



Resurrezione di Gesù – Icona russa

Non dobbiamo aspettare che la morte di una persona cara, o una malattia terminale ci costringano finalmente a considerare la nostra vita. E neppure siamo condannati ad affrontare la morte a mani vuote, andando incontro all'ignoto. Possiamo cominciare qui ed ora a trovare un significato nella nostra vita. Possiamo trasformare ogni momento in una occasione per cambiare e per prepararci, con sincerità, accuratezza e pace mentale, alla morte e all'eternità"

Da **Riflessioni Quotidiane** di Sogyal Rinpoche – Astrolabio Editore

Sommario

MISCELLANEA

- **[Io, Welby e la morte](#)** di Carlo Maria Martini

Con la festa dell'Epifania 2007 sono entrato nel ventisettesimo anno di episcopato e sto per entrare, a Dio piacendo, anche nell'ottantesimo anno di età. Pur essendo vissuto in un periodo

- **[Testamento per la vita](#)** colloquio di Ignazio Marino con Carl Coleman

Marino: "Professore Coleman, l'Italia soffre per un ritardo legislativo in materia di dichiarazioni di volontà anticipate nei trattamenti sanitari. Quando una persona si trova in coma o in stato

- **[La vita di un uomo attraverso i suoi sogni](#)** intervista di Roberta Piliego

- Cosa significa "nascere per compiere un sogno"?

A volte, come da un balcone, ho osservato le persone vivere la vita. Alcuni sono scontenti della

- **[Le quattro leggi del successo](#)** di Ezio Ceriana

Respira profondamente e rilassati, porta la tua attenzione all'interno della tua mente e ascolta la pace, la calma e il silenzio che si diffondono nella tua mente e nel tuo corpo.

- **[I miei primi sessant'anni](#)** colloquio di Paola E. Cicerone con Erica Jong

Cosa vuol dire invecchiare, per una scrittrice che trent'anni fa è stata il simbolo della trasgressione e di un modo nuovo e più libero di vivere la sessualità? Inevitabile affrontare

- **[Dio e il male necessario](#)** risponde Umberto Galimberti

Gradirei molto che lei si esprimesse in merito alle considerazioni che le sottopongo, scritte per un lavoro letterario che tratta del rapporto tra un insegnante e gli studenti su alcune vicende

- **[I paradossi](#)** di Gorge Carlin

Il paradosso del nostro tempo nella storia è che: abbiamo edifici sempre più alti, ma moralità più basse, autostrade sempre più larghe, ma orizzonti più ristretti.

- **[La fiaba per spiegare la vita](#)** di Maria Teresa De Dettori

Le fiabe, soprattutto quelle popolari, sono oggetto culturale ed artistico, e quindi dotato di creatività.

- **[Siamo tutti ospiti](#)** di Enzo Bianchi

"L'ospite è come un fratello per l'uomo che abbia anche solo un poco di senno", ricorda l'Odissea, e Platone nelle sue Leggi ammonisce: "Ogni mancanza verso l'ospite straniero, in

- **Segnalibri. Perché leggerli:**

L'anno del pensiero magico di Jian Didon – **Nella mente degli animali** di Danilo Mainardi

– **La figlia oscura** di Elena Ferrante

CURA DELLA SALUTE

- **[Lourdes, dove la disperazione diventa speranza](#)**

Questo viaggio, che l'Ospedale S. Luigi di Orbassano Torino sta promuovendo fra i pazienti oncologici, è organizzato dalla Sezione Piemontese dell'UNITALSI (Unione Nazionale Italiana

- **[Rimedi floreali e alimenti nei disturbi dell'umore](#)** di S. Floreali e D. Pavanello

Cibo ed essenze floreali sono due utili alleati quando l'equilibrio psico-fisico è diventato precario. Gli alimenti, tanto quanto i fiori, sono un aiuto semplice che ci viene offerto dalla

- **[I vantaggi delle cure "dolci"](#)** Approssimandosi la stagione delle allergie primaverili, si tende anche a mettere mano ad antistaminici, cortisonici e beta-stimolanti, un passaggio sicuramente obbligato nei casi più

- **[Le dieci terapie più promettenti sviluppate nel 2006](#)**

La ricerca ci propone di giorno in giorno nuove scoperte nel campo della biologia promettendo ricadute terapeutiche. Il percorso per passare dalla ricerca alla clinica è lungo, ma è

- **[Un'alimentazione biologica per bambini più sani](#)** di Danilo Manuel Bottura

L'educazione dei figli dovrebbe comprendere una corretta alimentazione, poiché nei primi anni di vita si pongono le basi biologiche per divenire adulti. Oltre ad una corretta educazione

- **[La salute si vede dal latte](#)** di Liliana Cori

Ambiente e salute sono sempre più spesso affrontate in modo integrato: le conseguenze di misure di limitazione del traffico nelle città, di emissioni di inquinanti, il divieto di alcuni

- **[Mora e lampone, frutti anti-età](#)** di Rosanna Dassisi

Frutti piccoli ma preziosi. More e lamponi, i più importanti frutti coltivati del genere 'Rubus', sono tra le migliori fonti alimentari di una particolare classe di antiossidanti naturali, gli

- **[Sinfonia di cure](#)** di Susanna Jacona Salafia

"Neuromusic", ovvero le scienze musicali e la neurologia. Un dialogo aperto tra musicologi e neuroscienziati, per capire come l'ascolto (ma anche lo studio) della Musica ha effetti sul

- **[Come la nicotina altera il cervello](#)**

Per la prima volta un gruppo di ricercatori dell'Università di Bonn, in Germania, è riuscito a realizzare uno studio di *imaging* cerebrale che correla metaboliti cerebrali e dipendenza da

- **[Nanoparticelle all'origine dei calcoli renali?](#)**

I calcoli renali sono associati a un patologico processo di calcificazione, le cui cause non sono ancora del tutto note. Ora un gruppo di ricercatori della Mayo Clinic a Rochester ha identificato

- **[Staminali nel liquido amniotico](#)**

Menti italiane, strutture di ricerca americane, questo il connubio che ha consentito di giungere a una importantissima scoperta nel campo della ricerca sulle cellule staminali. E' possibile

I LUOGHI DELLA MEMORIA

- **Un angelo custode di nome Max** di Daniela Manzini Kuschnig

Accade una volta che si trovarono a corto di angeli custodi lassù tra le nuvole azzurre. Il problema era grave perché ad ognuno quando nasce, spetta di diritto un angelo custode.

CINQUE PER MILLE = SOLIDARIETA'

Destinare il 5 per mille all'Associazione ANAPACA Onlus è facilissimo

Vale per tutti i modelli: CUD – 730 – UNICO Persone Fisiche

Nella Sezione relativa alla destinazione del cinque per mille basta:

- 1) **Mettere la propria firma** nel primo riquadro corrispondente al "Sostegno del volontariato e delle altre organizzazioni non lucrative di utilità sociale, delle Associazioni di promozione sociale, delle Associazioni e Fondazioni"
- 2) **Inserire il Codice Fiscale dell'Associazione**



Associazione Nazionale Assistenza Psicologica Ammalati Cancro

C.F. 97502170018

Non aspettare il prossimo tsunami

Siamo portati a sentirci generosi di fronte alle grandi catastrofi naturali che coinvolgono il destino di migliaia di persone. Ma possiamo fare del bene in ogni momento, anche quando andiamo a fare la spesa quotidiana. E Dio sa quanto ce n'è bisogno!

Puoi comprare anche un solo prodotto di quelli elencati sotto e consegnarlo in Segreteria Anapaca (previa telefonata passiamo noi a prenderlo, se sei in Torino città). Noi sapremo darlo a chi ne ha veramente bisogno. Sono i Volontari Anapaca che operano all'Amedeo di Savoia che, di volta in volta, valuteranno il reale stato di necessità dell'assistito.

All'Amedeo di Savoia sono ricoverati, per malattie infettive, drogati, prostitute, carcerati, stranieri economicamente disagiati, che spesso non hanno nemmeno il cambio delle mutande e affidano la loro sopravvivenza alla generosità del prossimo.

Nessuno di loro ti dirà mai grazie, ma puoi essere certo di contribuire a sollevare un po' di sofferenza a chi nella sofferenza ci passa la vita, e spesso gli ultimi momenti sono i peggiori.

Se queste poche righe ti muovono ad agire, ti ringraziamo, anche per loro, per la tua generosità.

La Segreteria

Prodotti di cui abbiamo sempre bisogno:

Per l'igiene personale:

sapone, dentifricio, shampoo, bagnoschiuma, spazzolini, rasoi usa e getta, borotalco.

Biancheria:

slip maschili/femminili taglie III, IV, V - magliette (T-shirt) taglie III, IV, V - pigiama taglie III, IV, V - tute taglie III, IV, V - calze(bianche) - ciabatte da 37/38 a 40/42/44.

Aiutaci a crescere!

Se pensi che queste tematiche possano interessare, per cultura, professione o sensibilità civile, qualche tuo amico o conoscente, non esitare, giragli questa e-mail. Grazie.

Questa e-mail è inviata, oltre che agli iscritti al Registro Soci dell'Anapaca, anche ad alcuni recapiti non regolarmente iscritti. Il tuo indirizzo e-mail potrebbe essere stato fornito da amici comuni. Se questa comunicazione ti disturba o non vuoi più riceverla puoi cancellarti dalla nostra mailing-list, con le nostre scuse, inviandoci una semplice e-mail all'indirizzo: iscrizioni@anapaca.it

I dati forniti sono trattati, ai sensi dell'art. 13 del D. L. 196/2003, dalla nostra Segreteria che procede al trattamento nel rispetto della normativa in materia di tutela della privacy. Gli indirizzi presenti nei nostri archivi sono utilizzati solo per l'invio di materiale riguardante la nostra attività.