

## SCUOLA DELLA PAROLA: I SALMI

*La Parola di Dio è all'opera* dentro la storia. Dio cerca l'uomo e desidera intessere un dialogo con lui. Così difficile, però, ascoltarlo... molte sono le cose che ci distolgono da quell'attenzione spirituale necessaria per accogliere gli appelli del Signore! *La Sacra Scrittura è un luogo privilegiato* dove la Parola di Dio prende carne.

I SALMI sono parola dell'uomo rivolta a Dio e sono allo stesso tempo parola di Dio rivolta all'uomo perché fanno parte della Bibbia. Allora è molto importante che, nella nostra vita personale di preghiera, noi ci rendiamo conto che stiamo pregando una parola che Dio stesso ci ha consegnato per rivolgerci a Lui.

**MERCOLEDI di QUARESIMA**  
**ore 20.30 - 21.30 - In Oratorio**

\*\*\*\*\*

**UNZIONE degli INFERMI**  
**DOMENICA 11 febbraio, ore 15.30 in Chiesa**

Molte volte nel Vangelo è detto che Gesù guarisce i malati, consola chi è nel dolore, cura il corpo e lo spirito. Il segno di questa premura che continua ancora oggi nella Chiesa è il Sacramento dell'Unzione degli Infermi. Molti lo considerano come unzione estrema e per questo lo rifiutano. Invece viene donato a tutti coloro che per malattia o vecchiaia hanno una salute fragile o compromessa. Il soggetto è dunque la persona seriamente malata che domanda a Dio la salvezza, il conforto, la guarigione. Invitiamo i nostri anziani e ammalati a cogliere questo dono che viene conferito comunitariamente in chiesa il giorno 11 febbraio, giornata mondiale del malato e festa della Madonna di Lourdes, madre premurosa degli ammalati. Chi desidera questo sacramento prenda contatto con il parroco o altro sacerdote della parrocchia.

## CRESCERE INSIEME NELLA FEDE

È una proposta vissuta anche negli anni scorsi, utile a creare un clima di condivisione, di conoscenza e di empatia tra le persone che formano la nostra comunità cristiana.

Una domenica per "stare insieme", crescere nella conoscenza reciproca forse talvolta data per scontata; riflettere insieme, confrontarsi, indicare e proporre, vivere insieme anche il momento del pasto e del divertimento.

Il tema della giornata "Si prese cura di lui" sarà proposta dal parroco che offrirà una riflessione a partire dalla Parola di Dio, e da P. Giovanni che racconterà la sua pluriennale esperienza nel carcere di Como. Invitiamo a dare importanza a questa iniziativa che è per tutti.

**DOMENICA 11 febbraio,**  
**dopo la messa delle 10.30 in Oratorio**

\*\*\*\*\*

## RICORDIAMO CHE.....

- Le celebrazioni, le preghiere, le proposte e quanto si svolge in chiesa può essere sempre seguito anche attraverso: [www.sanfrancescoalbaro.org](http://www.sanfrancescoalbaro.org), cliccando "diretta".
- Ogni giorno è possibili unirsi alla preghiera con la comunità dei frati per la recita dell'Ufficio delle Letture e delle Lodi (ore 8.00); del santo Rosario (ore 17.30); del Vespro (ore 18.30) e nei Venerdì di Quaresima la Via Crucis alle 17.20

Tel: Parrocchia 010 369691

Mail: [albaro.parrocchia@gmail.com](mailto:albaro.parrocchia@gmail.com)

# ALBARO VIVO

## Q 2018



# Quaresima

## L'aria pura delle origini

Viviamo in un tempo di grandi cambiamenti, di continui aggiornamenti: delle persone, delle istituzioni... Tutto oggi avviene in fretta, talvolta senza che abbiamo la possibilità di renderci conto di ciò che sta avvenendo. Non abbiamo quasi nemmeno il tempo per respirare. Una parola ricorre spesso nelle nostre conversazioni: «Sono stanco, non ne posso più, sono stressato». Le vacanze, le ferie, la settimana bianca, il weekend..., non sembrano produrre l'effetto desiderato. Le relazioni, sia a livello personale, che sociale, si fanno intricate, conflittuali, false e creano profondi disagi. C'è bisogno del riposo profondo che nasce da un silenzio vivificante. Aspiriamo ad una maggiore chiarezza e serenità, al superamento della violenza, al credere nella fecondità del perdono, alla gioia della riconciliazione, dell'incontrarsi, del riunirsi fraternamente, del dialogare. Tutto questo non è che espressione di un *bisogno di salvezza*: ma l'uomo, tutti gli uomini insieme, sono forse capaci di realizzarla? Per il cristiano, la quaresima è il tempo per operare un vero cambiamento e rinnovamento, per riprendere a respirare a pieni polmoni, per mettere ordine nelle molte confusioni, per stabilire relazioni autentiche, per riprendere i dialoghi interrotti, per gustare il vero riposo... per arrivare alla salvezza. Tutto questo non avviene per un atto di volontà, né è frutto di una vivace intelligenza, ma nasce dalla decisione di porsi in ascolto di Dio, di lasciarsi cambiare da lui, di abbandonare le attuali vie per percorrere le sue, di entrare in una storia di salvezza. Quaresima diventa allora un "dono". È invito a tornare a respirare l'aria pura delle origini. Per questo il sacerdote, imponendoci la cenere sulla testa, invita a conversione, cioè a ritornare là dove è cominciata la nostra avventura. "Prima ancora che tu nascessi io già avevo pensato a te". All'inizio c'è una storia di amore. Quaresima è ripartire dall'Amore.

P. Leopoldo, parroco

## IL DIGIUNO E L'ASTINENZA

La Quaresima inizia il Mercoledì delle Ceneri con l'austero rito dell'imposizione delle ceneri. "Convertiti e credi al Vangelo" non è uno slogan di effetto, ma un impegno concreto che passa anche attraverso il desiderio autentico di riconoscere chi siamo e chi è Dio per noi. È un periodo di 40 giorni caratterizzato da un forte impegno di preghiera, di ascolto della Parola di Dio, di carità. Si unisce poi il digiuno al quale sono tenuti tutti i maggiorenni dal 18° al 60° anno. Giorni di digiuno e astinenza sono il Mercoledì delle Ceneri e il Venerdì santo; l'astinenza (proibisce l'uso delle carni) va osservata in tutti i venerdì di quaresima. Richiamiamo al riguardo il vero spirito penitenziale che richiede sobrietà, astensione da cibi costosi, da consumo alimentare senza regola, da uso eccessivo di bevande alcoliche, da ricerca di cose superflue, da forme smodate di divertimento, ecc.

\*\*\*\*\*

### MERCOLEDI delle CENERI

L'imposizione delle ceneri avverrà in tutte le messe. Invitiamo però la comunità a privilegiare la celebrazione delle ore 18.00. Sarà un segno visibile del desiderio di un cammino anche comunitario.

\*\*\*\*\*

### ESERCIZI SPIRITUALI IN PARROCCHIA

MERC. 14 - GIOV. 15 - VEN. 16 FEBBRAIO

Occasione privilegiata per dedicare un po' di tempo alla meditazione, al confronto, alla preghiera personale. Le meditazioni sul tema *CAMMINI di CONVERSIONE* sono tenute dal parroco P. Leopoldo e proposte due volte:

**mattino ore 9.30, sera ore 18.30**

## LA VIA CRUCIS

È la pratica religiosa che caratterizza, in modo particolare, il tempo quaresimale. Molti sono legati a questa preghiera cara alla tradizione cristiana che aiuta a meditare il mistero della passione e morte di Gesù. **Ogni venerdì alle ore 17.20**

\*\*\*\*\*

### LA CENA POVERA

Non è il "far finta" che ci porta a questa esperienza. Può far davvero sorridere pensare che domani sarà come sempre e non costa molto un gesto come quello che vogliamo vivere. C'è in questo gesto la disponibilità ad un nuovo stile di vita; c'è una provocazione per tutti noi facili allo spreco; c'è il desiderio di riscoprire nella fede il "gusto" dell'essenziale... Così la carità diventa giustizia e la giustizia, quando si siede a tavola con noi, è davvero un linguaggio nuovo. La "cena del povero" è dunque un segno profetico, perché la giustizia venga a tavola con noi, nelle nostre comunità e anche nelle nostre case.

**Modalità:** la cena povera si svolge in un clima di silenzio anche mentre si consuma un semplice piatto di minestra con pane e acqua. Segue poi un momento formativo: la visione di un filmato in quattro puntate "Storia di Abramo figlio Terach".

**La solidarietà:** alla cena povera è unito il gesto della solidarietà con l'invito a donare ogni volta l'equivalente della cena. Con le offerte raccolte realizzeremo il progetto: "Un pozzo per Tobiah". Si tratta di realizzare un pozzo affinché nel villaggio molto povero e ancora senza acqua ove abita Tobiah, le donne e i bambini non debbano percorrere ore di cammino per andare ad attingere acqua dal fiume. Il costo è di 3.000,00 euro.

**Alla cena povera tutti possono partecipare.**

**MARTEDI di QUARESIMA, ore 19.30 - 20.30  
in Oratorio**