

BUONA QUARESIMA

Carissime parrocchiane e

carissimi parrocchiani,

con il Mercoledì delle Ceneri è iniziata la Quaresima, tempo forte della Chiesa, tempo di penitenza in preparazione alla solennità della Risurrezione di Nostro Signore Gesù Cristo, quest'anno fissata il 20 aprile prossimo ed inserita anche nel cammino del Giubileo della speranza.

In questo periodo siamo chiamati a rivedere la nostra vita di fede e a confrontarla con il Vangelo, cercando di migliorare il nostro comportamento e a rimediare alle eventuali mancanze per divenire ogni giorno dei veri e coerenti seguaci del Signore.

Tante sono le occasioni che ci vengono offerte in questo periodo:

- **Mercoledì delle Ceneri e Venerdì Santo:** digiuno e astinenza dalle carni;

- **partecipazione alle Stazioni quaresimali** che si terranno in modo itinerante nelle parrocchie della nostra Zona Pastorale, secondo il calendario di seguito indicato;

- **ogni venerdì** dalle ore 16.30 in San Pietro: recita del S. Rosario a cui seguirà la Via Crucis, la Liturgia della Parola e la distribuzione della Santa Eucarestia;

- **pratiche di pietà** che ogni persona deciderà di compiere personalmente.

Non lasciamoci sfuggire questa santa occasione impegnandoci a compiere un cammino di conversione, seguendo Gesù sulla Via della Croce e insieme a Lui vivere con gioia il giorno della Pasqua di Risurrezione.

Mentre auguro a tutti voi una buona e santa Quaresima, assicuro la mia preghiera per tutti voi, per le vostre famiglie, i vostri anziani, i vostri ammalati, i vostri figli.

Che la Vergine del Sasso ci benedica e ci accompagni nel cammino penitenziale della Quaresima.

PRATICHE DI PENITENZA

13. - Il canone 1249 del Codice di diritto canonico così indica riguardo alle pratiche di penitenza: *"Per legge divina, tutti i fedeli sono tenuti a fare penitenza, ciascuno a proprio modo; ma perché tutti siano tra loro uniti da una comune osservanza della penitenza, vengono stabiliti dei giorni penitenziali in cui i fedeli attendano in modo speciale alla preghiera, facciano opere di pietà e di carità, sacrificino se stessi compiendo più fedelmente i propri doveri e soprattutto osservando il digiuno e l'astinenza"*.

Ecco alcuni suggerimenti pratici:

1) La legge del digiuno "obbliga a fare un unico pasto durante la giornata, ma non proibisce di prendere un po' di cibo al mattino e alla sera.

2) La legge dell'astinenza proibisce l'uso delle carni, come pure dei cibi e delle bevande che, ad un prudente giudizio, sono da considerarsi come particolarmente ricercati e costosi.

3) Il digiuno e l'astinenza, nel senso sopra precisato, devono essere osservati il Mercoledì delle Ceneri e il Venerdì della Passione e Morte del Signore Nostro Gesù Cristo; sono consigliati il Sabato Santo sino alla Veglia pasquale.

4) L'astinenza deve essere osservata in tutti e singoli i venerdì di Quaresima.

In tutti gli altri venerdì dell'anno, a meno che coincidano con un giorno annoverato tra le solennità, si deve osservare l'astinenza nel senso detto oppure si deve compiere qualche altra opera di penitenza, di preghiera, di carità.

5) Alla legge del digiuno sono tenuti tutti i maggiorenni fino al 60° anno iniziato; alla legge dell'astinenza coloro che hanno compiuto il 14° anno di età.

6) Dall'osservanza dell'obbligo della legge del digiuno e dell'astinenza può scusare una ragione giusta, come ad esempio la salute.

Inoltre, "il parroco, per una giusta causa e conforme alle disposizioni del Vescovo diocesano, può concedere la dispensa dall'obbligo di osservare il giorno di penitenza, oppure commutarlo in altre opere pie.

STAZIONI QUARESIMALI

ore 20.15 S. Rosario e Confessioni

ore 20.45 S. Messa concelebata

Venerdì 14 marzo: PIAN DIVENOLA

Venerdì 21 marzo: BORGONUOVO

Venerdì 28 marzo: S. LORENZO DI SASSO M.

Venerdì 4 aprile: PANICO

Venerdì 11 aprile: S. PIETRO DI SASSO M.

IL DIGIUNO SPIRITUALE

Digiuna dal giudicare gli altri:
scopri Cristo che vive in loro.

Digiuna dal dire parole che feriscono:
riempiti di frasi che risanano.

Digiuna dall'essere scontento:
riempiti di gratitudine.

Digiuna dalle arrabbiate:
riempiti di pazienza.

Digiuna dal pessimismo:
riempiti di speranza cristiana.

Digiuna dalle preoccupazioni inutili:
riempiti di fiducia in Dio.

Digiuna dal lamentarti:
riempiti di stima per il dono della vita.

Digiuna dalle pressioni e insistenze:
riempiti di una preghiera incessante.

Digiuna dall'amarezza:
riempiti di perdono.

Digiuna dal dare importanza a te stesso:
riempiti di compassione per gli altri.

Digiuna dall'ansia per le tue cose:
impegnati nella diffusione del Regno di Dio.

Digiuna dallo scoraggiamento:
riempiti di entusiasmo nella fede.

Digiuna da tutto ciò che ti separa da Gesù:
riempiti di tutto ciò che a Lui ti avvicina!

La Quaresima
è un viaggio che coinvolge
tutta la nostra vita,
tutto noi stessi.

E' il tempo per verificare
le strade che stiamo percorrendo,
per ritrovare la via
che ci riporta a casa,
per riscoprire il legame
fondamentale con Dio,
da cui tutto dipende.

Papa Francesco

