Scout d'Europa

2013

FSE

Carnet*di*Marcia

PER SCOLTE E ROVER

Preghiera

sale*in*zucca
Intervista: Badessa da record
- **pag.6**

cadendo*da*cavallo...
Una relazione che è vita!
- **pag.10**

custodi*della*terra
Nuova Evangelizzazione e... cibi scaduti!
- **pag.22**

dietro*le*quinte
Diamo i Numeri del Campo Nazionale
- **pag. 30**

Rivista mensile, Maggio 2013 - n° 7, anno 38 • **Autorizzazione del Tribunale di Roma** n. 17404 del 29.09.1978 • **ISSN** : 127-0667 • **Poste Italiane S.p.A.** spedizione in abbonamento postale: D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n.46) art. 1, comma 1, Aut. GIPA/C/AN/29/2012

sommario

inchiesta

parole *all'***immagine**
Giovanni Paolo II _____ 3
editoriale
Nel tempo della preghiera _____ 4
sale*in***zucca**
Intervista a: Maria Rosaria Saccol _____ 6
Don Tarcisio Beltrame Quattrocchi _____ 8

capitolo

cadendo*da***cavallo... infuocando***il***mondo**
Una relazione che è vita! _____ 10
treppiedi*una***proposta**
Quante volte... _____ 12

impresa

aperta*mente*
Il ritmo della vita _____ 14
vita*da***scolta / vita***da***rover**
Il Centro Giovanile _____ 16
guida*la tua***canoa**
ASCOLTA LA PREGHIERA _____ 17
vita*da***scolta / vita***da***rover**
"Chiamati perchè Amati" _____ 19

rubriche

custodi*della***terra**
Nuova Evangelizzazione e... cibi scaduti! _____ 22
scienza*dei* **boschi**
Siete già in cammino per il prossimo Campo Mobile? _____ 26
tweet*di***marcia**
Carnet di Marcia su Twitter _____ 28
dietro*le***quinte**
Diamo i numeri... del Campo Nazionale _____ 30

piano*redazionale*
2013 - 2015 _____ 31

l'altra*copertina*
Riflettendo sulla Preghiera _____ 32

Chiuso in Redazione MAGGIO 2013

Scout d'Europa FSE

Rivista mensile dell'Associazione Italiana Guide e Scouts d'Europa
Cattolici della Federazione dello Scautismo Europeo
Anno 38 • n° 7, Maggio 2013 - Carnet di Marcia per Scolte e Rover

Direttore Responsabile
Giuseppe Losurdo

Direttori
Aline Cantono di Ceva
Gipo Montesanto

La redazione di Carnet*di*Marcia

Coordinamento redazionale
Monica D'Atti e Giacomo Giovanelli

RESPONSABILI RUBRICHE

PAROLE ALL'IMMAGINE	Micaela Moro e Salvatore La Lia
APERTAMENTE	Massimo Pirola
CADENDO DA CAVALLO...	Frate Andrea Cova
	Don Claudio Barboni
SALE IN ZUCCA	Bianca Marinelli
	Nicoletta De Faveri
	Francesco Barbariol
VITA DA SCOLTA/ROVER	Elena Bratti, Elisa David
	Giacomo Giovanelli
GUIDA LA TUA CANOA	Elena Pillepich
CUSTODI DELLA TERRA	Marco Fioretti
SCIENZA DEI BOSCHI	Marco Fioretti
TREPPIEDI, UNA PROPOSTA	Commissari di Branca
L'ALTRACOPERTINA	Giorgio Sclip
CORREZIONE BOZZE	Paola Giangreco

Hanno collaborato in questo numero:
Margherita Misuraca (Palermo16) - Juri Baglioni (IDR Ancona)

Email Redazione: cdm@fse.it
Twitter: @CarnetdiMarcia

Direzione, Redazione e Amministrazione
Via Anicia 10 • 00153 Roma

Autorizzazione del Tribunale di Roma
n. 17404 del 29.09.1978
ISSN: 1127-0667

Poste Italiane S.p.A
spedizione in abbonamento postale
D.L. 353/2003 (conv. in L. 27/02/2004 n.46)
art. 1, comma 1, Aut. GIPA/C/AN/20/2012

Rivista associata all'Unione Stampa Periodica Italiana
STAMPATO SU CARTA ECOLOGICA

Stampa
NONSOLOSTAMPA
P.zza IV Novembre 11, 60021 Camerano (AN)

Progetto grafico
Simone Salamone: moneok@gmail.com

Manoscritti e foto, anche se non pubblicati, non si restituiscono, salvo diverso accordo precedente con la Direzione. Tutti i collaboratori hanno la responsabilità e conservano la proprietà delle loro opere. La riproduzione di scritti comparsi in questa rivista è concessa a condizione che ne venga citata la fonte.

Micaela Moro
micaelamoro@gmail.com

parole*all'*immagine

Monica D'Atti
monica.datti@inwind.it

Nel **tempo**

Tu sai pregare? Io no, se ci penso bene posso dire di non esserne tanto capace. Arrivo a questa chiara conclusione soprattutto quando sento di santi e beati che passavano ore in meditazione. Avete presente quando si legge di San Francesco che si ritirava in celle anguste, in grotte e anfratti per pregare giorni e giorni senza neanche mangiare? E di San Domenico che si dice parlasse solo con Dio o di Dio? E in tempi più prossimi Giovanni Paolo II che passava ore in raccoglimento?
Io, come credo la maggior parte di noi, sono distante anni-luce da tutto ciò. C'è di buono che sembra non ci sia il desiderio di arrenderci. Lo si capisce bene scorrendo gli articoli di questo numero di Cdm. Passateli con calma, uno ad uno. Ci sono chiare tracce di costanza e speranza. Viene distintamente fuori che importante è non smettere mai di provarci: oggi, domani, dopodomani. Succede poi, con il tempo, che ti accorgi che la tua ricerca diventa essa stessa preghiera; il tuo provare e riprovare è *la preghiera del cercatore*.
Se leggiamo questo numero di Cdm quante strade ci vengono proposte? Quanti percorsi, quante soluzioni ci si aprono davanti? Tutti collegati da un semplice filo, tutti a raccontare l'unico senso: imparare a dedicare tempo al Signore perché il Signore entri nel nostro tempo. Quanto importa la formula esatta che recitiamo nei tempi della nostra giornata? Cosa serve ripetere a memoria preghiere imparate da sempre, che tutti conoscono, imparate anche da chi non crede, anche da chi non vuole più credere? Molto, può servire molto, o anche niente se non siamo lì con la testa e con il cuore, se è solo presenza o abitudine.
Spesso cerchiamo espressioni profonde e frasi ad effetto per scuotere il nostro torpore. Cerchiamo in preghiere fantasmagoriche ciò che il nostro cuore e la nostra testa non riescono a dire. La cosa funziona? Il Signore si avvicina, o meglio, noi ci avviciniamo? Riusciamo a sentirlo al nostro fianco?

della *preghiera*

A volte basta un semplice inizio di preghiera a labbra socchiuse: "Padre nostro, che sei nei cieli…".
A volte ci è bastato un cielo stellato, nel silenzio interrotto solo dal fuoco che scoppietta durante una veglia notturna al campo. Poche parole per aprirci alla meraviglia della contemplazione e sentire quell'Oltre che diventa prossimo. L'infinito all'improvviso si avvicina e il cuore si gonfia di ansia "buona" e di emozione. Abbiamo toccato per un attimo Dio. Come quell'affresco della Cappella Sistina, quando Dio e Adamo si sfiorano con il dito. L'abbiamo sentito prossimo, ne abbiamo percepito il calore amorevole. Mi torna in mente anche una scultura della cattedrale di Chartres, negli archi del portale nord: Dio crea Adamo. Adamo ha la testa appoggiata alle ginocchia di Dio che è raffigurato come Cristo; Adamo più che creato sembra che in quel momento venga consolato e accarezzato. È un'immagine di una dolcezza potente, di una comunione fortissima.
Come fare per trattenere questa sensazione? Come rendere quotidiana questa presenza? Come riuscire così a vivere nella coscienza che siamo fatti per quella dimensione divina e il tempo che stiamo vivendo è solo un attimo, è il tempo di un viaggio, è un bellissimo momento di cammino, alla fine del quale poi si giunge alla soglia di casa, si appoggia lo zaino e si è arrivati?
Mi sa che qui è una sequenza di domande. In verità di risposte ce ne sono poche, o meglio, non sono facili, non si risolvono con poche parole e con semplici concetti. È come si diceva all'inizio. È un cammino di ricerca quotidiano costellato di insuccessi e di momenti di vuoto, di incertezze e di tristezze. A volte pregare ci potrà sembrare anche una cosa senza particolare utilità. Spesso ci verrà da considerare che in fin dei conti non è tanto importante; l'importante è agire bene, essere buoni, dedicare tempo al bene, a farlo e a pensarlo. Come *Marta*, che non si fermava un attimo, che preparava e apparecchiava, puliva e cucinava. Però alla fine aveva ragione *Maria* che si era fermata ad ascoltare il Signore. Affascinata stava ai piedi di Gesù in sua compagnia. Aveva ragione lei in quel momento, per quel tempo. Quello era il tempo della preghiera: c'era Dio che era venuto a casa loro. Poi ci sarebbe stato anche il tempo dell'impegno, del frutto dell'ascolto, quel tempo nel quale le cose da fare sarebbero state mosse dall'energia che l'ascolto e la compagnia del Signore avevano generato. Passare da Marta a Maria per ridiventare Marta e poi Maria. *Scegliere la cosa migliore al tempo giusto*. È tra i frutti della preghiera. È la soglia della santità. È il senso di questo cammino.

Buona Strada, Monica D'Atti

Nicoletta De Faveri
nikydf@gmail.com

BADESSA DA RECORD!

intervista a Maria Rosaria Saccol

Maria Rosaria Saccol nata nel 1929 a Moriago della Battaglia (TV), ha esercitato la sua professione di fede dal 5 maggio 1951. **Nel 1966** i superiori dovettero chiedere conferma alla Congregazione vaticana per gli Istituti religiosi per poterla eleggere badessa vista la sua giovanissima età di 37 anni.
Possiamo dire che ha stabilito un record perchè ricopre questo ruolo da oltre quarant'anni presso il Monastero dei Santi Gervasio e Protasio di San Giacomo di Veglia (TV). **Nel 2010** è stata eletta direttamente dalla Santa Sede, Presidente della Federazione dei Monasteri di Monache Cistercensi d'Italia. **Attualmente** il monastero di San Giacomo risulta il convento di clausura femminile più grande d'Italia con una presenza di oltre trenta donne tra monache e novizie.

Ci può dire perchè la clausura come scelta di vita?

È una chiamata del Signore, non si potrebbe venire in clausura senza essere chiamate. Quando la madre superiore mi chiese di motivare la mia scelta le risposi "per amare il Signore". Ho capito che questo piaceva a Lui e dal momento che piaceva a Lui è piaciuto anche a me. Il Signore domanda la nostra collaborazione.

Vivere di preghiera, com'è possibile?

La preghiera è un dono di Dio. È già dentro al nostro essere cristiani. Nel momento in cui si ama una persona e ci si sente ricambiati da essa non si desidera altro che trascorrete tutta la vita con lui. Il dialogo fondamentale, necessario, voluto e cercato che ne deriva è la preghiera.

Qual è la preghiera più bella secondo lei?

Il Padre Nostro... Padre, Papà, "Pupà"! E' così che chiamavo mio padre da piccola, "Pupà".
Che bello potersi rivolgere al Signore chiamandolo Papà, "Pupà"!

Ha mai la sensazione di non essere ascoltata da Dio?

Ogni tanto può capitare, non tanto di non essere ascoltata forse di non essere esaudita, ma poi penso "Signore, sia fatta la tua volontà, non la mia, la tua volontà". Dio è Padre e si sa che un padre per il bene di un figlio non può sempre concedere tutto. Però è un padre infinitamente buono!

Ci dà qualche consiglio per migliorare il nostro dialogo con Dio?

- *Pregate, pregate, pregate!*
- *Ricordate che siamo suoi figli anche se questa cosa non la capiamo fino in fondo!*
- *Accostatevi spesso ai sacramenti, alla riconciliazione, alla comunione!*
- *Santificate la festa: credete in Dio, credete in Lui!*

Francesco Barbariol
francesco.barbariol@gmail.com

A proposito di... *preghiera*

Don Tarcisio Beltrame Quattrocchi

Preghiera della Sera

Al cader della giornata
noi leviamo i cuori a Te;
tu l'avevi a noi donata,
bene spesa fu per Te.
Te nel bosco e nel ruscello,
Te nel monte e Te nel mar;
Te nel cuore del fratello,
Te nel mio cercai d'amar.

Se sol sempre la mia mente,
in Te pura s'affissò
e talora stoltamente
a Te lungi s'attardò.
Mio Signor ne son dolente
Te ne chiedo o Dio mercè
del mio meglio lietamente
io doman farò per Te.

I tuoi cieli sembran prati
e le stelle tanti fior.
Son bivacchi dei beati
stretti intorno al loro Signor.
Quante stelle quante stelle,
dimmi Tu la mia qual è.
Non ambisco alla più bella,
purché sia vicino a Te.

Quante volte avete cantato questa canzone, in cerchio davanti al fuoco, sotto le stelle, al momento di salutare i vostri compagni prima di andare a dormire? E vi è mai successo di domandarvi chi possa aver scritto delle parole così semplici e al tempo stesso così perfette per esprimere la bellezza del momento in cui la giornata volge al termine, si ringrazia di quel che si è vissuto e ci si affida a Lui? Ammetto che questa è una delle mie preghiere preferite, mi trasmette una gran serenità. Mi chiedo spesso chi siano gli autori di canti e preghiere così belli e significativi e soprattutto dove trovino le parole adatte.

Don Tarcisio Beltrame, detto don Tar, ha scritto le parole di questa preghiera in una notte di veglia durante il San Giorgio del 1946. Don Tarcisio era assistente dell'ASCI (Associazione Scoutistica Cattolica Italiana) ma aveva cominciato la sua avventura nello scoutismo molti anni prima, nel 1916. Pensate che fu in Riparto assieme ad Agostino Ruggi D'Aragona, che più tardi avrebbe fondato l'AGI (Associazione Guide Italiane, 1943). Il

loro capo Riparto era il conte Mario di Carpegna, che proprio nel 1916 aveva fondato l'ASCI. Erano certamente anni di grande fermento, in cui lo scoutismo rappresentava una vera e propria novità. A volerlo esploratore furono i genitori, Luigi e Maria Beltrame Quattrocchi. Li avete mai sentiti nominare? Nel 2001 sono stati nominati beati da Papa Giovanni Paolo II. Sono stati la prima coppia della Chiesa a essere beatificata. Le parole del Papa ci raccontano il perché: ***"Non può più essere accettabile che venga negato il giusto riconoscimento alla santità silenziosa e normale di tanti padri e madri"***.

I genitori di Tarcisio, infatti, cercarono per i loro figli le cose migliori, non le più facili, ma le più grandi, quelle che li potessero portare a gustare la vera gioia. Tarcisio decise di entrare in seminario il 6 novembre 1924, il giorno stesso in cui assieme ai suoi compagni salutava per l'ultima volta il conte Mario di Carpegna. Nel 1930 fu ordinato sacerdote e durante la Seconda Guerra Mondiale prestò servizio come cappellano militare in marina. Forse è proprio per questo che nel 1943, caduto il regime fascista, fondò a Roma due Riparti, uno dei quali nautico. La guerra però non era ancora finita ed entrato a far parte delle Resistenza fu ricercato per l'aiuto che stava dando a molti perseguitati che cercavano di scappare, specialmente ebrei. Al termine del conflitto si adoperò per far rinascere lo scoutismo cattolico a Roma e a Parma, dove aveva trascorso gli anni precedenti l'ordinazione, e fu tra gli organizzatori dei primi campi di formazione per i capi.

E torniamo a quella notte del 1946, al primo San Giorgio dopo lo scioglimento voluto dal fascismo. Don Tarcisio compose le parole della *"Preghiera della sera"* e le adattò alla musica di un canto friulano *"Ai preat la biele stele" (Ho pregato la bella stella)*. Don Tarcisio fu ancora attivo su molti fronti, fino alla sua scomparsa a 96 anni: nei Foulards Blancs, movimento che assiste i pellegrini a Lourdes; nel soccorso ai terremotati del Friuli (1976); nella scrittura, in particolare nella traduzione di *"Stella in alto mare"* del francese Guy de Larigaudie; nella stampa e nei campi di formazione AGESCI. Dopo aver letto la vita di don Tar, credo di aver dato risposta alla domanda che mi ero posto: per riuscire a scrivere una preghiera o un canto che lascino un segno, occorre aver vissuto la propria vita come una preghiera, pur rocambolesca o semplice che sia.

E al momento di "congedarsi" dai nostri compagni non ci saranno parole più belle di quelle scritte da don Tar per ringraziare Dio e affidarsi a Lui.

Frate Andrea Cova
Assistente Nazionale Scolte
andrea.cova@fraticappuccini.it

Una relazione che è vita!

Matteo 6, 5-13

E quando pregate, non siate simili agli ipocriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà. Pregando, non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole. Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che gliele chiediate.
Voi dunque pregate così:

Padre nostro che sei nei cieli,
sia santificato il tuo nome,
venga il tuo regno,
sia fatta la tua volontà,
come in cielo così in terra.
Dacci oggi il nostro pane quotidiano,
e rimetti a noi i nostri debiti
come anche noi li rimettiamo
ai nostri debitori,
e non abbandonarci alla tentazione,
ma liberaci dal male.

Pregare

La preghiera non è il compiere gesti, non è il recitare formule, il pronunciare parole; è piuttosto una questione di cuore, di Vita. Pregare è il porsi al cospetto di Dio, è il saper unire la terra al cielo, il nostro limitato cuore all'infinito di Dio. Essa è come una sorgente che zampilla nel profondo dell'anima e che arriva ad irrigare tutta la persona, plasmandola e animandola.
Ma... come si fa? Come ci si mette in moto?

Come?

La vita è un dono, che non hai chiesto ma che hai ricevuto; un dono che, forse, non hai ancora imparato ad amare e ad apprezzare nella sua totalità ma che, in ogni caso, resta sempre un dono... che *VIVE DI DONI!*
Per questo anche la preghiera è un dono: è il bel frutto del dono dello Spirito, di quello Spirito che vive in noi (1 Cor 6,19), che può non abbandonare mai le profondità della persona e che continuamente, con "gemiti inesprimibili" (Rm 8,26), viene in soccorso alle nostra fragilità, alle nostre debolezze, a noi che non sappiamo nemmeno cosa sia necessario dire, cosa sia utile domandare.

Segreti

È proprio lo Spirito il custode e l'anima della preghiera, è Lui che rende salda, viva e vera quell'unica parola che può cambiare in noi il volto di Dio.
Lui, che è lo Spirito di Verità, grida in noi, nel nostro intimo, la verità nostra e di Dio. Così, tutti coloro che scelgono di fermarsi, di rientrare un po' in se stessi, e di porsi in ascolto (FINALMENTE) del loro cuore e della vita arrivano, prima o poi, ad udire quella voce delicata, forte e decisa, che INCESSANTEMENTE GRIDA e che dice "ABBA PADRE" (Gal 4,6). Solo quando arrivi ad udire questa voce ti accorgi che non sei più lo stesso perché è solo da questo grido, da questa consapevolezza, che nasce tutto un altro modo di essere e di sentire la vita. Per questo, un giorno, quando i discepoli, affascinati dalla bellezza del loro maestro e desiderosi di cogliere il segreto della preghiera che lo abitava, arrivarono a chiedergli "Signore insegnaci a pregare" (Lc 11,1), Gesù gli mise sulla loro bocca la bellissima preghiera "Padre nostro..." che non è una formula ma una sintesi di vita, di sguardo, di relazione e di cuore!

Ma... attenzione!

Per questo l'evangelista Marco, consegnandoci a sua volta la preghiera del Padre Nostro, ci ricorda come Gesù stesso ha desiderato liberare il suo dono da ogni equivoco! LA PREGHIERA NON È ALTRO CHE IL RAPPORTO CON UN DIO CHE È PADRE, CHE SA E CHE VEDE... che conosce i tuoi bisogni, che conosce il tuo cuore. Per questo, quando vuoi incontrare Dio, non c'è più spazio per l'esteriorità, non puoi più sopportare l'ipocrisia (tua), non c'è più bisogno che sprechi parole... il Padre già sa... ma cerca di rendere vive in te quelle parole che Gesù ti ha posto sulle labbra affinché diventino il canto della tua vita.

CONSIGLI PER GLI ACQUISTI: due stupendi libri sulla preghiera e sul Padre nostro di Ermes Ronchi: *"Dieci cammelli inginocchiati"* (sulla preghiera) e *"Il canto del pane"* (sul Padre Nostro).

Gipo Montesanto
Commissario Nazionale Rover
rovers@fse.it

Quante volte...

Quante volte, in cammino lungo una strada in salita, con lo zaino che ti pesa sulle spalle, ti sei chiesto: ma quando si arriva? Non sapevi quando saresti arrivato e poi... il più bel panorama di sempre ti si è aperto davanti agli occhi. Quante volte, hai chiesto qualcosa al Signore e magari ti è arrivato tutt'altro? Solamente dopo hai capito di aver chiesto qualcosa che magari poteva soddisfare un desiderio momentaneo, ma non ti era riuscito di guardare oltre, un po' più in là.

Insomma, spesso diciamo e chiediamo cose che non ci servono davvero... Anche online, dove si svolge **una parte immateriale della nostra vita**. Anche in questo spazio di vita immateriale (che volutamente non chiamo "virtuale") possiamo imparare a chiedere qualcosa di immateriale per la nostra vita. Cara Scolta e caro Rover, ormai sai bene che mi piace stuzzicare, su queste pagine, qualche tua riflessione sulla nostra vita offline così come su quella online, con lo stesso "stile" scout che ci contraddistingue...

Ti faccio subito una domanda, per te che leggi: secondo te, **Dio ascolta i nostri tweet** e le nostre domande su Facebook? Io credo proprio di sì, li ascolta già mentre le nostre dita corrono sulla tastiera per scriverli.

Te lo dico direttamente, rischiando che qualcuno si offenda: **non bisogna cinguettare a vanvera...** Se ci teniamo a una rete di bene, di bello e di vero, dobbiamo vivere in stile scout anche su internet; usarlo non per scrivere stupidaggini o banalità, ma per un compito che può essere straordinario. Lo stesso vale quando parli davanti agli altri: hai qualcosa di importante da dire, dilla! Altrimenti fà che sia più forte la volontà di star zitto prima di azionare la bocca senza collegare il cervello! Giovanni Paolo II diceva che **cultura è ciò che rende più umano l'uomo**.
E allora è necessario saper scegliere tra le notizie da cui continuamente veniamo bombardati e rilanciare (che in gergo si chiama retweet) solo ciò che conta davvero. Ancora: impariamo a rinunciare all'egoismo e alla gelosia della nostra scoperta, accettando il rischio di questo tipo di comunicazione come comunione e condivisione! Forse questo renderà internet uno spazio in cui i giovani possano abitare, costruendo relazioni che li aiutano a crescere.

La stessa cosa è per la preghiera. **Tanti non sanno pregare, chiedono vantaggi materiali o cose inutili** che non ci servono davvero. Ricordate quel brano (Lc 11, 5-13) dove un tizio chiede tre pani che servivano per sfamare l'amico che torna dal viaggio e non per nutrire se stesso? Innanzitutto in quel brano si capisce una cosa: prima di essere Padre, Dio è indicato come "amico". Se uno di voi ha un amico, e va da lui a mezzanotte... Può essere mezzanotte nella nostra vita, dove siamo nel buio più totale, o può essere un orario insolito nella vita del nostro amico.
Nostro Padre ha un ufficio aperto 24 ore su 24, e non si tratta di un self service. È Lui stesso che ci serve. Ma oggi vogliamo andare oltre; condizione necessaria per ottenere qualcosa dal Padre, è di chiedere lo Spirito Santo. Lo stesso Signore dice: "Cercate innanzitutto il regno di Dio, la relazione con Dio, ed il resto vi verrà dato in abbondanza".

Lo Spirito Santo è davvero la cosa più importante che possiamo chiedere.

Quindi: quando sei preoccupato, sei affannato, tutto ti va storto, fermati un attimo, fai silenzio, chiudi la porta della tua camera e dialoga con Lui. Sono sicuro che nel momento stesso in cui lo fai ti sentirai già meglio. Come si dice... provare per credere!

P.S. Grazie a tutte le Scolte e ai Rover che twittano in "**#stilescout**" sul nostro account Twitter di CdM (**@CarnetdiMarcia**)!

Massimo Pirola
massimo_pirola@hotmail.com

Il ritmo della vita

Mi manca il tempo per pregare. Mi mancano le parole. A volte mi manca la voglia, altre volte non ci penso proprio! *Eppure…* Eppure è proprio nella quotidianità che Dio vuole incontrarmi per trasformare la mia vita. In una delle passate route da Capo Clan, io e i miei rover per qualche giorno siamo stati ospiti di un monastero benedettino. Abbiamo partecipato ai momenti di preghiera e di lavoro dei monaci; abbiamo condiviso con loro salmi e lodi, cantando in latino e cercando di indovinare ritmi non sempre intuitivi. La preghiera è fatta anche di questo: liturgie a cui ci adeguiamo come cristiani, sforzandoci di dedicare il nostro tempo a Dio.

Come con il proprio fidanzato/a: a volte non importa quello che si fa, conta di più il dedicarsi del tempo a vicenda. Ma la preghiera non è solo ritualità: può essere molto di più. La preghiera è il nostro incontro con Dio: è fatta anche di spontaneità, di gioia, di scuse e di ringraziamenti. Così la pensa Padre Stefano Roze, sacerdote che ha contribuito ad organizzare il Centro Scout Sant'Antimo (localizzato presso l'Abbazia di Sant'Antimo, dalle parti di Siena). Il libro che vi propongo si intitola "Pregare al ritmo della vita" e contiene molte preghiere, che colpiscono al cuore per la loro semplice efficacia. Alcune di queste sono dedicate a noi scout; il passo che segue è tratto dalla preghiera *"Prendere la partenza è celebrare una Pasqua!"* Leggendola, troverete pensieri che, come rover e scolte, avete nei vostri cuori; sono parole che sanno di strada e servizio, comunità e fede. Scopriamo un bellissimo modo di pregare, che ci accompagna in tutti i nostri giorni.

Pregare al ritmo della vita

Autore: Padre Stefano Roze
Editore: Arca di Sant'Antimo
Ed. Cantagalli, Siena, 2008
Pagine: 157
Prezzo: 7 euro
Ulteriori informazioni
www.padrestefano.it
www.antimo.it

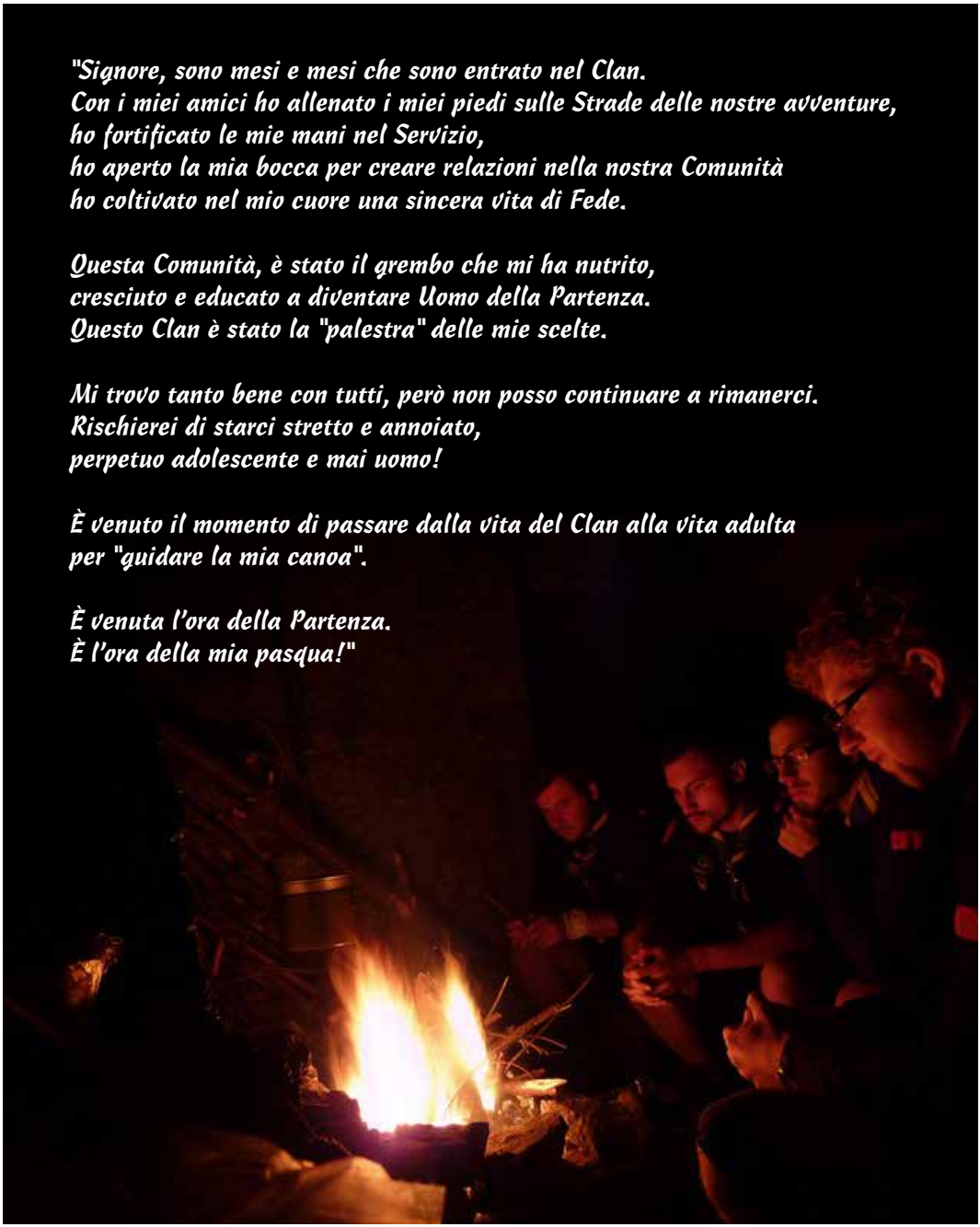
"Signore, sono mesi e mesi che sono entrato nel Clan.
Con i miei amici ho allenato i miei piedi sulle Strade delle nostre avventure,
ho fortificato le mie mani nel Servizio,
ho aperto la mia bocca per creare relazioni nella nostra Comunità
ho coltivato nel mio cuore una sincera vita di Fede.

Questa Comunità, è stato il grembo che mi ha nutrito,
cresciuto e educato a diventare Uomo della Partenza.
Questo Clan è stato la "palestra" delle mie scelte.

Mi trovo tanto bene con tutti, però non posso continuare a rimanerci.
Rischierei di starci stretto e annoiato,
perpetuo adolescente e mai uomo!

È venuto il momento di passare dalla vita del Clan alla vita adulta
per "guidare la mia canoa".

È venuta l'ora della Partenza.
È l'ora della mia pasqua!"



Elena Bratti
br.elena@libero.it

Il Centro Giovanile

*Ciao, mi chiamo Margherita Misuraca, sono di Palermo e ho 25 anni. Sono iscritta dal 2002 e attualmente sono Capo Riparto e Capo Fuoco nel Gruppo Palermo 16. Ho piacere e desiderio di pubblicare una mia esperienza personale, che ho vissuto nel 2009, per dare testimonianza ai tanti giovani di oggi che vanno sempre di fretta e che non hanno il tempo di fermarsi: **"Svegliati è tempo di dare il tuo sì"**. È bene fermarsi e chiedersi: **"Chi sono? Dove sto andando?"**.*

Nel 2009 ho fatto l'esperienza del Centro Giovanile a Palermo per un anno. un anno di discernimento vocazionale. Ho lasciato tutto ciò che facevo (università, amici, scout, famiglia)… il coraggio di mettere tutto in gioco e ricominciare! Penso che questa mia piccola (ma grande per me) esperienza possa essere di aiuto a tutti perché permette di capire tante cose. Il Centro Giovanile ha lo scopo di condurre le giovani a percorrere un itinerario di progressiva maturazione umano-cristiana, in uno stile evangelico-francescano, per giungere a vivere responsabilmente la propria vocazione-missione. Il percorso del Centro giovanile è diviso in tre tappe:

- **I Tappa:** Amate e chiamate alla libertà
- **II Tappa:** Scelte per vivere alla presenza del Signore.
- **III Tappa:** Consapevoli del progetto di Dio su di sé.

È gestito dalle Suore Francescane Missionarie d'Egitto, a Palermo e ad Assisi. Noi eravamo seguite da due suore responsabili da un punto di vista spirituale e anche umano con l'aiuto di una psicologa. Ho fatto questa esperienza a Palermo ma dovendo vivere con le suore, non potevo continuare gli studi o proseguire con quello che facevo perché le giornate erano molto impegnative. La mattina con la preghiera, poi lo studio alla facoltà di teologia, frequentando corsi quali "sacramentaria" e "liturgia", incontri serali con i giovani e con i frati per la formazione cristiana. Sono stata ad Assisi, Roma, Reggio Calabria, Canicattì, Ariano Irpino e tante altre città per dare testimonianza di questa esperienza, all'interno di missioni giovani in varie parti d'Italia. Ecco perché ho dovuto lasciare quanto facevo per iniziare un'altra avventura, un altro "gioco" perché quanto ho vissuto ti mette in gioco. Ho conosciuto tante persone, vissuto emozioni grandi, fatto esperienza della provvidenza di Dio. Cosa dire ancora! Ho imparato tanto e sono diventata molto più consapevole di chi sono, del mio posto nel mondo, del mio stare qui, in questa vita, del mio "oggi". Come i ragazzi hanno l'aiuto del seminario questa è un opportunità per le ragazze, di fare chiarezza, di trovare la propria vocazione-missione che non si finisce mai di comprendere. **Dio chiama!** Dobbiamo avere il coraggio di rispondere. Io ho dato quell'anno al Signore, un anno di generosità. Sono sempre alla ricerca della sua volontà.

E in attesa del mio posto, m'impegno a essere migliore di ieri.

Questa frase è il mio motto di vita! Spesso la ripeto a me stessa, a chi mi sta accanto, alle scolte, alle guide. Lo dico a tutti!!! È un insegnamento di vita che ho preso da *Beata Caterina Troiani* fondatrice di quest'ordine di suore francescane che hanno lanciato questa proposta alle giovani. Veramente una donna di carattere, Beata Caterina Troiani! Donna coraggiosa, zelante nel suo fare, attiva, donna di servizio e di fede. Donna che racchiudeva in se una fiducia immensa e amore. Donna di duplice vocazione; perché dopo tanti anni in clausura il Signore la chiama a essere Donna oltre mare, Donna missionaria. Misteriosi i piani di Dio!!! Pensi di aver trovato il tuo posto e poi non lo è più. Perché Dio ci da tante chiamate, ci chiama a fare tante cose, perché siamo suoi strumenti, matite nelle mani di Dio come diceva Madre Teresa di Calcutta. Fantastico non trovate??? Spero di avervi trasmesso un po' di quella gioia, emozione, curiosità di quanto ho vissuto. Se lo desiderate potete fare anche voi questa esperienza, visitate il sito www.francescane.net per ulteriori informazioni.

Buona Strada, Margherita - PA 16

Elena Pillepich
elena.pillepich@virgilio.it

Guida la tua Canoa

ASCOLTA LA PREGHIERA

Ascolta la preghiera, che dal campo sale a Te
Verso Te che sei luce, che sei pace sei amor. (x2)

Dona a tutta la terra, e ai tuoi popoli quaggiù
Quella pace promessa, di chi spera solo in Te. (x2)

Illumina la strada, che Tu hai scelto anche per me
Fa che questa mia legge, porti gioia a chi non l'ha. (x2)

Per ascoltare il canto vai sul sito www.fse.it > portale Rover o Scolte > sezione notizie

"La preghiera è un dono, un dono che Dio ti fa, non è qualcosa che tu fai ma è la sua iniziativa e la sua presenza che tu accogli. Il tuo sforzo sarà la costanza e la fedeltà a questo incontro con Dio." (Padre Ivan)

Rifletti

Io credo, ad esempio che l'uomo non può realizzarsi senza la preghiera. Non voglio dire con questo che l'ateo non sia un uomo, … voglio dire che ciò che più manca è il rapporto col mistero, l'apertura sull'infinito di Dio; … si è persa l'unità di misura, … si è perso il dono e l'uso della contemplazione. Ed è un tempo senza canti. Oggi non si canta, oggi si urla, si grida. Tempo senza preghiera. Senza silenzio, e quindi senza ascolto. Più nessuno ascolta nessuno. Fare silenzio vuol dire mettersi in ascolto. E questo era il più alto punto della preghiera: ***il cuore aperto alla confidenza di Dio.***

"Gioire con chi gioisce, piangere con chi piange, e farsi prossimo ad ogni emarginato, nella certezza di incontrare Dio. E tu di manifestarlo. O almeno, chiedere che questo avvenga; ecco la preghiera. Allora si realizza la terza dimensione dell'uomo: quella di essere fatto a ***"immagine e somiglianza di Dio"****. Io sarò fatto a immagine e somiglianza di Dio quel giorno che amo, sarò fatto a immagine e somiglianza sua perché faccio comunione con tutte le creature, perché perdono, perché cerco di espandere la gioia, perché faccio vivere, cerco che si faccia giustizia e si liberino gli oppressi, e che tutti siano rispettati, che io operi sempre per la pace. Perché questo è Dio, il Dio di Gesù Cristo. Non il Dio dell'interesse, ma il Dio dell'Amore. Questa è preghiera: chiedere almeno che sia così. La preghiera non è fuga dal mondo, … al contrario, è salire l'altare portato dal desiderio della stessa creazione a cantare e a lodare il Dio della terra e di tutti i cieli… è fare che la stessa storia diventi il luogo delle operazioni divine: in questo deserto dove egli scende, e dal rogo delle fiamme dove continua a parlarci:* ***"Ha udito le voci dei suoi poveri ed egli è sceso a liberarli"*** (Es. 3, 2.7-8)

Veramente questo è il discorso del fuoco; …c'è il fuoco e c'è la legna, …poi c'è legna e legna, quindi c'è fiamma e fiamma! C'è la pietà, sovrana e originaria, del momento liturgico*, uguale all'irrompere del sole sulla creazione. E questa ha i suoi canti e i suoi incensi e le sue musiche; i suoi riti, i suoi silenzi; il suo particolare annunzio: una preghiera dove si danno convegno il cielo e la terra, il tempo e l'eterno, la storia e il mistero. È il momento dove si forma continuamente il popolo di Dio. Poi la* preghiera di gruppo*, la preghiera della comunità. …se uno vuol sapere come vive una comunità, osservi come prega e se sa inventare la sua preghiera.*
Per ultimo - o avanti tutto - la preghiera personale*. Pregare è come respirare. L'uomo che non prega è una creatura senza dimensioni, senza infinito…* ***chi prega è l'uomo dal cuore che batte in sintonia col mondo****. …E così non v'è dono più grande, né più grande impresa, che il dono del pregare. Nessuno infatti è un uomo così libero, non condizionato, non turbato né turbabile, come l'uomo di preghiera".*

(da PREGARE - forse il discorso più urgente - David Maria Turoldo)

La prima preghiera è quella della lode

Portare a Dio l'omaggio di tutta la creazione. Questa è la prima preghiera del mondo. La prima preghiera è cantare a nome di tutto il creato. È il cantico delle Creature di San Francesco, ed è Cantico delle Creature non perché le numera tutte, ma perché Francesco si fa voce di tutte le Creature e nel loro nome si mette a cantare.

Giacomo Giovanelli
cdm@fse.it

"Chiamati perchè **Amati**"

Veglia Itinerante ad Assisi 26-27 gennaio 2013

Chi ha fatto della propria vita una testimonianza del Vangelo? Chi ha vissuto un momento di profondo cambiamento nella sua epoca? Chi ha trasmesso alle generazioni future la fede di sempre? Penso di non far torto a nessuno se faccio il nome di *San Francesco d'Assisi.*

Proprio sulla strada tracciata dal Santo Patrono d'Italia, è nata la veglia "CHIAMATI PERCHE' AMATI", che ha visto i Rover e le Scolte dei Distretti di Ancona, Pesaro-Romagna, dei Gruppi Perugia 1° e Roma 11, "FARE STRADA" nel loro cuore e tra le vie dell'incantevole città di Assisi, per arrivare a comprendere il messaggio di fede che Francesco ci ha lasciato. Il tutto si è svolto nella notte tra sabato 26 gennaio e domenica 27 gennaio scorso, sotto un cielo stellato impreziosito dalla luna piena. 330 scout, tra Rover, Scolte e RS, hanno messo in discussione le loro certezze di oggi per essere domani testimoni con la loro vita del Vangelo, di quel libro che sembra così obsoleto ai nostri giorni, ma che racchiude un messaggio sempre di attualità: l'AMORE. È stata una notte di PREGHIERA fuori dal comune, oserei dire straordinaria.

Straordinaria perchè ha raccolto intorno a se giovani che hanno "*SACRIFICATO*" (dal latino sacrificium, sacer + facere, "*rendere sacro*") il loro sabato sera e il sonno di un fine settimana. Straordinaria perchè tutto era PREGHIERA, una preghiera fatta dalla strada percorsa per le vie di Assisi, dai luoghi di culto della città, aperti in via del tutto eccezionale per la notte, dai balli davanti al fuoco scoppiettante in cima alla Rocca Maggiore, dai canti che hanno rallegrato gli animi, dal ristoro offerto dagli RS in servizio.

Straordinaria per le catechesi che gli assistenti ci hanno fatto vivere: le parole, i gesti, i segni che ci hanno proposto sono state gocce d'acqua che hanno aperto una fessura nel nostro intimo, per far entrare quel messaggio che Francesco ha diffuso tra la gente della sua epoca, e che ancora oggi è forte nei luoghi, nell'arte e nelle persone.

Ecco come abbiamo vissuto la Veglia Itinerante ad Assisi:

Ore 20.00 Basilica Santa Maria degli Angeli

Il tutto ha avuto inizio con un enorme quadrato d'innanzi alla maestosa facciata della Basilica, dove in alto svetta la statua di Maria, che con le braccia sembrava volerci stringere a se prima della nostra partenza per il cammino che da lì a breve avremmo intrapreso e che l'indomani mattina ci avrebbe nuovamente condotto a Lei.

Ore 21.00 Basilica Inferiore di San Francesco

Padre Lucio, dei frati conventuali, ha fatto gli onori di casa illustrando la bellissima chiesa, la sua volta e l'altare costruito sopra la Tomba di Francesco; qui Fra Andrea (Ass. Naz. Scolte) ha iniziato a presentarci *Francesco*, "*una vita lunga solo 44 anni, ma intesa*". Francesco "sempre il PRIMO", sempre "con le TASCHE PIENE", potremmo definirlo il "RE" della Movida di Assisi. Poi a 25 anni la sua vita inizia a stargli stretta, si sente soffocare e allora . . . inizia un nuovo cammino, "smise di amare se stesso", e come l'ha definito Giovanni Paolo II° divenne: "uomo libero, uomo felice, uomo innamorato e ancora vivo che continua ad affascinare, ad entusiasmare, a contagiare".

Ore 22.30 Chiesa Nuova – Santo Stefano

La comunità in pellegrinaggio si è dovuta dividere, tra la Chiesa Nuova, sorta sopra la casa nativa di Francesco, e Santo Stefano. Don Stefano, assistente del Gruppo Chiaravalle 1°, e Padre Marco, Associazione Francescout e Assistente Regionale dell'Agesci, ci hanno parlato dell'infanzia di Francesco, dei rapporti con il padre e la madre, dello stato di benessere di cui godeva la sua famiglia, che gli ha permesso di essere un giovane sempre al centro dell'attenzione della vita della città. Una vita quella di Francesco simile a quella di molti giovani della nostra epoca, che troviamo nelle notizie di cronaca, nei telegiornali, nei reality e anche nelle nostre piccole comunità.

Ore 23.45 Cattedrale di San Rufino

Nella Cattedrale è conservato il fonte battesimale in cui Francesco ha ricevuto il battesimo con il nome scelto dalla madre, Giovanni, nome caro alla tradizione cristiana. Il padre, lontano da casa al tempo della nascita del primogenito, al suo ritorno impose il nome di *Francesco*, in onore della Francia, in quanto la sua ricchezza di commerciante di stoffe era data dagli importanti affari che aveva con quel paese. Dopo la catechesi di Padre Lucio sull'essere *un figlio* che viene dalla carne e un figlio che viene dallo spirito, Fra Andrea ha rievocato *la memoria del battesimo*. Dal cero Pasquale ognuno ha acceso la propria candela, come hanno fatto i nostri genitori e padrini nel nostro battesimo, e poi nelle Chiesa ha echeggiato per 3 volte la parola RINUNCIO, al peccato, alla seduzione e a satana, e la parola CREDO, in Dio, in Gesù Cristo e nello Spirito Santo.

Ore 00.30 Rocca Maggiore

La Rocca sovrasta la città di Assisi, ad attenderci c'erano dei bracieri scoppiettanti, attorno a loro ci siamo scaldati bevendo del tè e della cioccolata calda e sono stati poi la coreografia perfetta per i canti e i balli che ci hanno aiutato a restare svegli dandoci la carica per proseguire. La Rocca simbolo del potere della città, rappresenta l'ambizione di Francesco da giovane, la sua smania di diventare cavaliere, smania alimentata dall'ambizione del padre, forte della ricchezza accumulata con il commercio. Qui Fra Gianluca, frate cappuccino ed ex Akela del Gruppo "Maiolati Spontini", ha narrato la "leggenda dei 3 compagni": Francesco era in viaggio verso la Puglia, per ricevere l'investitura da cavaliere, e una notte in sogno il Signore gli domanda "Chi può esserti più utile il Padrone o il servo?", Francesco rispose "il Padrone", allora il Signore gli replicò "Perchè allora abbandoni il Padrone per seguire il Servo?". Nel cuore di Francesco iniziarono a cadere i sogni, i desideri e le ambizioni che lo avevano infiammato fino ad allora, e iniziò un nuovo cammino che lo porterà alle "nozze" con la vita religiosa. Per i rover e le scolte ora iniziava un percorso a coppie, fino alla prossima tappa, condividendo con il compagno o la compagna di viaggio le proprie ambizioni e i propri desideri.

Ore 2.00 San Gregorio

Qui Fra Andrea ha parlato ai ragazzi di come i sogni e le ambizioni di Francesco pian piano iniziarono a venir meno, e come l'incontro con il lebbroso, che fino ad allora Francesco disprezzava, e quello con il Crocifisso di San Damiano, che gli disse " *VA E RIPARA LA MIA CHIESA*", siano le prove davanti a cui Dio gli ha chiesto di seguirlo. La risposta di Francesco in entrambi gli episodi fu : "*ECCOMI*". La scelta di Francesco è radicale, la sua vita cambierà ma non il suo

modo di vivere, infatti come la passione animò i suoi anni di gioventù, la stessa passione e fuoco animerà il suo cammino sulla strada del Vangelo.

Ore 3.30 San Damiano

Una fiaccolata di luci colorate ci ha accompagnato a San Damiano dove ad attenderci c'era una riproduzione del Crocefisso di San Damiano, oggi custodito presso la Chiesa di Santa Chiara. Il volto di quel Cristo in Croce, è il volto che ha compiuto il miracolo nella vita di Francesco; qui Francesco comprende la sua missione, accetta e fa suo il disegno che Dio gli propone. La scelta di vita fatta da Francesco è racchiusa nelle parole del santo padre Giovanni Paolo II "Non abbiate paura, spalancate le vostre porte a Cristo!", e in questo luogo, dopo un momento di riflessione in ginocchio davanti alla croce, tutti i partecipanti siamo stati invitati a "*LASCIARCI CONQUISTARE DA CRISTO*".

Ore 5.00 Santa Maria Maggiore

Nella piazza adiacente alla Chiesa, ex Cattedrale, Francesco si spoglia davanti al padre, al Vescovo e alla comunità di Assisi, rinnegando l'identità che gli uomini gli avevano assegnato, per scegliere l'identità che Dio gli ha proposto. Qui Fra Enrico Maria, giovane frate Minore, ex scout Agesci, ha testimoniato di come ha maturato la scelta di consacrarsi a Dio. Una scelta maturata in occasione di un cenone di Capodanno, all'età di 16 anni. Ascoltarlo era come ascoltare un adolescente che parlava della sua amata, con gli occhi che brillavano, con un sorriso che appariva timidamente sulle sue labbra, e un'emozione che trapelava dal suo spirito, quell'emozione che sa dare l'AMORE, quello che fa tremare le gambe...

Ore 6.30 Tomba di Francesco

Basilica Inferiore - Arriviamo all'incontro più intimo della notte, quello della visita alla Tomba del Santo. Dopo aver conosciuto la sua vita, i suoi tormenti, le sue scelte e le sue passioni, davanti alla Tomba del Santo ognuno ha avuto il suo momento di comunione, la sua preghiera personale. Mi piace pensare che ogni rover e scolta abbia sentito in quel momento il calore di un abbraccio, che li rassicurasse e che li fortificasse, nel rispondere ECCOMI alla chiamata del Signore, nel non aver paura di vivere intensamente la propria vita.

Ore 8.00 Santa Maria degli Angeli

Finalmente siamo tornati al punto di partenza, il sole ormai è alto, la stanchezza e il sonno si fanno sentire. Intorno a noi la città si sta svegliando. Ci sono ancora 2 momenti fondamentali di questa nostra veglia, La Santa Messa, concelebrata da Fra Andrea e i nostri assistenti che hanno camminato con noi durante la notte, e la visita alla Poriuncola. Fra Andrea con la sua omelia ci ha aiutato e restare svegli, a ripercorrere il cammino appena concluso ed a guidarci verso il transito nella Porziuncola. Al momento dell'Eucarestia è stato come essere accompagnati da Francesco tra le braccia del Padre. La visita alla Porziuncola è stato l'attimo ultimo della veglia, da dove ognuno di noi può ripartire per la STRADA della vita, consapevole di essere più forte, di affrontare la vita con coraggio, con la passione che ha caratterizzato la vita di Francesco.

Ore 10.30 Piazza Santa Maria degli Angeli

Conclusa la veglia, unica e indimenticabile, con la stanchezza e il sonno veramente ormai al limite, tutti hanno avuto la forza di ballare e cantare nelle stessa piazza da dove 14 ore prima eravamo partiti. *Una gioia devastante* !!! Dimenticavo, non poteva mancare la foto ricordo.

Ore 11.00 Pullman - Tutti dormono

Pensiero Personale: Per me che ho vissuto questa veglia, i passi e le parole, i sorrisi e le lacrime, le preghiere e i canti, dico **che è stata una grande testimonianza di uomini e di donne del domani, di cui l'umanità ha bisogno.**

Buona Strada
Juri Baglioni - IDR Ancona

Marco Fioretti
marco@storiafse.net

Nuova Evangelizzazione e... cibi scaduti!

OGNI TANTO FA BENE FERMARSI UN ATTIMO, PER RICORDARSI IL **PERCHÉ** SI È PARTITI, E CON QUALE OBIETTIVO.

Il primo numero de I Custodi, quasi quattro anni fa, presentava questa rubrica spiegando che:

"oltre alla Legge Scout oggi è la Chiesa stessa che ci chiama a essere bravi Custodi. Un appello che per chiarezza, provenienza e vicinanza al metodo Scout non possiamo più ignorare"

Il perché (vedi l'approfondimento sui link e QR code): ci viene detto da:

- **Benedetto XVI:** *"Dobbiamo avere cura dell'ambiente: esso **è stato affidato all'uomo**, perché lo custodisca e lo coltivi con libertà responsabile, avendo sempre come criterio orientatore il **bene di tutti**."*

- **Conferenza Episcopale Italiana:** *"Occorre un nuovo stile di sobrietà, capace di conciliare una buona qualità della vita con **la riduzione del consumo di ambiente...** Si apre qui uno spazio importante per l'impegno delle comunità ecclesiali."*

Col tempo, questa indicazione si fa sempre più chiara. La **Proposizione 56 del Sinodo dei Vescovi 2012** sulla Nuova Evangelizzazione, intitolata *"Gestione responsabile della Creazione"*, dice che:

Per saperne di più

Messaggio di Benedetto XVI
Giornata Mondiale per la Pace 2008
www.vatican.va/holy_father/benedict_xvi/messages/peace/documents/hf_ben-xvi_mes_20071208_xli-world-day-peace_it.html

"Una nuova sobrietà, per abitare la Terra"
CEI, settembre 2008
www.chiesacattolica.it/pls/cci_new/bd_edit_doc.edit_documento?p_id=13489

*La gestione **responsabile** del creato serve anche l'evangelizzazione in molti modi. È una **testimonianza** della nostra fede nella bontà della **creazione di Dio**. Essa dimostra un senso di **solidarietà** con tutti coloro che dipendono per la loro vita e il **sostentamento** dai beni della creazione. Essa mostra solidarietà **intergenerazionale** con coloro che vengono **dopo di noi**, ed è una chiara testimonianza dell'uso **responsabile** ed **equo** dei beni della terra, la **nostra casa comune**.*

Tutto chiaro?

Se vi chiedono perché, in quanto Scout Cattolici, dovreste essere Custodi, la risposta è semplice: **essere Custodi è nuova Evangelizzazione!** Non tutta, ovviamente, ma una parte necessaria sì.

Proposizione 56 del Sinodo dei Vescovi sulla Nuova Evangelizzazione
16 novembre 2012
www.zenit.org/article-33882?l=italian

È già scaduto?

Dopo questo piccolo promemoria sul senso di queste pagine, torniamo a come metterlo in pratica, parlando di un problema molto importante. Molti di noi consumano, sia a casa che in Route, tanti alimenti prodotti industrialmente, quindi con una data di scadenza ben precisa.

In Grecia, per far fronte alla povertà che avanza, da qualche mese i supermercati sono autorizzati a vendere alcuni prodotti "scaduti" con uno sconto del 66%. L'Italia non è ancora a quel punto e tutti speriamo che non ci arrivi mai. Questo però non è un buon motivo per ignorare l'argomento, considerando che, crisi o non crisi, continuiamo a sprecare tonnellate di cibo ogni settimana.

Saper capire e "usare" correttamente la data di scadenza degli alimenti diventa sempre più importante. Per tutti, perché questo non è tempo di sprechi, ma per noi ancora di più. Perché noi, oltre a volere (dovere) essere Custodi facciamo anche escursionismo: ignorando certe cose avremo buone probabilità sia di sprecare cibo in casa, sia di correre rischi inutili durante le attività.

Ecco quindi qualche "dritta" da un articolo che dovreste **assolutamente** leggere per intero, e magari appendere in Sede. L'autore è Roberto La Pira, e il titolo "Sprechi alimentari e data di scadenza: tutti gli errori e i segreti per non buttare via quello che si può ancora mangiare" (*).

Preferibilmente... o no?

Su alcuni cibi c'è scritto "da consumarsi preferibilmente entro", su altri solo "da consumarsi entro". La differenza è **fondamentale**. Non ignoratela **mai!** I cibi con la prima dicitura dopo la scadenza inizieranno lentamente a perdere sapore e valore nutritivo, ma li si potrà mangiare senza danni anche dopo qualche settimana o mese. Inutile quindi buttarli *subito dopo* quella data, o non acquistarli solo perché quella data è *vicina*! In questa categoria rientrano, per esempio, tonno in scatola, pasta, riso e succhi di frutta. Diverso è il discorso per i cibi **"da consumarsi entro"**.

Foto di M. Turnauckas
www.flickr.com/photos/marktee/7159545832/
licenza CC BY 2.0

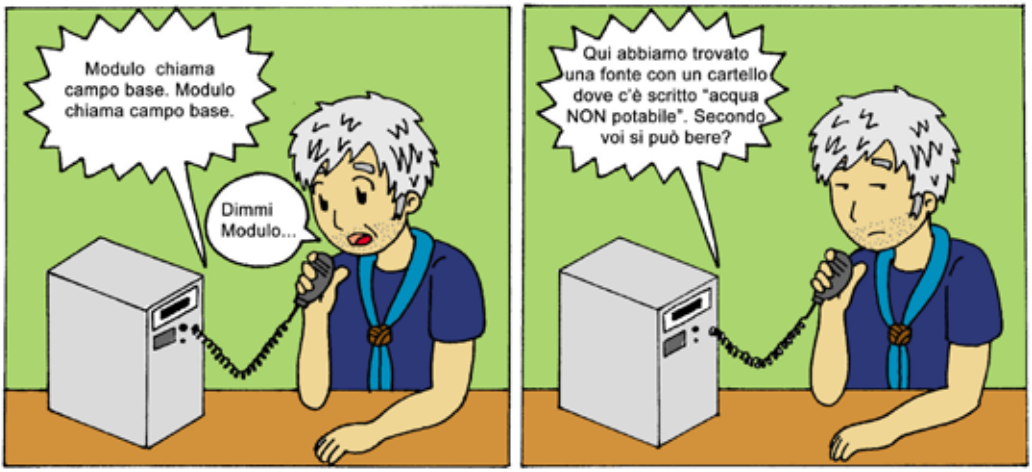
* Fonte www.ilfattoalimentare.it

Quelli, **passata la scadenza**, diventano nocivi abbastanza in fretta, anche se fino a un giorno in più non c'è gran rischio. A patto che l'alimento sia stato conservato correttamente ***sempre, senza interruzioni***.
In sè e per sè infatti, difficilmente un alimento appena scaduto è pericoloso. Cito alla lettera dall'articolo di La Pira: *"Il mal di pancia di solito si scatena in seguito a contaminazioni microbiche esterne, all'interruzione prolungata della catena del freddo e, soprattutto, alla scarsa igiene in cucina, non perchè il cibo risulta "scaduto" da qualche giorno"*.
Applicato alle nostre attività, tutto questo significa un paio di cose ben precise. La prima è che è inutilmente rischioso, quindi tutto sommato un pochino stupido, portarsi nello zaino per più di 12 ore roba che dovrebbe stare in frigorifero. Anche se "scade" dopo una settimana. L'altro è che, sulla Strada, si può anche cucinare tutti sudati e coperti di fango, **ma le mani devono essere pulite sul serio!**
A casa, invece, anche in questo campo la *prevenzione* è la tecnica migliore. Se qualcosa nella dispensa ha superato i limiti di cui abbiamo parlato, certo è meglio buttarlo che rischiare di star male. Però, se alimenti già acquistati arrivano a scadere in casa c'è qualcosa che non va. Probabilmente significa che non state pianificando bene spesa e/o menu: fate in modo che non si ripeta più!

Buona Strada e Buona Custodia
Marco

Modulo chiama campo base

Continuano le avventure che ci hanno accompagnato durante il Campo Nazionale!
Ad arricchirlo ci servono i vostri "ricordi"...



disegni di **Giulia Barone** (Nichelino 1)

Marco Fioretti
marco@storiafse.net

Siete già in cammino per il prossimo Campo Mobile?

Il prossimo Campo Mobile è ancora abbastanza lontano. Questa è un'ottima cosa, nel senso che questo è il momento giusto per iniziare a prepararsi adeguatamente *anche* dal punto di vista puramente fisico. Soprattutto se l'estate scorsa vi siete ritrovati su qualche sentiero con più fiatone di quanto vi sareste aspettati a casa.

Allenarsi significa più divertimento e più sicurezza! Meno vi stancate, più riuscirete a godervi ogni singolo momento del Campo Mobile, anche ***prima e dopo*** le marce vere e proprie, con un notevole aumento dei bei ricordi che vi rimarranno in testa.
Inoltre, per quanto sia ovvio, non fa male ripeterlo, più sei allenato e meno pericoli corri (e fai correre agli altri). Perché più arrivi allenato al Campo e meno sarà probabile che tu metta un piede in fallo nel momento meno indicato, o che tu non veda per la stanchezza buche o altri ostacoli.

Basta l'attività Scout? O essere giovani? Forse.
E forse no. Soprattutto per chi è appena salito dal Riparto, per cui il Campo del 2013 sarà il primo "mobile".

La reazione automatica più comune a discorsi del genere è, nella mia esperienza, roba tipo "ma io vado sia a Scout che in palestra, basta quello". Ora, a parte il fatto che Scout "si è", non "si va a", non è sicuro che esserlo basti. Probabilmente basta per ragazzi e ragazze dai 16 ai 21 anni che siano:

- ***in buone condizioni fisiche generali e non in sovrappeso;***
- ***inseriti in un buon Clan o Fuoco;***
- ***in servizio regolare presso una buona Unità.***

Perché "buon Clan, Fuoco e buona Unità" significa che passerete mediamente **due** giornate all'aperto più almeno un pernottamento, camminando e muovendovi seriamente, ***ogni mese o quasi da ottobre a maggio. Giusto?***
In tutti gli altri casi (e in fondo anche in quelli!), si deve e si può fare qualcosa in più, anche se fate regolarmente palestra o qualche altro sport. Ogni attività fisica è diversa: non è affatto sicuro che fare quella senza problemi significhi anche poter camminare una settimana o più in quota, diverse ore al giorno, con 12/15 chili sulla schiena. C'è chi dice, per esempio, che qualsiasi altra cosa facciate è opportuno allenarsi meglio per l'escursionismo se "in un'ora di camminata in salita non si riesce a raggiungere o superare almeno 300 metri di dislivello e/o si percorrono meno di 3 km". *Voi come state messi?*

Sì, ma in pratica

che devo fare?

Per prima cosa, parlarne con il vostro medico. Nè io nè, in generale, la vostra Capo Fuoco o il vostro Capo Clan siamo medici, e io nemmeno vi conosco di persona. Per questo, e perché ognuno di noi è diverso, tutto quello che trovate qui o in manuali assortiti va discusso di persona con un medico che conosca la vostra personale situazione! Andateci e chiedetegli "Cosa devo fare IO per godermi il Campo Mobile?"

La seconda cosa è essere costanti! Per tenersi in forma, al di fuori dello sport agonistico o estremo, basta poco, ma bisogna farlo tutti i giorni o quasi. Perché, secondo certi manuali:

- *Bastano 3 settimane di ozio totale per perdere oltre il 50% dei benefici acquisiti con l'allenamento;*
- *Dopo 2 mesi di inattività si riparte quasi da zero, come un sedentario.*

Per mantenere un buona forma fisica possono bastare anche pochi minuti di camminata, purchè siano ogni giorno! Basta usare auto, mezzi pubblici e ascensori il meno possibile, sempre, per cominciare bene. Camminare o correre? Fate voi. Camminare va benissimo, basta che vi muoviate regolarmente. L'unico consiglio valido che posso darvi è che le passeggiate per il corso, con soste ogni cinque minuti o passo da tartaruga per guardare le vetrine, sono belle ma contano poco o niente! Ai fini di questo discorso, "camminare" significa: camminare a un ritmo **sostenuto**, che permetta comunque di parlare normalmente, anche in salita, ma **non** sia da lumaca! Questo per quanto riguarda gambe e polmoni, ma..

OCCHIO ALLA SCHIENA! Fare Strada è camminare, ma lo facciamo con lo zaino in spalla e con tutto il corpo! Anche braccia, spalle, e muscoli del torso hanno bisogno di un minimo di attenzione, non per far scena nelle foto ma *per non fare male durante la marcia*. Di nuovo, parlatene con un medico se avete qualche dubbio.

Respirare bene!

Tutti respiriamo continuamente. Per questo non ci pensiamo quasi mai e quindi non ci accorgiamo se lo stiamo facendo nel modo sbagliato. Questo non va bene, soprattutto sui sentieri.

Se avete già la patente lo sapete da soli, altrimenti vi basta osservare per pochi minuti qualcuno che guida quando vi dà un passaggio: se la strada è libera e con pendenza più o meno costante, **nessuno** guida alzando e togliendo continuamente il piede dall'acceleratore. Sarebbe davvero stupido e dannoso per il motore, oltre che uno spreco di carburante.

Con la respirazione vale lo stesso discorso: il ritmo con cui lo fate dev'essere adeguato e **regolare** quanto, per un guidatore intelligente, la pressione sul gas. Alcuni esperti (vedi link a fondo pagina) suggeriscono di regolare la respirazione sul passo: iniziate a inspirare o espirare **solo e sempre** quando appoggiate il piede destro a terra (o sinistro, basta che sia sempre lo stesso!). Durante salite impegnative dovreste invece inspirare solo quando appoggiate un piede, espirare quando appoggiate l'altro.

Buona Strada, Marco

Per saperne di più

www.piegari.eu/nutrizione/Allenamento.pps

www.caisavona.it/files/caisavona/vademecum_alta_quota_0.pdf

Allenamento

Vademecum alta quota

Gipo Montesanto
Commissario Nazionale Rover
rovers@fse.it

Twittamo insieme

Carnet di Marcia, la nostra rivista per Scolte e Rover, "è sbarcata" su Twitter! Nei vari numeri che usciranno troverete alcune novità... non vediamo l'ora di raccontarvele e non vediamo l'ora soprattutto di giocare con voi!

Twitter è un news media. È leggero, informale, immediato, perfetto per dare una notizia e generare un passaparola (si possono usare solo 140 caratteri). Anche CdM, nel suo piccolo, vuole essere "Information Network", un luogo però dove i contenuti di "senso" vengono creati, non solo condivisi. Un luogo reale anche se immateriale (volutamente non ho usato la parola "virtuale"...) dove si possono sperimentare interessi comuni, nel presente.

Twitter sta diventando popolare forse quanto Facebook, ma è ancora un po' incompreso. Se ne parla tanto, troppo forse, ma sono pochi gli utenti sulla piattaforma che possono dirsi veramente attivi e che contribuiscono a costituire un particolarissimo microcosmo sociale fatto di cortesie, gentilezze, etichette, scambi proficui, e creazione di "contenuti" con la C maiuscola.

Noi della Redazione di CdM ci vogliamo provare! Ci sarà un forte "link" tra la rivista e i vostri tweets... pubblicheremo infatti i vari cinguettii che verranno postati proprio da VOI e dagli altri utenti della rete che avranno lo stesso TEMA del piano editoriale della rivista, così anche TU sei chiamato in causa per rendere questa rivista sempre più interessante e piena di argomenti che vale la pena *followare*.

L'argomento che tratteremo nel prossimo numero è **FIDUCIA.**

Utilizza l'hashtag #FiduciaCdM e non dimenticare di menzionare @CarnetdiMarcia nel tuo Tweet!

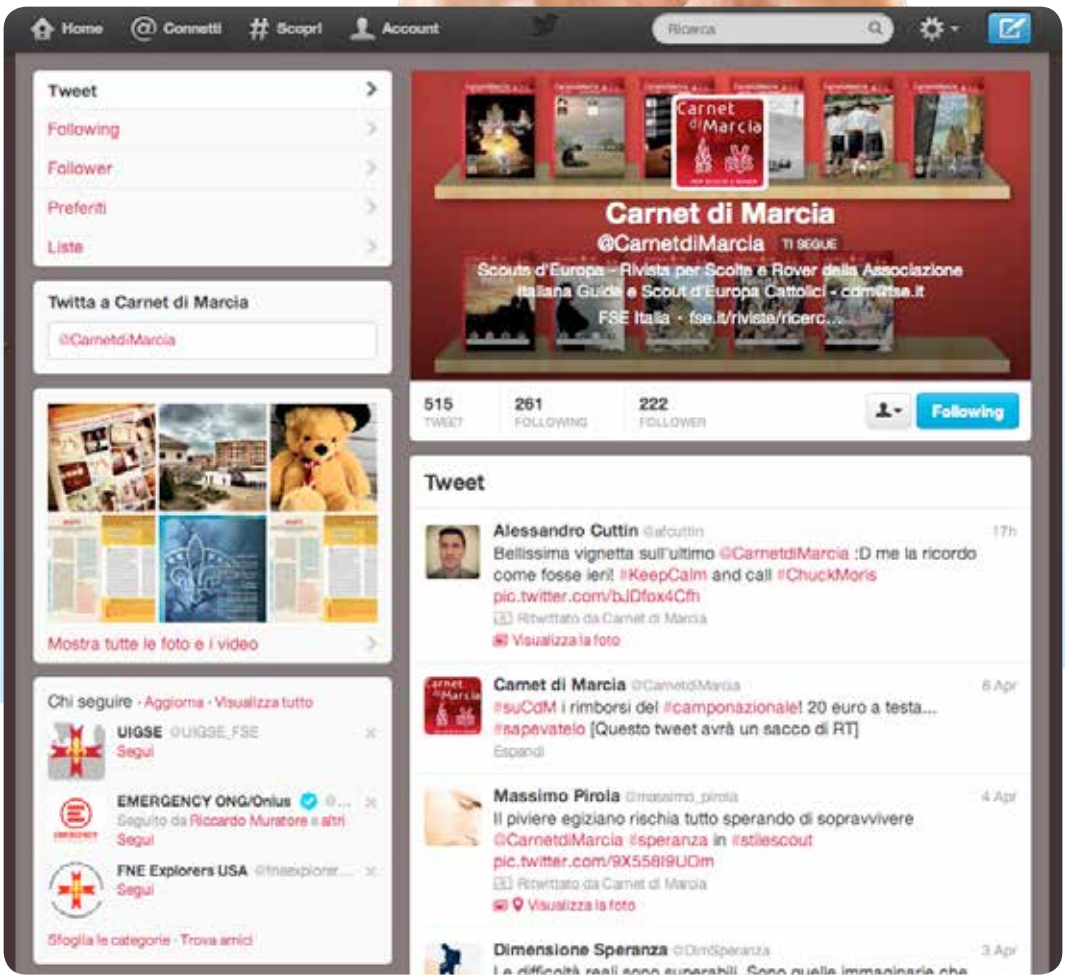
Stai già correndo a cercare CdM su Twitter per 'followarci'? Aspettiamo il tuo cinguettio!!! Ecco l'indirizzo per accedere dal web (vedi QR code quì in alto code): **https://twitter.com/CarnetdiMarcia**.

Questo invece è il nome dell'account: **@CarnetdiMarcia** per seguirci anche dallo smartphone. L'indirizzo email della rivista per inviare i tuoi articoli non è cambiato, è sempre: **cdm@fse.it**. Tutta la redazione di Carnet di Marcia spera di offrirVI un servizio sempre migliore... anche con il TUO aiuto!!!

Come si dice su Twitter: ***#sapevatelo!***
@CarnetdiMarcia

@CarnetdiMarcia

rubriche



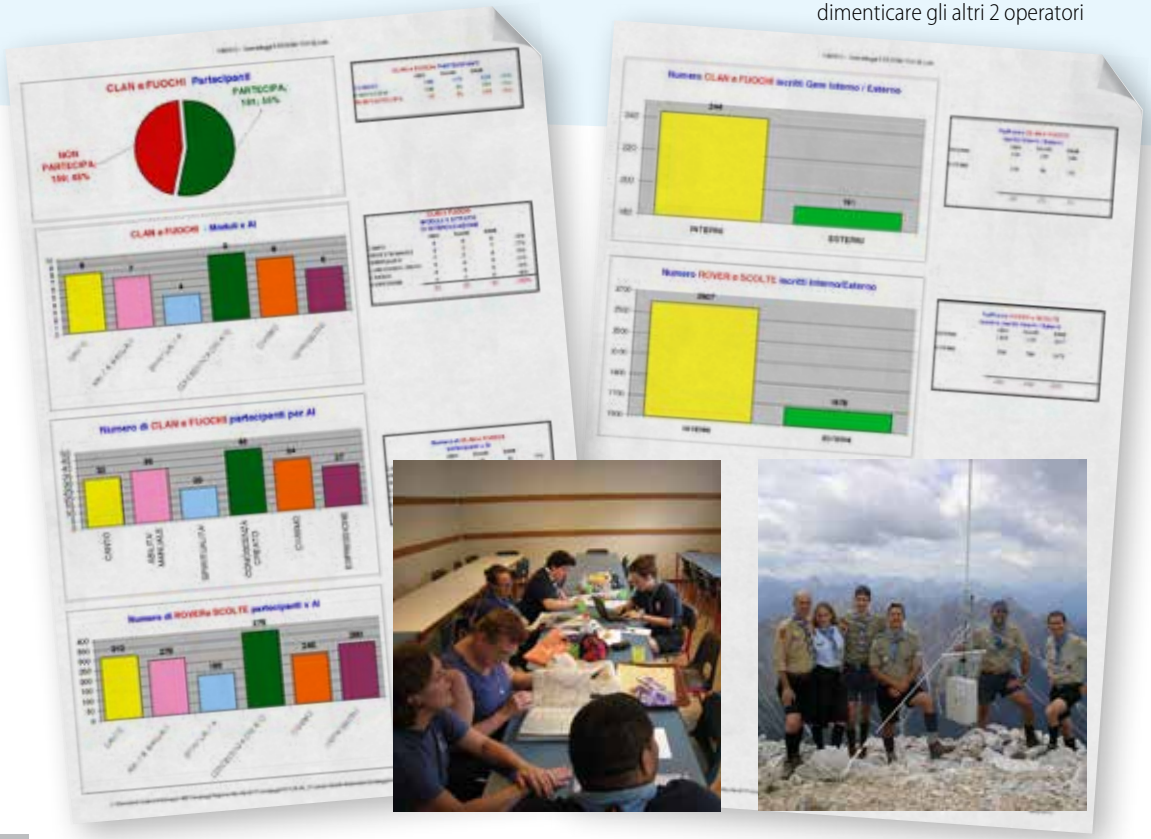
Monica D'Atti
monica.datti@inwind.it

Diamo i numeri...

Basteranno dei numeri per raccontare questa bella storia che abbiamo vissuto insieme? Ora, mentre le nostre giornate passano tra mille impegni, ogni tanto la mente fugge libera tra quei monti, sotto quel sole e nel caldo di quel tempo. Ci siamo ritrovati il primo giorno quasi in 2000 sul prato dell'alzabandiera, circondati da 50 orifiamme a fare corona, con 40 assistenti ecclesiastici a seguire le nostre anime incolte e anche 2 violini, una tromba e qualche flauto traverso ad accompagnare la nostra preghiera. Alla partenza 106 clan e 85 fuochi: 934 rover e 744 scolte. I passi di 1698 paia di scarponi hanno calcato un imprecisabile numero di chilometri di strade e sentieri divisi su 42 percorsi e attraversando il territorio di 50 Comuni.

Ad animare i 6 laboratori di attività (abilità manuale, canto, civismo, creato, espressione, spiritualità) ci hanno pensato 58 persone tra capi componenti le Pattuglie Nazionali Rover e Scolte, R/S, più vari esperti esterni "assunti" per l'occasione. La logistica è stata un'impresa per 52 R/S che hanno montato, smontato, pulito, sistemato, collegato, recuperato, aperto e chiuso il campo, restituendo un territorio migliore di come lo si era ricevuto.

A supportare tutto ci ha pensato il centro radio Campo Base Claut acceso 24 ore su 24, pronto a ricevere i messaggi più improbabili da 72 radio portatili in mano ai capi modulo e ai referenti dei tanti servizi. Circa 500 collegamenti giornalieri hanno raggiunto i 4 operatori radio di Claut, con un tempo di conversazione medio di 1 minuto, senza poi dimenticare gli altri 2 operatori



del Campo Nazionale

collegati da Malga Pradut e altri 2 al rifugio Vittorio Veneto sul monte Pizzoc. Onde radio portate in giro nell'etere grazie a 3 antenne VHF-UHF in cima all'hangar del campo base e 4 trasponder con raggio di copertura di 50 km, montati in cima a 4 montagne (2471, 2478, 2140, 2694 metri di altitudine) da 33 volontari. Un "piccolo" servizio che ha richiesto più di un anno tra studio, progettazione, costruzione, montaggio e smontaggio e che ha permesso a tutti di sentirsi più sicuri e protetti.

A collegare ulteriormente tutti citiamo anche il numero imprecisabile di smartphone che hanno sparato più di 600 tweetts raccontando il cammino anche a chi non era con noi e facendoci così seguire con il pensiero e con la preghiera. E dietro le quinte di questo spettacolo la cambusa si occupava di organizzare i rifornimenti per tutti i rover e le scolte distribuendo 240 scatole da 500 gr di pasta, 3060 uova, 1530 fette di pollo, 93 kg di riso, 300 kg di salame, 400 kg di formaggio, 300 kg di mele, 260 kg di zucchine, 260 kg di cetrioli, 260 kg di pomodori. E poi 700 scatole di dadi, 80 scatoloni da 10 kg di biscotti e 1020 vasetti di marmellata. Infine sono stati divorati 360 kg di pane equivalente a 4700 panini!

Nella cambusa centrale hanno lavorato 3 cambusieri fissi e altre 15 persone si sono alternate durante il campo. Qui sono anche stati sfamati quotidianamente tutti gli R/S in servizio, la protezione civile, il corpo forestale, autorità di vario livello e ospiti vari sfornando 80/100 pasti al giorno e consumando 75 kg di patate, 70 kg di pasta, 180 litri di latte e 50 di zucchero, 18 kg di macinato, 6 casse di pomodori e 4 di cetrioli e tanto altro ancora, tutto acquistato a chilometro 0. Forse questa lunga carrellata di cifre non basterà a raccontare tutto. È però probabile che ciascuno di noi si riconosca dietro qualcuno dei numeri che sono passati, ricordandoci così di aver contribuito a costruire, come nella sequenza numerica di una melodia, una sinfonia indimenticabile.

Cosa faremo in questo triennio

2013	2014	2015
√ A - Speranza	√ A - A-normalità	√ A - Lavoro
√ B - Preghiera	√ B - Amore	√ B - Sfida
√ C - Fiducia	√ C - Compassione	√ C - Vita
√ D - Fare	√ D - Coerenza	√ D - Santità
√ E - Ridere	√ E - Dono	√ E - Gioia

SONDAGGIO DI GRADIMENTO

La redazione di CdM chiede il TUO AIUTO per migliorare la TUA RIVISTA ed essere sempre più vicina alle TUE esigenze.
Compila il questionario di gradimento online collegandoti al sito **www.fse.it** accedi al portale Rover o Scolta e vai alla sezione "**in Evidenza**".

Grazie in anticipo per il tuo prezioso contributo!

Giorgio Sclip
jepotex@yahoo.it

Riflettendo sulla Preghiera...

«In verità vi dico ancora: se due di voi sopra la terra si accorderanno per domandare qualunque cosa, il Padre mio che è nei cieli ve la concederà. Perché dove sono due o tre riuniti nel mio nome, io sono in mezzo a loro".»

Mt 18, 19-20

Ogni autentica preghiera è suscitata dallo Spirito Santo, il quale è misteriosamente presente nel cuore di ogni uomo.
Papa Giovanni Paolo II

La preghiera non richiede di interrompere il lavoro, ma di proseguire il lavoro come se fosse una preghiera. Quel che conta è essere con Lui, vivere in Lui, nella sua volontà. Più ci svuotiamo, più lasciamo a Dio spazio per riempirci. Talvolta la nostra anima deve essere un cristallo trasparente attraverso il quale scorgere Dio. Talvolta il nostro cristallo è coperto da polvere e sporcizia. Se glielo consentiremo, Dio ci aiuterà ad eliminare la polvere: se quella è la nostra volontà, sarà fatta la sua volontà. Quando non abbiamo nulla da dare, diamogli quel nulla. Se davvero apparteniamo totalmente a Dio, dobbiamo essere a sua disposizione e dobbiamo confidare in Lui. Ieri è passato. Il domani non è ancora arrivato. Abbiamo solo l'oggi: cominciamo. L'importante è il dono di noi stessi, il grado di amore che mettiamo in ciascuno dei nostri gesti. Non sappiamo fare grandi cose, soltanto piccole cose con grande amore.
Madre Teresa di Calcutta

Giustamente gli antichi dicevano che pregare è respirare. Qui si vede quanto sia sciocco voler parlare di un "perché". Perché io respiro? Perché altrimenti morirei. Così con la preghiera.
Soren Kierkegaard

La preghiera, anche se non muta il nostro destino, modifica tuttavia i sentimenti: vantaggio, questo, non minore dell'altro.
Joseph Joubert

La preghiera di supplica non ha la finalità di istruire Dio, ma di costruire l'uomo.
S. Agostino

La preghiera non è qualcosa di statico, è un'amicizia che implica uno sviluppo e spinge a una trasformazione, a una somiglianza sempre più forte con l'amico.
S. Teresa d'Avila

La preghiera non è un ozioso passatempo per vecchie signore. Propriamente compresa e applicata, è lo strumento d'azione più potente.
Gandhi