

# MISSIONE SALUTE

BIMESTRALE  
DI CULTURA  
E INFORMAZIONE  
SUL MONDO  
DELLA SANITÀ

ANNO XXXII - N. 2  
MARZO  
APRILE 2019  
Poste Italiane s.p.a.  
Sped. in Abb. Post.  
D.L. 353/2003 (conv.  
in L. 27/02/2004 n. 46)  
Art. 1, comma 1,  
CDM Bergamo.

 **resi  
mittente**  
BERGAMO CDM



Mangiare bene  
per combattere le malattie

# QUALE ALIMENTAZIONE?

mente dalle abitudini, dalla pigrizia o dal conformismo. L'anima, al di là del credo religioso, è quel qualcosa in più che ci permette di vivere la vita nel migliore dei modi, di essere pienamente consapevoli di noi stessi. E poi c'è il corpo, che molti mettono al centro di tutto, ma se una struttura si regge su tre pilastri, e due vengono a mancare, che cosa succede? Il corpo va certamente curato e valorizzato, è la parte visibile di noi, ma deve rispecchiare un benessere più completo.

**Papa Francesco**  
**LA FORZA DELLA VOCAZIONE**  
Conversazione con Fernando Prado

EDB, Bologna 2018, pp. 120, € 9,50

«Penso a quei preti, a quelle suore, a quei fratelli che lavorano nelle periferie o nel centro delle città. A quelle persone consacrate che non hanno pretese, che non fanno



rumore, ma che lavorano senza preoccuparsi. A coloro che fanno la teologia della vita consacrata vivendola, pregandola. Sono persone che hanno un'umiltà essenziale: sono lavoratori e prendono molto seriamente la loro vita di consacrazione nell'insegnamento, nelle parrocchie, negli ospedali, nelle missioni, ovunque si trovino lavorando al servizio degli altri. Sono davvero persone che danno tutto a piene mani».

In un dialogo di quasi quattro ore con un religioso cla-

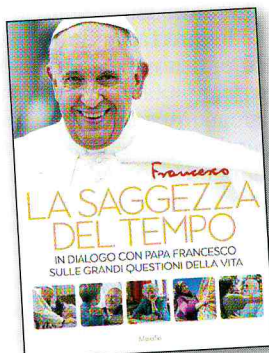
rettiano, papa Francesco affronta il grande tema della vita consacrata, che nel tempo presente si trova ad affrontare grandi sfide mentre le forze scarseggiano. Come ripensare la formazione, rivitalizzare il carisma ed evitare l'ipocrisia nella vita comunitaria? Come vincere i vizi del clericalismo e della mondanità? Come essere fedeli al compito della missione?

Un'analisi a tutto campo, non reticente di fronte ai temi spinosi, che guarda con fiducia al domani della vita consacrata. «È evidente che occorre fare un discernimento del presente, ma dobbiamo osare frequentare il futuro, senza perdere la nostra memoria».

**Papa Francesco**  
**LA SAGGEZZA DEL TEMPO**  
In dialogo con Papa Francesco sulle grandi questioni della vita

Marsilio, Venezia 2018, pp. 176, € 22,00

Fin dal primo giorno Francesco si è mostrato come il papa del dialogo, dell'incontro fisico con le persone. Dal dialogo scaturisce oggi una forma nuova di saggezza che vuole lanciare con forza un messaggio di speranza indirizzato non soltanto agli adulti già avviati verso la maturità, ma soprattutto ai giovani, che possono trarre un sostegno nel cammino della crescita e fiducia nell'avvenire, ai genitori, chiamati a guidarli nella ricerca della loro strada, e a coloro che non credono ma sono aperti a tutte le chiavi di lettura che possano arricchire la comprensione dell'esistenza.

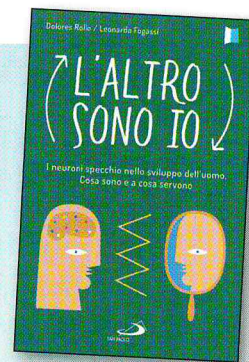


**Dolores Rollo e Leonardo Fogassi**  
**L'ALTRO SONO IO**  
I neuroni specchio nello sviluppo dell'uomo. Cosa sono e a cosa servono

Edizioni San Paolo, Cinisello Balsamo 2018, pp. 176, € 16,00

Siamo convinti che la scoperta dei neuroni specchio abbia portato aria nuova nella psicologia. Crediamo, inoltre, che non debba restare confinata nei laboratori degli scienziati, ma camminare nel mondo. In quello di chi lavora per migliorarlo e in quello delle persone comuni, che da questa scoperta possono trarre ispirazione e speranza. Ispirazione per moltiplicare le occasioni di riflessione sull'uomo; speranza che non si è mai soli, perché l'altro è stato messo dalla biologia nel cervello di ognuno di noi.

Questo libro si apre con la descrizione delle caratteristiche strutturali e funzionali del cervello e dei neuroni, per poi ripercorrere le tappe della scoperta dei neuroni specchio, fino a spiegarne le implicazioni per capire diversi aspetti dell'intersoggettività e della cognizione sociale, come l'imitazione, l'empatia e la comprensione delle intenzioni degli altri.



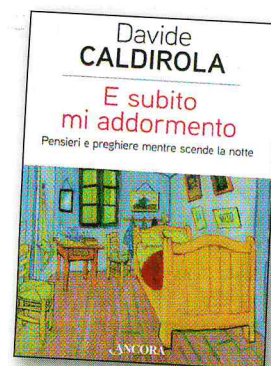
Consapevole che la condivisione è alla base del nostro vivere nel mondo e con gli altri, Papa Francesco torna ad attingere alle esperienze concrete, questa volta di nonni e genitori, che hanno conosciuto la gioia e le difficoltà, la perdita e il cambiamento, e risponde alle loro considerazioni sui grandi temi dell'umanità: l'esperienza della guerra, l'intensità e il significato della preghiera nella vita, il senso che gli errori assumono nel corso di un'intera esistenza, il bisogno degli altri che si intensifica con l'età.

Il libro parte dalle domande che la vita ci pone, e che non avremmo il coraggio di fare ad altri se non al papa, per comporre un viaggio attraverso i timori e le speranze delle persone, riletta alla luce del confronto con Francesco.

**Davide Caldirola**  
**E SUBITO MI ADDORMENTO**  
Pensieri e preghiere mentre scende la notte

Áncora, Milano 2018, pp. 176, € 16,00

A molti capita di trascinare la sera disperdendosi in mille cose. Ci si sente in dovere di spremere dagli ultimi istanti della giornata un succo che



non c'è più, di chiedere una proroga senza senso a un tempo che domanda solo di essere chiuso. Oppure si crolla di schianto dalla stanchezza, senza quasi rendersene conto, senza trovare pace, stretti da una morsa che comprime i pensieri e non lascia spazio ai bei sogni.

Il credente saluta il giorno che muore, e lo fa nella preghiera. Al di là della debolezza e della fretta che lo consumano, avverte la necessità di un buon finale, che superi la fatica di dire addio al giorno, alle persone e alle cose.

Il libro offre un commento ai Salmi che si recitano alla fine di ogni giornata e che aiutano a chiuderla con garbo, deponendola con fede nelle mani di Dio e invocando il dono prezioso di un'alba nuova.