parlava poco sopra.

Il film si discosta molto dal libro, risulta essere un po' più romanzato per volere dello stesso Carrère che ha cercato di creare un'opera meno realista, è vero, ma decisamente più empatica.

LA DECISIONE PIÙ CORAGGIOSA CHE PUOI PRENDERE OGNI GIORNO È QUELLA DI ESSERE DI BUON UMORE

VOLTAIRE

14° DICEMBRE 2022



27 NOVEMBRE 1998

**L'IO INVISIBILE MA
RUMOROSO
FANTASMA
NOTTURNO.**

ANNA

15° DICEMBRE 2022



VOLERSI BENE È UNA STORIA D'AMORE CHE DURA TUTTA LA VITA

OSCAR WILDE

16° DICEMBRE 2022



6 AGOSTO 2022
VORREI SCALARE MONTAGNE
ABBRACCIARE I MARI
NAVIGARE I FIUMI.
VORREI TOCCARE LE STELLE
BACIARE IL SOLE
ACCAREZZARE LA LUNA
MA...IMMERSA NELLA MIA
SOLITUDINE ASSAPORO LE
MIE LACRIME.

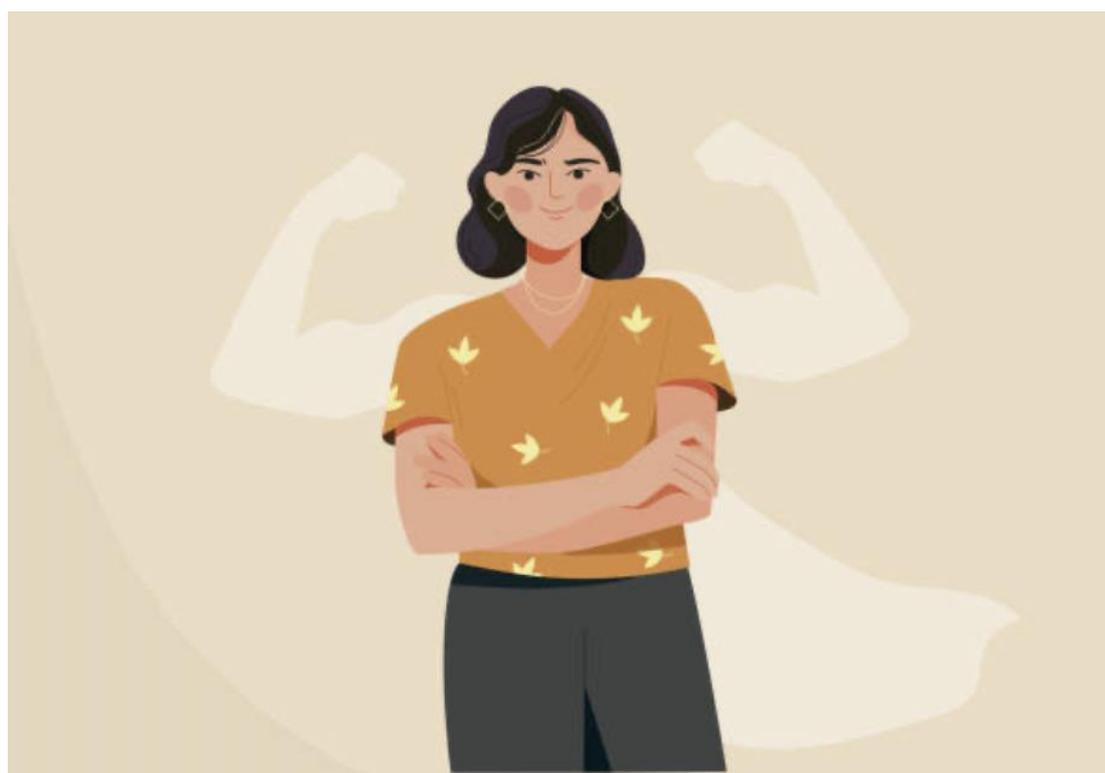
ANNA

17° DICEMBRE 2022



**SE TI DICONO CHE
SEI DIVERSO,
RISPONDI CHE SEI
UNA PREZIOSA
EDIZIONE LIMITATA.
ELIZABETH NYMAN LARSEN**

18° DICEMBRE 2022



2 MAGGIO 2004

**SONO UN
PRIGIONIERO LIBERO
CON LE ALI FERITE
DAI MOSTRI DELLA
VITA.**

ANNA

19° DICEMBRE 2022



BARZELLETTE SUL NATALE.

20° DICEMBRE 2022

QUEL MOMENTO IN CUI PENSI CHE
QUALCUNO TI ABBIA LASCIATO UNA
CIOCCOLATA CALDA IN CUCINA E
INVECE... È L'ACQUA DEI PIATTI DI IERI.

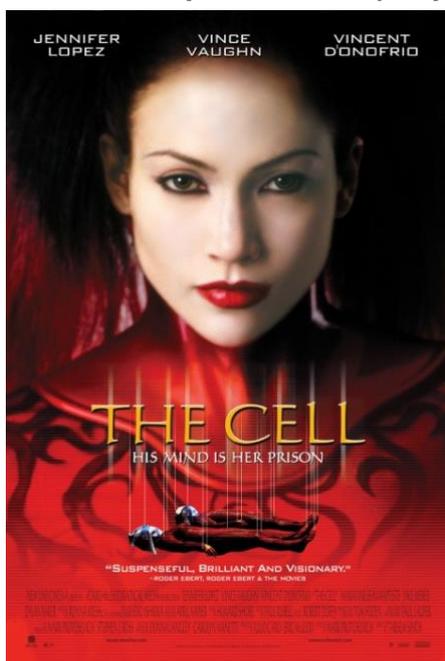


IL FILM. THE CELL: LA CELLULA.

ALESSANDRO

21° DICEMBRE 2022

Catherine (Jennifer Lopez) è un'assistente sociale che lavora in un centro specializzato, che dispone di una particolare tecnologia in grado di proiettare lei e i colleghi all'interno della mente dei pazienti.



Carl Stargher, è un maniaco che rapisce le proprie vittime, per poi farle annegare all'interno di una cellula (da cui il titolo) che si riempie di acqua, e una volta morte, utilizzarle come oggetti sessuali sadomaso.

Carl viene catturato dall'agente Novak (Vince Vaughn), ma cade in coma senza poter rivelare l'ubicazione della sua ultima vittima, la quale intrappolata in una cella-cellula rischia di annegare. Decidono allora di chiedere l'aiuto di Catherine, che dovrebbe entrare nella sua mente, e scoprire l'ubicazione della vittima.

L'assistente sociale decide di aiutare la polizia, ma l'impresa è molto delicata, come lei stessa si accorge entrando nella mente di Carl. Il soggetto ha "creato" un suo mondo, del quale è padrone; dentro di esso convivono la parte adulta (despota) e il Carl-bambino,

desideroso di attenzioni, ma picchiato e abusato dal padre che faceva parte di una setta religiosa.

Catherine riesce a guadagnarsi la fiducia del Carl-bambino, ma viene intrappolata dalla sua versione adulta. Novak capendo che qualcosa non va, entra anche lui, ma viene sopraffatto da Carl e da una versione "nera" di Catherine, trasformata in una dominatrice sessuale. Il poliziotto subisce varie torture, ma alla fine riesce a "risvegliare" Catherine, la quale libera entrambi e, con un'intuizione, identifica il luogo di prigionia della vittima che viene salvata.

Essendo preoccupata per il Carl bambino Catherine decide di far entrare il maniaco nella sua mente, nel "suo territorio" avviene uno scontro tra le due "entità" in cui l'assistente sociale ha la meglio e uccide il Carl adulto, ma ahimè, essendo collegati anche il Carl bambino. Questo è uno dei film che preferisco, ai tempi ricordo che rimasi particolarmente colpito sia dalla fotografia che dalla storia in sé. Credo che a distanza di tempo dopo 22 anni non mi avrebbe fatto più lo stesso effetto. Di certo non potrò vedere questo film la sera di Natale (perché i miei non me lo permetterebbero!!).

Regia: Tarsem Singh

Cast: Jennifer Lopez, Vince Vaughn, Vincent D'Onofrio

Genere: fantascienza, thriller 2000

Durata: 107 minuti

IL SENSO DEL NATALE

ANNA

22° DICEMBRE 2022

In questi giorni mi è capitato, non di rado, passeggiando per le vie di Novara, di vedere molti volti, molte persone intente a fare le compere per il Natale che si avvicina. Non posso non pensare, alla luce di quello che ho visto nel film, *Tra due mondi*, di come tali situazioni siano avulse da un solo contesto e si riferiscano ad ogni luogo.

Sono sicura che, tutti noi, almeno una volta, in maniera più o meno approfondita, abbiamo riflettuto su tematiche così importanti quanto, purtroppo, familiari e quotidiane. Proprio adesso, in questo preciso momento, ci stiamo dirigendo, a gran passo, verso le piene festività di Natale. Camminando per le vie di quasi ogni città, non possiamo non accorgerci del magnifico caleidoscopio di colori, l'euforia dei regali, gli addobbi, la ricerca dell'albero perfetto, e per chi, come me, è cresciuta a Napoli, il presepe. Quest'ultimo, delle volte, sembra addirittura che, nei suoi anfratti e stradine più profonde, possa prender vita.

Ricordo con meno piacere invece, ma sempre gradite, le visite dei parenti, i quali, alle volte, si facevano vedere solo per Natale, come zio Ugo e le sue domande a bruciapelo di matematica tra una nocciolina e l'altra.

Indubbiamente il Natale è un momento di forte aggregazione per grandi e piccini. Eppure, alla luce di quanto visto nel film, non posso

far a meno di chiedermi se questa esperienza così immersiva e totalizzante, oggi non stia diventando dannosa.

In famiglia, da tempi immemori, l'albero e il presepe si tiravano fuori dal loro letargo annuale e si addobbavano solo e soltanto l'otto dicembre. È raro oggi trovare persone che rispettino questa tradizione. Forse, ormai, il tempo delle tradizioni è tramontato.

Oggi è difficile non rimanere incantati dal potere attrattivo della pluralità dei colori, così come è facile vedere città che preparano i loro addobbi natalizi già nei primi giorni di ottobre. Neanche il tempo di ricordarsi di antiche tradizioni che trovano le loro fondamenta nella nostra lontana paganismi che è già tempo di dire "Auguri a te e famiglia!"

Alcuni studiosi sostengono che gli addobbi sparsi per casa, così come nelle città, possano rendere il clima familiare più felice e disteso. Il Natale avrebbe il potere di risvegliare i ricordi dolci e felici dell'infanzia.

Non credo sia così, almeno non sempre.

Oggi, ciò che per la me bambina era una festa e una gioia di quelle che ti fanno brillare gli occhi, adesso è solo mercificazione, a volte amarezza, dispiacere e delusioni. Non di rado si sente chiedere a "Babbo Natale" un dono per il quale un qualsiasi genitore dovrà lavorare una, due o tre volte in più per realizzarlo, per renderlo tangibile.

È forse questo, oggi, il senso del Natale?

Questa festività celebrata in tutto il mondo laico e religioso culmina nella mercificazione di ogni oggetto possibile e immaginabile. È forse questa la nuova misura dei sentimenti?



Spero, allo stesso tempo voglio crederci, che le nuove generazioni ripensino il Natale come un momento di aggregazione felice, da passare in famiglia e con chi si ama, anche se per me il Natale ha perso di significato da oltre quarant'anni, eppure ricordo come fosse ieri, le tante ore passate a giocare a "Mamma e figlia" con Rosanna, Amelia e Miriam, detta Mimì, nel cortile, per le scale, ovunque la fantasia ci sospingesse.

Spero che quell'aura che abitava i miei sogni da bambina possa resistere nelle coscienze di molti, affinché sappiano che il Natale non è solo la ricerca di uno o più doni, ma di uno spirito natalizio di cui troppo a lungo ci dimentichiamo, ma grazie al quale per me le lunghe notti d'inverno s'alimentavano di mistero, stupore e magia al tepore di una piccola stufa.

**"NATALE VIENE UNA
VOLTA ALL'ANNO; CHI
NON NE APPROFITTA,
TUTTO VA A SUO
DANNO"**

DETTO POPOLARE.

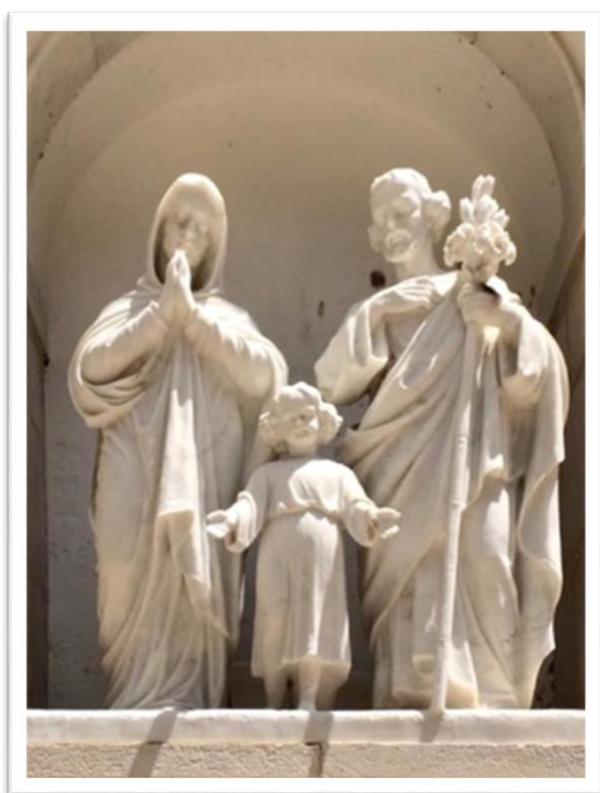
23° DICEMBRE 2022



VIAGGIO IN TERRA SANTA

RICCARDO

24° DICEMBRE 2022



Le vacanze di Natale sono ormai alle porte e anche se tutti siamo indaffarati nell'acquisto dei regali e nei preparativi per imbandire al meglio le nostre tavole, non dobbiamo dimenticare che questa festività è legata alla nascita di Gesù.

Durante i miei viaggi ho avuto la fortuna di visitare la Terra Santa con le città dove è nato, cresciuto e dove ha avuto inizio la storia della religione Cristiana.

La cittadina di **Nazareth**, situata nel nord di Israele nella regione della **Bassa Galilea** è famosa per essere la città dove vivevano **Maria** e **Giuseppe**, dove avvenne l'annunciazione da parte dell'arcangelo **Gabriele** a **Maria** e dove **Gesù** è vissuto e cresciuto. **Nazareth**, ancora oggi è una città unica al mondo per via del fatto che raccoglie in sé tutte e tre le religioni monoteiste presenti qui. Il suo patrimonio storico e culturale infatti è **Cristiano**, la popolazione è a maggioranza musulmana e la sua ubicazione è nello stato ebraico.

Inutile negare che la maggior parte dei turisti che si recano qui sono in realtà pellegrini che vogliono visitare i luoghi, rivivere i fatti, toccare con mano e respirare l'atmosfera dei luoghi descritti nella **Bibbia**, dove la **Sacra Famiglia** visse e dove **Gesù** trascorse diversi anni della sua vita sulla terra.

Tra i luoghi sicuramente simbolo a **Nazareth** vi voglio segnalare la Basilica dell'annunciazione, dove al suo interno si può vedere quel che resta della casa di Maria. Nei pressi poi della Basilica si può vedere dove si trovava la bottega di San Giuseppe e poco distante troverete anche la Chiesa di San Giuseppe con la Fontana della Vergine, oltre alla bella Basilica di Gesù adolescente.



Gesù però, non è nato in questo luogo ma a Betlemme, città situata circa 150 km più a sud, nei pressi di Gerusalemme perché, in quel periodo, Cesare Augusto ordinò che si facesse il censimento di tutto l'Impero. Giuseppe, essendo un uomo della famiglia di Davide, dovette recarsi insieme alla sua sposa proprio nella città di Davide che era Betlemme per farsi censire. Fu proprio in quei giorni che Maria diede alla luce Gesù all'interno della grotta con gli animali perché non trovarono nessun altro alloggio.

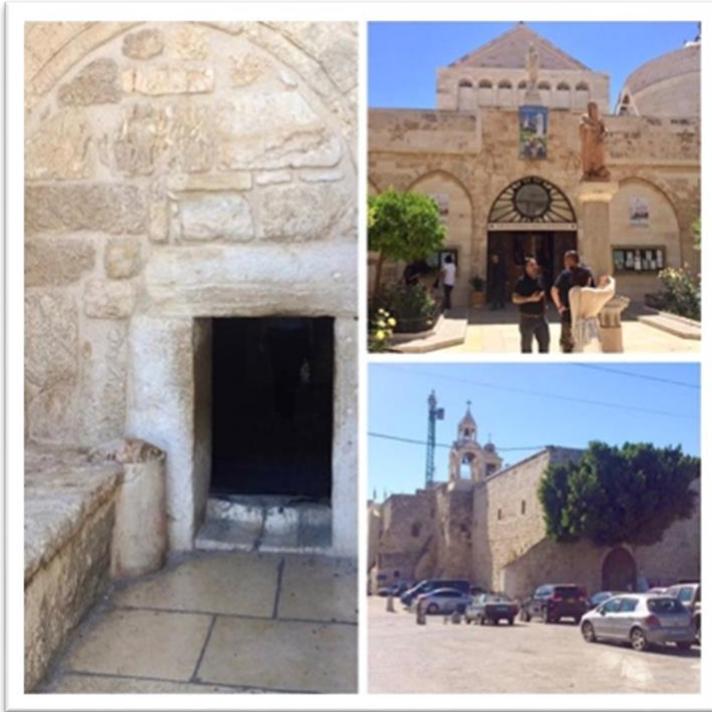


Chi arriva oggi in questa cittadina di circa 28 mila abitanti, trova la Basilica della Natività che è stata costruita sopra al luogo dove un tempo si trovava la grotta e che ora è visibile nella

sua cripta. Qui si trova il punto esatto dove vi era la mangiatoia che fu la culla di Gesù. Una particolarità di questa basilica è che per entrare bisogna obbligatoriamente inchinarsi perché l'unico accesso è alto solo 1 metro e 20 cm.

Sempre a Betlemme è quasi obbligatorio visitare la Cappella della Grotta del Latte dove, secondo la tradizione, Maria si fermò per allattare Gesù mentre la Sacra Famiglia si allontanava dalla città per sfuggire alla Strage degli innocenti e ai soldati di Erode che volevano uccidere il bambino. Ancora oggi e da secoli, le donne della zona,





ebree, cristiane e musulmane nutrono una grande devozione per questa grotta dove invocano la Vergine Maria per ottenere abbondante latte per i loro figli.

Prima di lasciare Betlemme poi, restando nei pressi della Basilica della natività, si possono visitare le botteghe e i

laboratori dei falegnami che lavorano il famoso Ulivo della Terra Santa. In modo assolutamente artigianale realizzano rosari, crocifissi, statue e tantissimi altri oggetti in legno apprezzati e amati dai turisti e che, contrariamente a quanto si possa pensare, hanno prezzi molto contenuti.

Sono davvero tanti i luoghi che, da queste parti, meritano una visita perché questa è la culla della nostra tradizione religiosa dove Gesù è nato, ha professato e dove ha passato l'intera vita. Il Natale è un momento di riflessione, di condivisione, di serenità e di buoni propositi per il futuro dove un anno finisce e un altro è già pronto a iniziare.

Sperando che tutti possiate un giorno visitare la Terra Santa e questi fantastici luoghi vi auguro Buone Feste e soprattutto Buon Natale.

AUGURI DI NATALE.

25° DICEMBRE 2022



N. 4 anno 10 del 20 dicembre 2022
Rivista online sul sito www.maggioreosp.novara.it

