

# Parrocchia Santa Maria Domenica Mazzarello

## *Cari Fratelli e Sorelle*

Anno XXIII - n. 1165 - 12 Marzo 2023 – 3<sup>a</sup> Domenica di Quaresima

### ***La vita nuova e l'immenso amore di Dio...***

Quest'anno la Liturgia della terza, quarta e quinta domenica di Quaresima, attraverso le tematiche dell'acqua, della luce e della vita, costituisce un annuncio teologico di ciò che Dio opera nel Battesimo e al tempo stesso ci presenta una stupenda catechesi battesimale rivolta sin dai tempi più antichi ai catecumeni, ma al tempo stesso anche a ciascuno di noi. Nella Liturgia della Parola di questa domenica risalta in primo piano la tematica dell'acqua, con il suo significato simbolico che attraversa tutta la Scrittura. La prima lettura ci presenta un noto episodio della storia dell'Esodo: la comunità degli israeliti, riunita a Refidim – ultima tappa prima di giungere al Sinai – è assetata per la mancanza di acqua e inizia a protestare contro Mosè ed a dubitare della presenza di Dio. Davanti alle difficoltà e alle prove della vita la fede diventa incerta e fragile: Dio ha forse dimenticato il suo popolo? L'episodio della protesta con cui gli israeliti mettono alla prova Dio pretendendo un suo intervento è talmente importante per la storia del popolo, da essere all'origine della denominazione stessa della località in cui l'evento si è verificato: dal verbo «*nasah*», che significa *tentare - mettere alla prova* deriva la parola Massa, mentre dal termine ebraico «*rib*», che significa *protesta - contestazione* deriva il nome Meriba. E' proprio in questa esperienza drammatica, infatti, che Israele sperimenta, attraverso il dono dell'acqua, la provvidenza, la vicinanza e l'amore di Dio che è sorgente della vita. Nell'acqua che sgorga dalla roccia il popolo di Israele estingue la sua sete e trova in Dio la vita e il senso del suo pellegrinare lungo le pieghe della storia. Il brano del Vangelo annuncia che in Cristo si realizza in pienezza e per tutti quanto a Israele era stato anticipato nell'esperienza dell'esodo. Il brano dell'incontro di Gesù con la Samaritana è un testo di finissima costruzione letteraria e teologica, utilizzato sin dalle origini della Chiesa come catechesi battesimale. La simbologia teologica è ricchissima e qui mi limito ad indicarne brevemente solo due aspetti. Il brano presenta in un crescendo armonico Gesù prima come uomo (giudeo), poi come Signore, Profeta, Messia e infine come Salvatore del mondo, definendo così le tappe di un cammino battesimale che conduce gradualmente il catecumeno a conoscere Cristo e a diventare così suo discepolo. Vi è poi la tematica dell'acqua con il suo significato simbolico. Nella tradizione profetica dell'Antico Testamento l'acqua viva indica l'azione salvifica di Dio. In Cristo l'acqua è simbolo dello Spirito Santo che viene donato affinché ciascuno di noi sia immerso nell'amore di Dio che promette la pienezza della Vita a cominciare già da ora.

- Le parole del cardinale Scola e di altri rappresentanti religiosi e della società civile dopo la tragedia di Crotone.

## «Affrontiamo insieme la realtà delle migrazioni»



L'ultimo, tragico, naufragio di una barca di migranti nel Mar Mediterraneo chiama tutti a un'assunzione di responsabilità. Per la sua complessità, il fenomeno migratorio ha bisogno di soluzioni di varia natura, che tengano conto dei fattori politici, sociali, economici e ambientali dei Paesi che vi sono implicati. Ma esso è innanzitutto un fatto umano che interpella la coscienza di ognuno.

Cristiani e musulmani dovrebbero sentirsi particolarmente toccati da questa realtà. Infatti, la maggior parte degli emigranti che cercano di raggiungere l'Europa sono persone di fede cristiana o musulmana, i territori nei quali transitano hanno una significativa presenza cristiana o musulmana e i luoghi da cui s'imbarcano sono perlopiù Paesi a maggioranza musulmana.

Negli ultimi anni il dialogo tra cristiani e musulmani è stato comprensibilmente incentrato su temi come la convivenza pacifica, la cittadinanza paritaria e la prevenzione della violenza religiosa, con la pubblicazione di documenti condivisi, prese di posizione e organizzazione di conferenze. Riteniamo che l'emigrazione, con tutte le sofferenze che l'accompagnano, meriti un'attenzione simile. Sono già molte le iniziative messe in campo in questo ambito da singole persone o realtà istituzionali, ma un'azione comune concorrerebbe ad approfondire le ragioni dell'amicizia islamo-cristiana.

Non è compito immediato delle autorità religiose e dei fedeli cristiani e musulmani suggerire soluzioni tecniche alle sfide che l'emigrazione comporta. Essi possono però intervenire sia a livello umanitario sia a quello culturale, contribuendo al dibattito su questo tema alla luce dei valori custoditi dalle loro tradizioni. Come afferma il Documento sulla Fratellanza Umana per la Pace Mondiale e la Convivenza Comune, firmato da Papa Francesco e dal Grande Imam di al-Azhar Ahmad al-Tayyib il 4 febbraio del 2019, «la fede porta il credente a vedere nell'altro un fratello da sostenere e da amare. Dalla fede in Dio, che ha creato l'universo, le creature e tutti gli esseri umani – uguali per la Sua Misericordia –, il credente è chiamato a esprimere questa fratellanza umana, salvaguardando il creato e tutto l'universo e sostenendo ogni persona, specialmente le più bisognose e povere».

Nell'enciclica Fratelli Tutti, inoltre, Papa Francesco ha evidenziato che l'emigrazione è sempre un'esperienza di sradicamento e ha quindi riaffermato «il diritto a non emigrare, cioè a essere in condizione di rimanere nella propria terra». Allo stesso tempo, tuttavia, ha ricordato che molti «fuggono dalla guerra, da persecuzioni, da catastrofi naturali» mentre «altri, con pieno diritto, sono alla ricerca di opportunità per sé e per la propria famiglia. Sognano un futuro migliore e desiderano creare le condizioni perché si realizzi».

Nel suo dispiegarsi l'emigrazione consiste di diverse fasi e investe una pluralità di soggetti. Per governarla occorre agire a ogni livello, a monte e a valle contemporaneamente: operare per cercare di rimuovere le cause che la generano, limitandone in questo modo la portata, e allo stesso tempo prevedere percorsi sicuri e forme adeguate di accoglienza e integrazione per le persone che decidono di lasciare il proprio Paese.

Cristiani e musulmani sono chiamati a dare il proprio contributo in ognuno di questi ambiti, impegnandosi contro le ingiustizie e l'oppressione che sono spesso alla base della decisione di partire, contrastando le chiusure nazionalistiche ed egoistiche che impediscono l'accoglienza e condannando l'azione senza scrupoli di trafficanti di uomini e scafisti che si arricchiscono sulla pelle dei migranti.

L'invito a una mobilitazione islamo-cristiana intorno a tali questioni non intende in alcun modo escludere o negare l'apporto di persone di altre tradizioni religiose e altre convinzioni, ma punta a fare in modo che un patrimonio spirituale e morale in parte condiviso tra cristiani e musulmani sia messo a servizio della vita buona di tutti.



*Il testo integrale dell'articolo firmato da Fondazione Oasis si trova sul portale del periodico Tempi del 02/03/2023.*

# 3<sup>a</sup> Domenica di Quaresima (Anno A)

## Antifona d'ingresso

*I miei occhi sono sempre rivolti al Signore, perchè libera dal laccio i miei piedi.  
Volgiti a me e abbi misericordia, Signore,  
perchè sono povero e solo (Sal 24, 15-16)*

*\* Durante il Tempo di Quaresima non si dice il Gloria.*

## Colletta

O Dio, fonte di misericordia e di ogni bene, che hai proposto a rimedio dei peccati il digiuno, la preghiera e le opere di carità fraterna, accogli la confessione della nostra miseria perché, oppressi dal peso della colpa, siamo sempre sollevati dalla tua misericordia. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

*Oppure:*

O Dio, sorgente della vita, che offri all'umanità l'acqua viva della tua grazia, concedi al tuo popolo di confessare che Gesù è il salvatore del mondo e di adorarti in spirito e verità. Per il nostro Signore Gesù Cristo...



## PRIMA LETTURA (Es 17, 3-7)

*Dacci acqua da bere*

## Dal libro dell'Èsodo.

In quei giorni, il popolo soffriva la sete per mancanza di acqua; il popolo mormorò contro Mosè e disse: «Perché ci hai fatto salire dall'Egitto per far morire di sete noi, i nostri figli e il nostro bestiame?». Allora Mosè gridò al Signore, dicendo: «Che cosa farò io per questo popolo? Ancora un poco e mi lapideranno!». Il Signore disse a Mosè: «Passa davanti al popolo e prendi con te alcuni anziani d'Israele. Prendi in mano il bastone con cui hai percossa il Nilo, e va'! Ecco, io starò davanti a te là sulla roccia, sull'Oreb; tu batterai sulla roccia: ne uscirà acqua e il popolo berrà». Mosè fece così, sotto gli occhi degli anziani d'Israele. E chiamò quel luogo Massa e Meriba, a causa della protesta degli Israeliti e perché misero alla prova il Signore, dicendo: «Il Signore è in mezzo a noi sì o no?». – **Parola di Dio.**

## **SALMO RESPONSORIALE (Sal 94)**

**Rit: *Ascoltate oggi la voce del Signore:  
non indurite il vostro cuore.***

Venite, cantiamo al Signore,  
acclamiamo la roccia della nostra salvezza.  
Accostiamoci a lui per rendergli grazie,  
a lui acclamiamo con canti di gioia.

Entrate: prostràti, adoriamo,  
in ginocchio davanti al Signore che ci ha fatti.  
È lui il nostro Dio  
e noi il popolo del suo pascolo,  
il gregge che egli conduce.

Se ascoltaste oggi la sua voce!  
«Non indurite il cuore come a Meriba,  
come nel giorno di Massa nel deserto,  
dove mi tentarono i vostri padri:  
mi misero alla prova pur avendo visto le mie opere».

### **SECONDA LETTURA (Rm 5, 1-2.5-8)**

*L'amore di Dio è stato riversato nei nostri cuori  
per mezzo dello Spirito che ci è stato dato*

#### **Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Romani.**

Fratelli, giustificati per fede, noi siamo in pace con Dio per mezzo del Signore nostro Gesù Cristo. Per mezzo di lui abbiamo anche, mediante la fede, l'accesso a questa grazia nella quale ci troviamo e ci vantiamo, saldi nella speranza della gloria di Dio. La speranza poi non delude, perché l'amore di Dio è stato riversato nei nostri cuori per mezzo dello Spirito Santo che ci è stato dato. Infatti, quando eravamo ancora deboli, nel tempo stabilito Cristo morì per gli empi. Ora, a stento qualcuno è disposto a morire per un giusto; forse qualcuno oserebbe morire per una persona buona. Ma Dio dimostra il suo amore verso di noi nel fatto che, mentre eravamo ancora peccatori, Cristo è morto per noi. – **Parola di Dio.**

#### **Canto al Vangelo (Gv 4, 42.15)**

***Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!***

Signore, tu sei veramente il salvatore del mondo;  
dammi dell'acqua viva, perché io non abbia più sete.

***Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!***

## VANGELO (Gv 4, 5-42)

*Sorgente di acqua che zampilla per la vita eterna*

### + Dal Vangelo secondo Giovanni [*forma breve in stile corsivo*]

*In quel tempo, Gesù giunse a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù, dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi. Allora la donna samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?». I Giudei infatti non hanno rapporti con i Samaritani. Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: "Dammi da bere!", tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva». Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?». Gesù le risponde: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno. Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna». «Signore – gli dice la donna –, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua». Le dice: «Va' a chiamare tuo marito e ritorna qui». Gli risponde la donna: «Io non ho marito». Le dice Gesù: «Hai detto bene: "Io non ho marito". Infatti, hai avuto cinque mariti e quello che hai ora non è tuo marito; in questo hai detto il vero». Gli replica la donna: «Signore, vedo che tu sei un profeta! I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare». Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorate ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma viene l'ora – ed è questa – in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così, infatti, il Padre vuole che siano quelli che lo adorano. Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità». Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa». Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con te». In quel momento giunsero i suoi discepoli e si meravigliavano che parlasse con una donna. Nessuno, tuttavia, disse: «Che cosa cerchi?», o: «Di che cosa parli con lei?». La donna intanto lasciò la sua anfora, andò in città e disse alla gente: «Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Che sia lui il Cristo?». Uscirono dalla città e andavano da lui. Intanto i discepoli lo pregavano: «Rabbì, mangia». Ma egli rispose loro: «Io ho da mangiare un cibo che voi non conoscete». E i discepoli si domandavano l'un l'altro: «Qualcuno gli ha forse portato da mangiare?». Gesù disse loro: «Il mio*

cibo è fare la volontà di colui che mi ha mandato e compiere la sua opera. Voi non dite forse: ancora quattro mesi e poi viene la mietitura? Ecco, io vi dico: alzate i vostri occhi e guardate i campi che già biondeggiano per la mietitura. Chi miete riceve il salario e raccoglie frutto per la vita eterna, perché chi semina gioisca insieme a chi miete. In questo, infatti, si dimostra vero il proverbio: uno semina e l'altro miete. Io vi ho mandati a mietere ciò per cui non avete faticato; altri hanno faticato e voi siete subentrati nella loro fatica». *Molti Samaritani di quella città credettero in lui per la parola della donna, che testimoniava: «Mi ha detto tutto quello che ho fatto». E quando i Samaritani giunsero da lui, lo pregavano di rimanere da loro ed egli rimase là due giorni. Molti di più credettero per la sua parola e alla donna dicevano: «Non è più per i tuoi discorsi che noi crediamo, ma perché noi stessi abbiamo udito e sappiamo che questi è veramente il salvatore del mondo».* – **Parola del Signore.**

### **PREGHIERA DEI FEDELI**

*C – Fratelli e sorelle, presentiamo al Signore le intenzioni del nostro cuore e le richieste di quanti si affidano alle nostre preghiere, affidando gioie e preoccupazioni alla misericordia di Dio onnipotente.*

Preghiamo insieme, dicendo: **Donaci, Signore, la tua salvezza.**

1. Per la Chiesa: perché sappia parlare al cuore di ogni persona, risvegliando in ciascuno il desiderio di Dio attraverso la testimonianza di carità e l'annuncio del Vangelo. Preghiamo.
2. Per i catecumeni che si stanno preparando a ricevere il Battesimo: perché siano per la Chiesa sorgente di rinnovato impegno evangelico. Preghiamo.
3. Per quanti si sentono sopraffatti dalle fatiche della vita: perché attraverso la fede e la fraterna carità possano ritrovare fiducia e speranza. Preghiamo.
4. Per la nostra comunità parrocchiale: perché non ci stanchiamo di fare il bene rinnovando ogni giorno con coraggio e coerenza la nostra fedeltà al Battesimo. Preghiamo.

*C – Signore Dio, che mai abbandoni il tuo popolo in cammino, vieni incontro a ciascuno di noi, ascolta la nostra voce e rafforza la nostra speranza. Per Cristo nostro Signore.*

■ La recente giornata internazionale delle donne, l'8 marzo scorso, è l'occasione per proporre questa interessante riflessione della giornalista e scrittrice cattolica Costanza Miriano sull'effettivo valore delle idee.

## VANGELO E FEMMINISMO, UNA RISPOSTA A MICHELA MURGIA.



*“Dio è queer e di conseguenza salverà il queer, perché le etichette limitano l'anima. È legittimo secondo la visione cattolica? Io credo di sì”.* Parola di **Michela Murgia**. È uno dei passaggi “clou” – per modo di dire – della doppia-intervista pubblicata dal quotidiano *La Repubblica* alla scrittrice e alla fondatrice del Pd, Rosy Bindi. Tema: *God Save the Queer. Catechismo femminista* (Einaudi), l'ultima fatica letteraria

dalla saggista e critica sarda, maître à penser di un certo pensiero di sinistra. Un dialogo, quello fra Murgia e Bindi, talmente politicamente corretto e intriso dei soliti cliché – nonché fintamente “ribelle” e anticonformista – da sconfinare nel grottesco. Ne abbiamo parlato con la giornalista cattolica e saggista, Costanza Miriano.

### **“Ma il Vangelo non c'entra nulla”**

Nell'intervista a Murgia e Bindi, emergono tutta una serie di profonde contraddizioni. Come quando la scrittrice afferma che *“Dio è queer e di conseguenza salverà il queer, perché le etichette limitano l'anima”*. Prima afferma che le etichette sono limitanti, poi è lei la prima a darle. Ma ci sono molte inesattezze – per usare un eufemismo – dal punto di vista teologico. In generale, commenta Miriano, *“mi sembra evidente che le categorie del Vangelo non c'entrino assolutamente niente con quelle del femminismo e con le rivendicazioni di classe e le etichette tipo queer. Gesù dice un sacco di volte e in tutti i modi che lui non è venuto a instaurare un ordine sociale diverso. È venuto a liberare l'uomo dal potere del peccato e della morte. Persino gli schiavi rimangono schiavi e San Paolo si raccomanda che lo siano nel modo migliore possibile. Capisco che queste siano categorie incomprensibile a chi non crede, e infatti io penso che chi parla di femminismo nel Vangelo non creda davvero nella risurrezione della carne, nell'inferno e in tutto ciò che la Chiesa ci annuncia”*.

Come sottolinea la Miriano, la Genesi dice che Dio crea l'uomo *“a sua immagine, maschio e femmina”*. Non dice, sottolinea Miriano, *“che*



*l'essere immagine di Dio risieda, per esempio, nell'averne una coscienza, oppure l'intelligenza, o la capacità di linguaggio che ci distingue dagli animali. L'essere a immagine di Dio, dice la Bibbia, è nell'essere maschio e femmina". Per questo la Chiesa, "nonostante i tentativi di chi la vuole usare politicamente" difenderà sempre "questa verità perché è la verità sull'uomo. Essere a immagine di Dio significa che noi ci completiamo solamente in relazione, come Dio che è Trinità ". Solo che finché siamo su questa terra, aggiunge, "la relazione alla quale siamo chiamati è quella sponsale, che nel caso del celibato si realizza in un altro tipo di sponsalità. Entrare in relazione con l'altro, uscire da sé, dare la vita ".*

### **"Temi già sentiti negli anni '70"**

C'è poi il tema del linguaggio utilizzato da Murgia. Solo all'apparenza contemporaneo, fresco, innovativo. In realtà vecchio e vetusto. *"Mi sembrano cose sentite tante volte, suonano molto anni '70" osserva la giornalista. "Ai ragazzi per esempio suscitano sbadigli, noia. Sono mamma di quattro circa ventenni, e posso dire che sono avanti anni luce rispetto a simili rivendicazioni. Ma soprattutto, come dicevo, sono questioni noiose. Entrare in una relazione viva con Dio, con quello che ha creato l'universo, il lago Vittoria, l'Everest, e che dice di essere mio padre (quindi io sono di stirpe regale!), questa è una cosa che mi appassiona e mi interessa" osserva. Un Dio, prosegue Miriano, "che risolve il problema ultimo che abbiamo tutti, la morte. Questa è una cosa che mi appassiona! Ma chi se ne importa del femminismo. Le donne oggi non sono tutte e sempre in posizione subalterna, non sono sempre e soltanto vittime (**ovviamente parlo in generale, poi purtroppo ci sono anche storie singole drammatiche**). La visione che viene data della questione femminile in Italia e in Occidente, direi è unilaterale ".*

### **"Bene però che si cerchi la fede"**

In generale, sembra esserci una vera e propria **ossessione dei progressisti** di voler far conciliare, forzatamente, le loro istanze con il cattolicesimo. Anche quando magari le due cose non possono evidentemente combaciare. Su questo, però, Costanza Miriano non è del tutto negativa e cede dei lati positivi. *"Voglio adottare un pregiudizio positivo su questo. Secondo me in tanti, da destra e da sinistra, cercano di tirare la fede dalla loro parte perché in fondo intuiscono che qui c'è 'roba buona'" sottolinea.*

L'uomo, ogni uomo, rimarca, *"ha nostalgia della verità, della **bellezza**, della grandezza. E la cerca come può. Auguro a chi cerca di diventare capace di trovare, di lasciarsi stupire da Dio, che è molto più grande e più bello delle nostre piccole battaglie ".* Della serie, c'è speranza per tutti, anche per Michela Murgia e il suo vangelo femminista che femminista non è e non potrà mai esserlo.



*Il testo integrale dell'articolo firmato Roberto Vivaldelli si trova sul blog personale di Costanza Miriano. Riportato da "Il Giornale" del 17/11/2022.*

# 20 modi per trarre maggior profitto dalla Quaresima

Marcellino D'Ambrosio è un autore di libri, conferenziere e padre di cinque figli che ha abbandonato la chitarra di un gruppo rock per studiare teologia, insegnare in varie università e partecipare alle principali catene cattoliche di mezzi di comunicazione degli Stati Uniti. Organizza anche viaggi guidati in Italia e in Terra Santa.

Inquieto e dotato di un grande senso dell'umorismo, colui che è anche noto come "Dottor Italia" ha scritto per Catholic Exchange dal Texas, dove vive attualmente, un articolo su quelli che considera i quaranta modi per trarre il meglio dalla Quaresima. "Non si tratta di una lista esaustiva di idee quaresimali, ma è un inizio", afferma.

Cominciamo proponendovi le prime venti possibili risoluzioni per trarre maggior profitto dal tempo forte della Quaresima, in cui Gesù ci chiama alla conversione del cuore. Vi offriremo poi le altre 20.

1. Prendetevi **30 minuti per pregare**, invocare la guida dello Spirito Santo, dare un'occhiata a questa lista ed elaborare una serie pratica e breve di risoluzioni. Ma attenzione. Se cercate di fare troppe cose potreste non riuscire in nessuna. Se avete bisogno di alzarvi presto o di andare a letto più tardi per avere questi 30 minuti di silenzio fatelo. Spegnete telefono e computer. Non permettete interruzioni.
2. Alzatevi prima di tutti in casa e **usate i primi 15 minuti della vostra giornata per pensare a Dio e al dono della vita e per offrire al Signore la vostra giornata.**
3. **Andate ogni giorno a Messa** [*o almeno qualche volta nei giorni infrasettimanali*].
4. Se non potete assistere ogni giorno alla Messa, oltre alla domenica andateci i venerdì di Quaresima e rendete grazie a Gesù per aver dato la vita per voi. Forse potreste andarci anche in **un altro giorno della settimana.** [*magari il giovedì quando c'è adorazione eucaristica*]
5. Passate **almeno 30 minuti in adorazione eucaristica come minimo qualche volta.**
6. Recuperate la tradizione cattolica di fare **frequenti visite al Santissimo Sacramento** nel corso della settimana, anche se è solo per cinque minuti.
7. **Confessatevi almeno una volta durante la Quaresima dopo aver fatto un buon esame di coscienza.**
8. Oltre a compiere la penitenza che vi dà il sacerdote, cercate di soddisfare le condizioni necessarie per ottenere un'**indulgenza plenaria.**

9. Decidete di **leggere ogni giorno almeno un passo della Scrittura**.
  10. Anche se non potete assistere alla Messa ogni giorno, leggete quotidianamente il **messale** cattolico (se non altro le letture del giorno) o cercatelo online o attraverso il cellulare.
  11. Pregate con la **Liturgia delle Ore**. (*Lodi Vespri... anche questi si trovano online con il cellulare*).
  12. Conoscete i **Padri della Chiesa** e leggete passi dei loro scritti insieme alla Scrittura.
  13. Fate la **Via Crucis** ogni venerdì, da soli o in gruppo. Se avete dei **figli**, sarebbe bene che la facessero con voi.
  14. Recitate spesso i Misteri Dolorosi del **Rosario** durante la Quaresima, soprattutto il venerdì e il mercoledì. Quelli Gloriosi sono appropriati per la domenica,
  15. Acquistate un libro di meditazioni sul Rosario da recitare tra le **Ave Maria**.
  16. Se non avete mai recitato il **Rosario in famiglia**, iniziate a farlo. Se comincerete a farlo una volta a settimana, fate in modo che sia di venerdì o di domenica. Se credete che i cinque misteri siano troppo, iniziate con uno.
  17. Prendete l'abitudine di fermarvi almeno cinque volte al giorno, elevare il vostro cuore e la vostra mente a Dio e recitare una **piccola preghiera**, come "Gesù ti amo" o "Signore mio Gesù Cristo, Figlio di Dio, abbi pietà di me peccatore".
  18. Pregate ogni giorno per le intenzioni e per la salute del **papa**.
  19. Pregate ogni giorno per il vostro **vescovo** e per tutti i vescovi della Chiesa cattolica.
  20. Pregate per i vostri **sacerdoti e diaconi** e per tutti i sacerdoti e diaconi.
- 

## Preparazione alla S. Pasqua per tutti..

### Due incontri sulla "Passione secondo Giovanni":

- **Sabato 25 marzo** ore 16,30
- **Mercoledì 29 marzo** ore 18,45

### Tre giornate eucaristiche

**Lunedì 3, martedì 4 e mercoledì 5** aprile

Dalle 17,30 alle 19,30

(S.Rosario, Messa e adorazione eucaristica con i Vespri).

<b>Giorno</b>	<b>gli Appuntamenti della settimana...</b>
<b>DOMENICA 12 MARZO</b>  <b>TERZA DI QUARESIMA</b>	Ore 10.15: Catechesi <b>Sarete Miei Testimoni 2 e 3</b> (II e III Cresime) Ore 10.15: <b>Incontro genitori dei gruppi SMT 2 e 3 (II e III Cresime) con Sr EMILIA DI MASSIMO</b> Ore 11.30: Catechesi <b>Familiare lo sono con Voi</b> (I Comunioni) Ore 11.30: Catechesi <b>Venite con Me</b> (II Comunioni)
MARTEDÌ 14	Ore 16.45: Catechesi <b>Familiare lo sono con Voi</b> (I Comunioni) Ore 16.45: Catechesi <b>Venite con Me</b> (II Comunioni)
MERCOLEDÌ 15	Ore 15.30: Gruppo "Madre Mazzarello" laboratorio di cucito Ore 18.45: <b>Lectio Divina sulla Parola della Domenica</b>
GIOVEDÌ 16	Ore 18.30: <b>Adorazione Eucaristica (fino alle ore 19.00)</b>
VENERDÌ 17	Ore 16.00: Gruppo Cirene – accoglienza ai poveri Ore 18.30: Incontro adolescenti Gruppo SICAR Ore 18.45: <b>Via Crucis animata dal Gruppo ISCV (1°Comunioni)</b>
<b>DOMENICA 19 MARZO</b>  <b>QUARTA DI QUARESIMA</b>	Ore 10.15: Catechesi <b>Sarete Miei Testimoni 2 e 3</b> (II e III Cresime) Ore 11.30: Catechesi <b>lo sono con Voi</b> (I Comunioni) Ore 11.30: Catechesi <b>Familiare Venite con Me</b> (II Comunioni)

<b>RESTIAMO IN CONTATTO</b>	
	Indirizzo: Piazza Salvatore Galgano 100, 00173 ROMA
	Telefono: 06.72.17.687
	Fax: 06.72.17.308
	Sito Internet: <a href="http://www.santamariadomenicamazzearello.it">www.santamariadomenicamazzearello.it</a>
	Email: <a href="mailto:bernardo.dimatteo68@gmail.com">bernardo.dimatteo68@gmail.com</a>
	<a href="https://www.facebook.com/Parrocchia-Santa-Maria-Domenica-Mazzearello">https://www.facebook.com/Parrocchia-Santa-Maria-Domenica-Mazzearello</a>

**LA SEGRETERIA PARROCCHIALE**  
**è aperta dal lunedì al venerdì**  
**dalle ore 17.00 alle ore 19.30**

<b>GLI ORARI DELLE SANTE MESSE:</b>	
DAL LUNEDÌ AL VENERDÌ	08.30 18.00
SABATO	18.00
DOMENICA	10.00 11.30 18.00
<b><u>CONFESSIONI:</u></b> <i>Mezz'ora prima della Messa</i>	