



Per la preghiera

DAI PADRI DEL DESERTO

La madre Teodora disse che né l'asceti né le veglie né la fatica salvano, ma soltanto l'umiltà sincera. C'era infatti un anacoreta che cacciava i demoni, e chiese loro: «Che cosa vi fa uscire? Il digiuno?». Dissero: «Noi non mangiamo né beviamo». «Le veglie?». «Noi non dormiamo». «La solitudine?». Dissero: «Noi viviamo nei deserti!». «Ma allora, che cosa vi caccia?». Dissero allora: «Nulla ci vince se non l'umiltà». «Vedi che l'umiltà è il mezzo per vincere i demoni?».

PREGHIERE DELLA LITURGIA

È veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza, rendere grazie sempre e in ogni luogo a te, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno, per Cristo nostro Signore. Nel mistero della sua incarnazione egli si è fatto guida dell'uomo che camminava nelle tenebre, per condurlo alla grande luce della fede. Con il sacramento della rinascita ha liberato gli schiavi dell'antico peccato per elevarli alla dignità di figli. Per questo mistero il cielo e la terra intonano un canto nuovo.

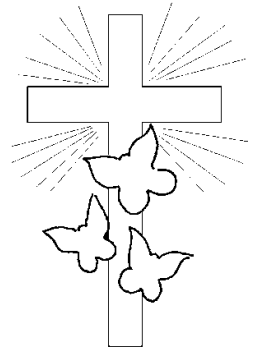
È veramente giusto e fonte di salvezza ringraziarti, o Padre, e con tutti i nostri sensi renderti gloria perché hai lavato la cecità di questo mondo e ai nostri occhi ottenebrati hai fatto risplendere la luce vera, quando – prodigio inaudito – hai ridato la vista al cieco nato. Nel mendicante guarito è raffigurato il genere umano prima nella cecità della sua origine e poi nella splendida illuminazione che al fonte battesimale gli viene donata. Per questo segno della tua misericordia, con tutte le schiere celesti, cantiamo senza fine l'inno della tua lode:

Santo, santo

SABATO 12 APRILE ore 21.00 -
Centro sociale Luvinate
"il segreto di Papa Francesco"
incontro con **Massimo Introvigne**
e presentazione del suo libro.

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. Un gesto forse da riprendere **perché** viviamo ... nel corpo, **perché** il corpo non ci domini.

Proposta:

«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».

Aggiungiamo

1. E fare una telefonata a chi da un po' non sentiamo?
2. E controllare l'uso del computer o del cellulare?
3. E controllare l'uso della televisione, al di là delle notizie?
4. E rinunciare ad un acquisto, ad un biglietto del "gratta e vinci" o altro legato alla "fortuna"?
5. E se andassi a trovare qualche persona malata?
6. E se occupassi il tempo con la lettura del vangelo o di un libro a sfondo religioso?

Il valore della penitenza per il nostro tempo

(Nota dei Vescovi italiani, 1994) quarta parte

Nuove forme penitenziali

10. Le profonde trasformazioni sociali e culturali, che segnano i costumi di vita del nostro tempo, rendono problematici, se non addirittura **anacronistici e superati**, usi e abitudini di vita fino a ieri da tutti accettati. Per la pratica dell'astinenza, si pensi alla distinzione tra cibi «magri» e cibi «grassi»: una simile distinzione porta in sé il rischio di allontanarsi da quella sobrietà che appar-

tiene al genuino spirito penitenziale e di ricercare di fatto cibi particolarmente raffinati e costosi, che di per sé non contrastano con le norme tradizionali fissate dalla Chiesa. Diventa allora necessario **ripensare le forme** concrete secondo cui la prassi penitenziale deve essere vissuta dalla Chiesa dei nostri giorni perché rimanga nella sua originaria verità.

Questi modi consistono nella **privazione** e comunque in una più radicale **moderazione** non solo del cibo, ma anche di tutto ciò che può essere **di qualche ostacolo** ad una vita spirituale pronta al rapporto con Dio nella meditazione e nella preghiera, ricca e feconda di virtù cristiane e disponibile al servizio umile e disinteressato del prossimo.

Il nostro tempo è caratterizzato, infatti, da un consumo alimentare che spesso giunge allo spreco e da una corsa sovente sfrenata verso spese voluttuarie, e, insieme, da diffuse e gravi forme di povertà, o addirittura di miseria materiale, culturale, morale e spirituale. In particolare, **il divario tra Nord e Sud del mondo** presenta abitualmente una diversità di condizioni economiche e sociali veramente spaventosa.

In questo contesto, il problema del digiuno e dell'astinenza si collega, a suo modo, **con il problema della giustizia sociale** e della solidale condivisione dei beni su scala nazionale e mondiale. E in questione allora la responsabilità di tutti e di ciascuno: anche la singola persona è sollecitata ad assumere uno stile di vita improntato ad una **maggiore sobrietà** e talvolta anche all'austerità, e nello stesso tempo capace di risvegliare una forte sensibilità per gesti generosi verso coloro che vivono nell'indigenza e nella miseria. Il grido dei poveri che muoiono di fame non può essere inteso come un semplice invito ad un qualche gesto di carità; è piuttosto un urlo disperato che reclama giustizia ed esige che i gesti religiosi del digiuno e dell'astinenza diventino il segno trasparente di un più ampio impegno di giustizia e di solidarietà.

Alcuni settori di particolare attenzione

11. Il senso cristiano del digiuno e dell'astinenza spingerà i credenti non solo a coltivare una più grande sobrietà di vita, ma anche ad attuare un più **lucido e coraggioso discernimento** nei confronti delle scelte da fare in alcuni settori della vita di oggi: lo esige la fedeltà agli impegni del Battesimo. Ricordiamo, **a titolo di esempio**, alcuni comportamenti che possono facilmente rendere tutti, in qualche modo, schiavi del superfluo dell'ingiustizia:

- il consumo alimentare senza una giusta regola, accompagnato a volte da un intollerabile spreco di risorse;
- l'uso eccessivo di bevande alcoliche e di fumo;
- la ricerca incessante di cose superflue, accettando acriticamente ogni moda e ogni sollecitazione della pubblicità commerciale;
- le spese abnormi che talvolta accompagnano le feste popolari e religiose;
- la ricerca smodata di forme di divertimento che non servono al necessario recupero psicologico e fisico, ma sono finì a se stesse e conducono ad evadere dalla realtà e dalle proprie responsabilità;

- l'occupazione frenetica, che non lascia spazio al silenzio e alla preghiera;
- il ricorso esagerato alla televisione e agli altri mezzi di comunicazione, che può creare dipendenza, ostacolare la riflessione e impedisce il dialogo in casa.

I cristiani sono chiamati dalla grazia di Cristo a comportarsi «**come i figli della luce**» e quindi a non partecipare «alle opere infruttuose delle tenebre». Così, praticando un giusto «digiuno» in questi e in altri settori della vita personale e sociale, i cristiani non solo si fanno solidali con quanti, anche non cristiani, tengono in grande considerazione la sobrietà di vita come componente essenziale dell'esistenza morale, ma anche offrono una preziosa testimonianza di fede circa i veri valori della vita umana, favorendo la nostalgia e la ricerca di quella spiritualità di cui ogni persona ha grande bisogno.

Il digiuno e la testimonianza di carità

12. Lo stile, con il quale Gesù invita i discepoli a digiunare, insegna che la **mortificazione** è sì esercizio di austerità in chi la pratica, ma non per questo deve diventare motivo di peso e di tristezza per il prossimo, che attende un atteggiamento sereno e gioioso.

Questa delicata **attenzione agli altri** è una caratteristica irrinunciabile del digiuno cristiano, al punto che esso è sempre stato collegato con la carità: il frutto economico della privazione del cibo o di altri beni non deve arricchire colui che digiuna, ma deve servire per aiutare il prossimo bisognoso. In questo senso il digiuno dei cristiani deve diventare un segno concreto **di comunione** con chi soffre la fame, e una forma di condivisione e di aiuto con chi si sforza di costruire una vita sociale più giusta e umana.

Anche all'interno del nostro Paese, dove permangono e «per certi versi si accentuano acute contraddizioni, come le molteplici forme di povertà, antiche e nuove», la Chiesa si sente interpellata a rivivere e riproporre, nello spirito del vangelo della carità, la pratica penitenziale come segno e stimolo concreto a **farsi carico** delle situazioni di bisogno e ad aiutare le persone, le famiglie e le comunità nell'affrontare i problemi quotidiani della vita.

Così, i **digiuni che accompagnano** alcune manifestazioni pubbliche, come sono le assemblee di preghiera e le marce di solidarietà, possono sollecitare persone e famiglie, ma anche comunità e istituzioni, a trovare risorse da mettere a disposizione di organismi impegnati in opere di assistenza e di promozione sociale. In tal modo è possibile realizzare iniziative di soccorso per i più poveri, come i servizi di prima accoglienza o i sostegni domiciliari per le persone anziane, e nello stesso tempo sensibilizzare le comunità alle esigenze della pace, rendendole accoglienti e solidali con le vittime della violenza e delle guerre.

Domenica 6 aprile

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

I ragazzi raccoglieranno i salvadanai alla domenica delle Palme.