

Da "Detti dei padri del deserto"

Il padre Lot si recò dal padre Giuseppe a dirgli: «Padre, io faccio come posso la mia piccola liturgia, il mio piccolo digiuno, la preghiera, la meditazione, vivo nel raccoglimento, cerco di essere puro nei pensieri. Che cosa devo fare ancora?». Il vecchio, alzatosi, aprì le braccia verso il cielo, e le sue dita divennero come dieci fiaccole. «Se vuoi – gli disse – diventa tutto di fuoco».

PREGHIERE DELLA LITURGIA

È veramente cosa buona e giusta celebrarti, o Padre di infinita misericordia. Cristo Signore nostro, a rivelarci il mistero della sua condiscendenza verso di noi, stanco e assetato, volle sedere a un pozzo e, chiedendo da bere a una donna samaritana, le apriva la mente alla fede; desiderando con ardente amore portarla a salvezza, le accendeva nel cuore la sete di Dio.

È veramente cosa buona e giusta celebrarti, o Padre di infinita misericordia. Tu, a rinnovare l'innocenza del cuore, ci proponi in questo tempo di salvezza l'esempio della preghiera e del digiuno di Cristo; con la tua grazia ci liberi da ogni affetto disordinato e ci insegni a operare tra le cose che passano, come chi è radicato in te, bene eterno. illuminàti da questo mistero, uniti agli angeli e ai santi, cantiamo senza fine l'inno della tua lode: **Santo...**

ESERCIZI SPIRITUALI nella vita corrente

a Barasso ore 20.45
da lunedì 17 a venerdì 21 marzo

"La lotta dello Spirito Santo
tra le nostre relazioni".

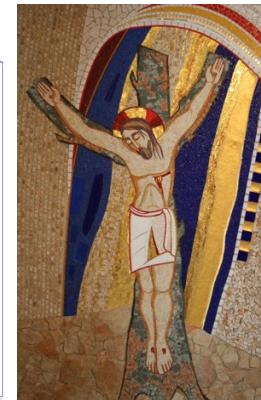
guida spirituale:
don Stefano Guarinelli

VIA CRUCIS al VENERDI': "Parrocchia x parrocchia"

ore 09.00 Via Crucis a Casciago e Barasso
ore 15.00 Via Crucis a Morosolo
ore 17.30 Via Crucis a Luvinate

Comunità pastorale sant'Eusebio

LA QUARESIMA
PER SCOPRIRE
LA BELLEZZA (!?!?)
DEL DIGIUNO E ...
PROVARE A VIVERLO.



Digiuno, un segno antico ... **che non** si fa più, **che non** si capisce più, **che non** sappiamo come fare, **che** abbiamo perso, **che** è staccato dalla vita normale di un cristiano..

Un gesto forse da riprendere **perché** viviamo ... nel corpo, **perché** il corpo non ci domini, **perché** il corpo sia tonificato, **perché** cresca in noi la vita nuova dove anche il corpo ne risente il beneficio.

Con il battesimo abbiamo ricevuto i "**sensi spirituali**": purtroppo si perde la vista, si perde l'udito, si è tremanti nelle mani e nei piedi, non si gustano più le cose, si perde l'olfatto. La nostra vita si intiepidisce. Forse è possibile liberare il nostro corpo da ciò che impedisce la vita di Dio in noi. Non sarà per caso questo il valore della "**quaresima tonificante**"?

Proposta: "Scoprire e vivere la bellezza (!?!?!?) del digiuno".

Come?

1. **Vivere tutti i venerdì** di quaresima, come "terapia d'urto", non facendo per ora distinzione tra digiuno e astinenza: almeno provarci!
2. **Comprendere** bene perché "c'è digiuno eucaristico!" in tutti i venerdì di quaresima.
3. **Approfondire** di settimana in settimana la nota dei Vescovi del 1994 ... che nessuno ha letto.
4. **Favorire** la comprensione di questo gesto che non può essere staccato dalla preghiera e dalla carità (che diamo per assodato).
5. **La nota dei vescovi** (che vedremo) specifica il digiuno come:

«Un unico pasto durante la giornata, ma non proibisce di prendere un po' di cibo al mattino e alla sera, attenendosi, per la quantità e la qualità, alle consuetudini locali».

Il valore della penitenza per il nostro tempo

(Nota dei Vescovi italiani, 1994) seconda parte

La vita nuova secondo lo Spirito

4. Per il cristiano la mortificazione non è mai fine a se stessa né si configura come semplice strumento di controllo di sé, ma rappresenta la via necessaria per partecipare alla morte gloriosa di Cristo: in questa morte egli viene inserito con il Battesimo e dal Battesimo riceve il dono e il compito di esprimerla nella vita morale, in una condotta che comporta il dominio su tutto ciò che è segno e frutto del male: «fornicazione, impurità, passioni, desideri cattivi e quella avarizia insaziabile che è idolatria».

L'adesione a Cristo morto e risorto e la fedeltà al dono della vita nuova e della vera libertà esigono la lotta contro il peccato che inquina il cuore dell'uomo, e contro tutto ciò che al peccato conduce: di qui la necessità della rinuncia. «Cristo ci ha liberati perché restassimo liberi». Consapevole di questa responsabilità, l'apostolo Paolo, ad imitazione degli atleti che si preparano a gareggiare nello stadio, afferma senza timori: «Tratto duramente il mio corpo e lo trascino in schiavitù perché non succeda che dopo avere predicato agli altri, venga io stesso squalificato».

L'impegno al dominio di sé e alla mortificazione è dunque parte integrante dell'esperienza cristiana come tale e rientra nelle esigenze della vita nuova secondo lo Spirito: «Vi dico dunque: Camminate secondo lo Spirito e non sarete portati a soddisfare i desideri della carne... Il frutto dello Spirito è amore, gioia, pace, pazienza, benevolenza, bontà, fedeltà, mitezza, dominio di sé».

In particolare, per il cristiano l'astinenza non nasce dal rifiuto di alcuni cibi come se fossero cattivi: egli accoglie l'insegnamento di Gesù, per il quale non esistono né cibi proibiti né osservanze di semplice purità legale: «Non c'è nulla fuori dell'uomo che, entrando in lui, possa contaminarlo; sono invece le cose che escono dall'uomo a contaminarlo».

La tradizione spirituale e pastorale della Chiesa

5. La dottrina e la pratica del digiuno e dell'astinenza, da sempre presenti nella vita della Chiesa, assumono una fisionomia più definita negli ambienti monastici del IV secolo, sia con la sottolineatura abituale della frugalità, sia con la privazione del cibo in determinati tempi dell'anno liturgico. Nel medesimo periodo, sotto l'influsso degli usi monastici, le comunità ecclesiali delineano le forme concrete della prassi penitenziale.

La pratica antica del digiuno consiste normalmente nel consumare un solo pasto nella giornata, dopo il vespro, a cui fa seguito, abitualmente, la riunione serale per l'ascolto della parola di Dio e la preghiera comunitaria. Si consolida, attraverso i secoli, l'usanza secondo cui quanto i cristiani risparmiano con il digiuno venga destinato per l'assistenza ai poveri ed agli ammalati. «Quanto sarebbe religioso il digiuno, se quello che spendi per il tuo banchetto lo inviassi ai poveri!», esorta Sant'Ambrogio; e Sant'Agostino gli fa eco: «Diamo in elemosina quanto riceviamo dal digiuno e dall'astinenza».

Così l'astensione dal cibo è sempre unita all'ascolto e alla meditazione della pa-

rola di Dio, alla preghiera e all'amore generoso verso coloro che hanno bisogno. In questo senso San Pietro Crisologo afferma: «Queste tre cose, preghiera, digiuno, misericordia, sono una cosa sola, e ricevono vita l'una dall'altra. Il digiuno è l'anima della preghiera e la misericordia la vita del digiuno. Nessuno le divide, perché non riescono a stare separate. Colui che ne ha solamente una o non le ha tutte e tre insieme, non ha niente. Perciò chi prega, digiuni. Chi digiuna abbia misericordia».

Nel IV secolo prende corpo anche l'organizzazione del tempo della Quaresima per i catecumeni e per i penitenti. Questo viene proposto e vissuto come cammino di preparazione alla rinascita pasquale nel Battesimo e nella Penitenza e quindi è orientato verso il Triduo pasquale, centro e cardine dell'anno liturgico che celebra l'intera opera della redenzione e che costituisce l'itinerario privilegiato di fede della comunità cristiana. Per questo San Leone Magno può dire che il vero digiuno quaresimale consiste «nell'astenersi non solo dai cibi, ma anche e soprattutto dai peccati». Durante l'epoca medioevale e moderna, la pratica penitenziale viene tenuta in grande considerazione, diventando oggetto di numerosi interventi normativi ed entrando a far parte delle osservanze religiose più comuni e diffuse tra il popolo cristiano.

Il Concilio e il rinnovamento della disciplina penitenziale

6. Il Concilio Vaticano II, nella sua finalità di cammino verso la santità e di «aggiornamento pastorale», chiede che siano rinnovate le disposizioni della Chiesa sul digiuno e sull'astinenza, chiarendone le motivazioni nel contesto attuale della vita cristiana personale e comunitaria.

Alla richiesta del Concilio risponde Paolo VI con la Costituzione apostolica Paenitemini sulla disciplina penitenziale (17 febbraio 1966). In essa viene richiamato in particolare il valore della penitenza come atteggiamento interiore, come «atto religioso personale, che ha come termine l'amore e l'abbandono nel Signore: digiunare per Dio, non per se stessi». Da questo valore fondamentale dipende l'autenticità di ogni forma penitenziale.

In questo contesto Paolo VI sollecita tutti a riscoprire e a vivere il collegamento del digiuno e dell'astinenza con le altre forme di penitenza e soprattutto con le opere di carità, di giustizia e di solidarietà: «Là dove è maggiore il benessere economico, si dovrà piuttosto dare testimonianza di asceti, affinché i figli della Chiesa non siano coinvolti dallo spirito del "mondo", e si dovrà dare nello stesso tempo una testimonianza di carità verso i fratelli che soffrono nella povertà e nella fame, oltre ogni barriera di nazioni e di continenti. Nei paesi invece dove il tenore di vita è più disagiato, sarà più accetto al Padre e più utile alle membra del Corpo di Cristo che i cristiani — mentre cercano con ogni mezzo di promuovere una migliore giustizia sociale — offrano, nella preghiera, la loro sofferenza al Signore, in intima unione con i dolori di Cristo».

Domenica 6 aprile

**Le offerte della Messa saranno tutte devolute
per le iniziative proposte dalla diocesi.**