**Intervista ai partecipanti alla settimana Newstart**

**di Samuele Barletta**

Ho rivolto delle domande alle coppie pastorali e ai membri dello staff, alcune con un pizzico di ilarità, a testimonianza dello spirito allegro che ha contraddistinto tutto il programma.

***Samuele Barletta****: Che cosa vi ha spinto a partecipare al Newstart?*

***Alessandro e Ivana Roma***: Nel 2006, abbiamo avuto un’esperienza di sei mesi negli Stati Uniti, per approfondire il tema della salute olistica. Tornati in Italia, abbiamo proiettato questa esperienza nella vita di tutti i giorni, ma non potevamo riproporre lo stesso stile di vita del campus americano a causa dei ritmi frenetici, la difficoltà di reperire determinati alimenti, i rapporti con le chiese e i fratelli. Anche se non andavamo a dormire più alle 21:30 e la nostra dieta era passata da vegana a vegetariana, tuttavia abbiamo mantenuto per diverso tempo uno stile di vita piuttosto equilibrato. Per questo abbiamo accettato l’invito a partecipare a una settimana Newstart a Poppi: per ritrovare nuovi stimoli e riprendere le buone abitudini di qualche anno fa.

***S. B.****: Tra le varie attività proposte, quali sono state le più stimolanti?*

***Franklin ed Elizabeth Olalla***: Tutto è stato bello: la cucina, i massaggi, la sauna, la ginnastica, le passeggiate in natura, il bagno al ruscello, le partite di pallavolo e calcetto, le dinamiche di gruppo e gli approfondimenti di medicina. Oltre a questo anche l’amicizia, l’accoglienza e il servizio giornaliero, il tutto immersi in un posto così bello. Per noi il Newstart è stato di grande stimolo per vivere personalmente e insegnare agli altri i principi olistici, seguendo l’esempio di Gesù che predicava, insegnava e guariva.

***S. B.****: Come hai trovato «psicologicamente» i pastori?*

***Mirella Pascu*** (psicologa e psicoterapeuta): Durante tutta la settimana, il clima che ha accompagnato il gruppo è stato caratterizzato dall’interesse e dalla curiosità di scoprire nuovi concetti psicologici e nuove teorie, nonché i risultati delle ultime ricerche sia dal punto di vista psicologico che neurobiologico. Sin dall’inizio, ho notato nel gruppo dei pastori una buona capacità di condividere pensieri ed esperienze con gli altri. Questo, naturalmente, ha permesso a ognuno di loro di arricchirsi ulteriormente. È stata una piacevole sorpresa la loro umiltà d’animo nel mettersi in discussione come persone. Alla fine della settimana, la maggior parte dei partecipanti ha confermato una maggiore consapevolezza di sé e con l’altro. È emerso, inoltre, il desiderio di migliorare sempre di più la conoscenza di sé, per poter aiutare le persone che si rivolgeranno a loro. L’esperienza vissuta durante questa settimana potrà essere riportata e condivisa nelle varie chiese dove svolgono la loro attività pastorale.

***S. B.****:L’esperienza vissuta ha mantenuto la promessa del nome, cioè, è stato davvero un «nuovo inizio»?*

***Adrian e Irina Bira***: Crediamo proprio di sì. Il Newstart è stato l’occasione di un nuovo inizio, perché insieme ai nostri colleghi, dodici persone in tutto proprio come i discepoli di Gesù, abbiamo scoperto o ri-scoperto le leggi che regolano la vita dell’uomo: dal funzionamento del nostro corpo, alle dinamiche relazionali, al rapporto con il mondo circostante. Com’è stato sottolineato nella serata spirituale del venerdì, in fondo queste leggi sono i colori con cui Dio, il grande artista, colora le nostre vite riempiendole di gioia e significato, manifestando in noi la sua sapienza e bellezza.

***S. B.****:Sono in forma questi pastori?*

***Alfredo Arisi*** (istruttore atletico): Il primo giorno più che la loro forma fisica ho apprezzato la loro buona volontà di partecipare e il loro entusiasmo di praticare l'esercizio fisico. Man mano che i giorni passavano, i pastori e le loro famiglie sono diventati sempre più agili e attivi nello svolgere la ginnastica mattutina. Spero che continuino a praticare questa sana abitudine che occupa poco tempo, ma che procura grandi benefici alla salute fisica, mentale e spirituale.

***S. B.****: Sono state soddisfatte le vostre aspettative?*

***Petru e Veronica Nyerges***: La cosa bella che ci aspettavamo era la possibilità di ritagliare del tempo e dedicarlo al rilassamento, a dei corsi utili per la salute psico-fisico-spirituale, e stare insieme ad altri colleghi. Il cibo molto buono e sano, i corsi che ci sono stati proposti e che abbiamo apprezzato tanto, i massaggi e l’atmosfera serena e divertente, hanno contribuito a rallegrare una settimana davvero speciale.

***S. B.****:Qual è stato il valore aggiunto di questa settimana della salute?*

***Samuele e Sally Barletta***: Oltre agli otto punti classici del Newstart (alimentazione, attività fisica, acqua, sole, autocontrollo, aria, riposo, fiducia in Dio) crediamo che un valore aggiunto sia stata l’amicizia. Abbiamo apprezzato molto la possibilità di vivere questa esperienza di formazione insieme con i nostri compagni di studio alla facoltà di Villa Aurora, oggi colleghi, alcuni dei quali non vedevamo da anni. Questo ha creato sin da subito un atmosfera speciale, familiare e allegra. La possibilità di stare tra amici, condividere le nostre esperienze, confrontarci su temi importanti che riguardano la nostra fede, il ministero pastorale e la vita comunitaria è stato davvero arricchente.

***S. B.****: Quali sono le ragioni che spingono a fare un corso di formazione Newstart per i pastori?*

***Ennio Battista*** (responsabile Lega Vita & Salute): I pastori sono i nostri principali intermediari con le comunità locali. La via più efficace per promuovere valori, idee e programmi è quella che passa da esperienze dirette e concrete. Il Newstart è un programma che fonde le esigenze di informazione sui temi della salute e la possibilità di provare quelle stesse idee su se stessi. Quest'anno è stata la quarta edizione dedicata ai pastori. Forti dei buoni risultati precedenti, la Lega Vita e Salute ha coinvolto l'Associazione pastorale nella scelta di una rosa di nomi da invitare per ogni settimana salute. Il gruppo di pastori scelto anche quest'anno ha lavorato molto su di sé, attraverso dibattiti e dinamiche di gruppo da cui ricavare principi generali e consapevolezze personali per presentare il tema della salute nelle chiese con competenza, equilibrio e buona motivazione. Come fatto con altri pastori che hanno vissuto questa esperienza, la Lega Vita e Salute monitorerà le attività di questo gruppo durante l'anno per essere di aiuto a promuovere nuove attività e progetti per fare crescere la sensibilità nei membri di chiesa sui temi del benessere.

***S. B.****: Qual è stata la vostra esperienza al Newstart?*

*Eugen e Mihaela Havresciuc*: L’argomento salute ci interessa molto e siamo arrivati pronti ad apprendere. Ci aspettavamo di conoscere cose nuove ed è avvenuto. Speravamo di vivere una settimana sana e l’abbiamo con godimento. Siamo stati piacevolmente sorpresi dalla passione che il dott. Raniero Facchini e la psicologa Mirela Pascu hanno dimostrato in ogni gesto e parola. Equilibrio, competenza, coerenza... tutto ciò era il risultato evidente di una passione autentica per Dio, per la sua Parola, per il creato e per il prossimo. Ne siamo stati contagiati e, come figli di Dio e famiglia pastorale, comprendiamo l’urgenza di agire per il bene degli altri nelle scelte quotidiane, come anche la possibilità cristiana di aiutare a vivere meglio gli altri appropriandosi della «verità nella carità», in totale assenza di giudizio.

***S. B.****: Da quale compassione sei stato mosso per concedere degli zuccheri semplici, sottoforma di gelato, ai «poveri» pastori?*

***Raniero Facchini*** (medico chirurgo): Ciò che conta è l’abitudine di vita, non l’eccezione di una volta!