



## Il Digiuno

**Dal libro del profeta Isaia (Is 58, 4-7)**

*"...Non digiunate più come fate oggi, così da fare udire in alto il vostro chiasso. È forse come questo il digiuno che bramo, il giorno in cui l'uomo si mortifica? Piegare come un giunco il proprio capo, usare sacco e cenere per letto, forse questo vorresti chiamare digiuno e giorno gradito al Signore? Non è piuttosto questo il digiuno che voglio: sciogliere le catene inique, togliere i legami del giogo, rimandare liberi gli oppressi e spezzare ogni giogo? Non consiste forse nel dividere il pane con l'affamato, nell'introdurre in casa i miseri, senza tetto, nel vestire uno che vedi nudo, senza trascurare i tuoi parenti?"*

## Riflessione

Ha ancora senso oggi per noi, parlare di digiuno? E poi, se vogliamo fare digiuno, in che modo? A che cosa dobbiamo rinunciare, dal momento che siamo nell'abbondanza? Non si corre il rischio di rinunciare a qualcosa, tanto per fare una rinuncia, ma che alla fine non serva né a noi che rimaniamo tali e quali, né agli altri ai quali non arriva nulla del nostro digiuno?

Un esempio concreto di digiuno ci viene presentato da don Damiano Puccini, che alcuni di noi hanno conosciuto personalmente, nel notiziario della sua Associazione "Oui pour la vie" che ci ha inviato proprio in questi giorni dal Libano.

La guerra in Siria ha costretto almeno tre milioni di profughi siriani a trovare rifugio fuori dal proprio Paese. In Libano le stime ufficiali parlano di un milione e 200mila profughi registrati presso gli organismi dell'Onu ma, secondo i calcoli locali, il dato reale arriva a un milione e 600mila. Oltre alle più di 700 famiglie di profughi iracheni, che portano con loro i segni della tragedia non solo di essere state sradicate e cacciate a mani vuote dalle loro case e villaggi in piena notte, spinte verso "un futuro incerto" in preda alla paura e al terrore, ma anche di assistere alla riduzione legalizzata delle donne in condizioni

di prigionia. Esse sono vendute al mercato degli schiavi, diventando così "merce di scambio", alla stregua di un "vecchio arnese", oltre che alle violenze efferate e esecuzioni capitali, anche per i bambini.

I nostri volontari di *Oui pour la Vie* fanno tutto il possibile per distribuire cibo, coperte, stufe, carburante, vestiti pesanti, rimanendo sempre fedeli agli impegni di rinuncia personale di buona parte delle loro entrate, fino anche ad un terzo, per questo fine caritativo. Ma la situazione di emergenza si va ormai cronicizzando. La comunità internazionale ha ridotto gli aiuti.

**In questa Quaresima, ci impegniamo a vivere la pratica del digiuno** da cibo e bevande fino alle dodici di ogni giorno e l'astinenza fino a Pasqua da carne, latticini, dolci. E' sempre toccante notare come anche i poveri che si aiutano, quelli cristiani, cercano di unirsi a questa pratica, grazie alla serenità in un cammino di perdono che i volontari condividono con loro.

### Preghiera, digiuno, elemosina!

*Sono tre i percorsi con i quali siamo, tradizionalmente, chiamati a ricamare il nostro itinerario quaresimale: la preghiera, il digiuno e l'elemosina. Oggi potremmo tradurre la preghiera con "ascolto"; il digiuno con "sobrietà" e l'elemosina con "condivisone" e "solidarietà".*



### Fatima Santiago

Quest'anno proponiamo un **pellegrinaggio parrocchiale** verso due mete tra le più ricercate della cristianità: **Fatima**, luogo delle apparizioni della Madonna; **Santiago de Compostela**, meta di pellegrinaggi fin dal medioevo.

Quota tutto compreso € 1.050.00

Supplemento camera singola € 155.00

Troppi i dettagli da evidenziare, **invitiamo a prendere il programma completo presso la segreteria della parrocchia.**

### PROPOSTA

## MESSAGGIO DEL SANTO PADRE FRANCESCO PER LA QUARESIMA 2015

Rinfrancate i vostri cuori (Gc 5,8) - 2ª parte



### 2. "Dov'è tuo fratello?" (Gen 4,9) – Le parrocchie e le comunità

Quanto detto per la Chiesa universale è necessario tradurlo nella vita delle parrocchie e comunità. Si riesce in tali realtà ecclesiali a sperimentare di far parte di un solo corpo? Un corpo che insieme riceve e condivide quanto Dio vuole donare? Un corpo, che conosce e si prende cura dei suoi membri più deboli, poveri e piccoli? O ci rifugiamo in un amore universale che si impegna lontano nel mondo, ma dimentica il Lazzaro seduto davanti alla propria porta chiusa? (cfr Lc 16,19-31).

Per ricevere e far fruttificare pienamente quanto Dio ci dà vanno superati i confini della Chiesa visibile in due direzioni.

In primo luogo, unendoci alla Chiesa del cielo nella preghiera. Quando la Chiesa terrena prega, si instaura una comunione di reciproco servizio e di bene che giunge fino al cospetto di Dio. Con i santi che hanno trovato la loro pienezza in Dio, formiamo parte di quella comunione nella quale l'indifferenza è vinta dall'amore. La Chiesa del cielo non è trionfante perché ha voltato le spalle alle sofferenze del mondo e gode da sola. Piuttosto, i santi possono già contemplare e gioire del fatto che, con la morte e la resurrezione di Gesù, hanno vinto definitivamente l'indifferenza, la durezza di cuore e l'odio. Finché questa vittoria dell'amore non compenetra tutto il mondo, i santi camminano con noi ancora pellegrini. Santa Teresa di Lisieux, dottore della Chiesa, scriveva convinta che la gioia nel cielo per la vittoria dell'amore crocifisso non è piena finché anche un solo uomo sulla terra soffre e geme: "Conto molto di non restare inattiva in cielo, il mio desiderio è di lavorare ancora per la Chiesa e per le anime" (Lettera 254 del 14 luglio 1897).

Anche noi partecipiamo dei meriti e della gioia dei santi ed essi partecipano alla nostra lotta e al nostro desiderio di pace e di riconciliazione. La loro gioia per la vittoria di Cristo risorto è per noi motivo di forza per superare tante forme d'indifferenza e di durezza di cuore.

D'altra parte, ogni comunità cristiana è chiamata a varcare la soglia che la pone in relazione con la società che la circonda, con i poveri e i lontani. La Chiesa per sua natura è missionaria, non ripiegata su se stessa, ma mandata a tutti gli uomini.

Questa missione è la paziente testimonianza di Colui che vuole portare al Padre tutta la realtà ed ogni uomo. La missione è ciò che l'amore non può tacere. La Chiesa segue Gesù Cristo sulla strada che la conduce ad ogni uomo, fino ai confini della terra (cfr At 1,8). Così possiamo vedere nel nostro prossimo il fratello e la sorella per i quali Cristo è morto ed è risorto. Quanto abbiamo ricevuto, lo abbiamo ricevuto anche per loro. E parimenti, quanto questi fratelli possiedono è un dono per la Chiesa e per l'umanità intera.

Cari fratelli e sorelle, quanto desidero che i luoghi in cui si manifesta la Chiesa, le nostre parrocchie e le nostre comunità in particolare, diventino delle isole di misericordia in mezzo al mare dell'indifferenza!

### 3. "Rinfrancate i vostri cuori !" (Gc 5,8) – Il singolo fedele

Anche come singoli abbiamo la tentazione dell'indifferenza. Siamo saturi di notizie e immagini sconvolgenti che ci narrano la sofferenza umana e sentiamo nel medesimo tempo tutta la nostra incapacità ad intervenire. Che cosa fare per non lasciarci assorbire da questa spirale di spavento e di impotenza?

In primo luogo, possiamo pregare nella comunione della Chiesa terrena e celeste. Non trascuriamo la forza della preghiera di tanti! L'iniziativa 24 ore per il Signore, che auspicio si celebri in tutta la Chiesa, anche a livello diocesano, nei giorni 13 e 14 marzo, vuole dare espressione a questa necessità della preghiera.

In secondo luogo, possiamo aiutare con gesti di carità, raggiungendo sia i vicini che i lontani, grazie ai tanti organismi di carità della Chiesa. La Quaresima è un tempo propizio per mostrare questo interesse all'altro con un segno, anche piccolo, ma concreto, della nostra

partecipazione alla comune umanità.

E in terzo luogo, la sofferenza dell'altro costituisce un richiamo alla conversione, perché il bisogno del fratello mi ricorda la fragilità della mia vita, la mia dipendenza da Dio e dai fratelli. Se umilmente chiediamo la grazia di Dio e accettiamo i limiti delle nostre possibilità, allora confideremo nelle infinite possibilità che ha in serbo l'amore di Dio. E potremo resistere alla tentazione diabolica che ci fa credere di poter salvarci e salvare il mondo da soli.

Per superare l'indifferenza e le nostre pretese di onnipotenza, vorrei chiedere a tutti di vivere questo tempo di Quaresima come un percorso di formazione del cuore, come ebbe a dire Benedetto XVI (Lett. enc. *Deus caritas est*, 31). Avere un cuore misericordioso non significa avere un cuore debole. Chi vuole essere misericordioso ha bisogno di un cuore forte, saldo, chiuso al tentatore, ma aperto a Dio. Un cuore che si lasci compenetrare dallo Spirito e portare sulle strade dell'amore che conducono ai fratelli e alle sorelle. In fondo, un cuore povero, che conosce cioè le proprie povertà e si spende per l'altro.

Per questo, cari fratelli e sorelle, desidero pregare con voi Cristo in questa Quaresima: "*Fac cor nostrum secundum cor tuum*": "*Rendi il nostro cuore simile al tuo*" (Supplica dalle Litanie al Sacro Cuore di Gesù). Allora avremo un cuore forte e misericordioso, vigile e generoso, che non si lascia chiudere in se stesso e non cade nella vertigine della globalizzazione dell'indifferenza.

Con questo auspicio, assicuro la mia preghiera affinché ogni credente e ogni comunità ecclesiale percorra con frutto l'itinerario quaresimale, e vi chiedo di pregare per me. Che il Signore vi benedica e la Madonna vi custodisca.

Dal Vaticano, 4 ottobre 2014

Festa di San Francesco d'Assisi

FRANCESCO

22 DOM

1ª di Quaresima

Gn 9,8-15; Sal 24; 1.Pt 3,18-22; Mt 1,12-15

23 LUN

Lv 19,1-2.11-18; Sal 18; Mt 25,31-46

I Passi: Questa settimana l'incontro sul Vangelo della Domenica **non** viene fatto

21.15 Prove del **Coro Parrocchiale**

24 MAR

Is 55,10-11; Sal 33; Mt 6,7-15

SERVIZIO CULTURA E UNIVERSITÀ

17.15 Aula magna storica della Scuola Superiore Sant'Anna  
La dottrina sociale della Chiesa ed i suoi riflessi sul diritto  
Enzo Balboni, Università cattolica del Sacro Cuore, Milano  
Luigino Bruni, Università di Roma Lumsa

21.15 Parrocchia  
Incontro sul **Vangelo della Domenica**

25 MER

Gio 3,1-10; Sal 50; Lc 11,29-32

26 GIO

Est 4,1.3-5.12-14; Sal 137; Mt 7,7-12

27 VEN

Ez 18,21-28; Sal 129; Mt 5,20-26

15.30 Riunione per il gruppo della **S.Vincenzo**

SERVIZIO CULTURA E UNIVERSITÀ

18.30 Saletta di S. Frediano (ingresso dalla sacrestia)  
Temi del Concilio Vaticano II - D. Roberto Filippini  
La Chiesa e l'"altro" secondo il Concilio Vaticano II  
La chiesa e le altre chiese cristiane: Unitatis reintegratio

### Ogni Venerdì di Quaresima CELEBRAZIONE DELLA VIA CRUCIS



Con il seguente orario:

16.30 Cappella Viale G. Pisano 71  
17.00 Chiesino Via Luigi Bianchi  
Oggi animata dal gruppo della S. Vincenzo  
17.15 Chiesa de I Passi

I sacerdoti nell'ora di queste celebrazioni sono in visita alle famiglie, ci si organizza per tempo per organizzarle e guidarle.

28 SAB

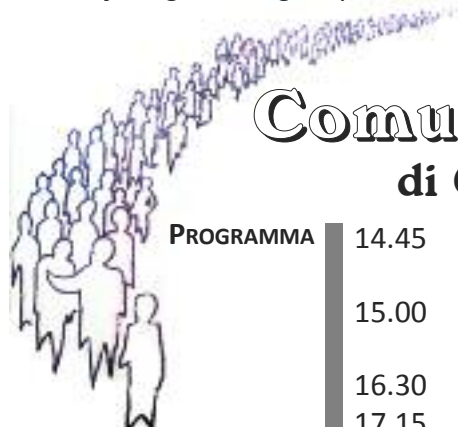
Dt 26,16-19; Sal 118; Mt 5,43-48

1 marzo DOM

2ª di Quaresima

Gn 22,1-2.9a.10-13.15-18; Sal 115; Rm 8,31b-34; Mc 9,2-10

E' la prima domenica del mese... Portando generi alimentari puoi dare aiuto a famiglie e singole persone che si trovano in difficoltà.



## Ritiro Comunitario di Quaresima

Presso Suore  
Francescane  
S.Chiara (Pisa)

PROGRAMMA		
14.45	Ritrovo presso Suore Francescane di S.Chiara (via della Faggiola 27)	
15.00	Pregliera di inizio, testimonianza e momenti di riflessione.	
16.30	Condivisione	
17.15	Adorazione (ci salutiamo alle 18.00)	



Scuola della

### PROPOSTA PER GIOVANI

**Mercoledì 25 febbraio** guidata da Don Giovanni Corradi  
SPALANCHIAMO LE PORTE ... Con l'aiuto dello Spirito Atti 15, 13-35

**Mercoledì 11 marzo** guidata da Don Emanuele Morrelli  
SPALANCHIAMO LE PORTE ... Perché in questa città io ho un popolo numero

GLI INCONTRI SI SVOLGERANNO NELLA  
CAPPELLA DEI SANTI PISANI IN SEMINARIO - ORE 17.30

**Mercoledì 4 marzo**  
**VIA CRUCIS** ... Sulla via della croce  
PIAZZA DEI MIRACOLI  
PARTENZA DAL BATTISTERO ORE 21,00

### PROPOSTA PER ADOLESCENTI 14

**Giovedì 5 marzo** guidata da Don Alessandro Corradi  
SPALANCHIAMO LE PORTE ... Alla bellezza Ester 2,4  
PRESSO I LOCALI DELLA PARROCCHIA DI SAN MARCO ALLE CAPP

**Giovedì 12 marzo** guidata da Don Elio Ragusa  
SPALANCHIAMO LE PORTE ... Alla libertà di scegliere Ac 6, 8-15  
PRESSO I LOCALI DELLA PARROCCHIA DI SAN PROSPERO ORE 18.30

AL TERMINI, PER CHI LO DESIDERI, SI CONVIENE UN PASTO D

### LITURGIA PENITENZIALE PER ADOLES

GUIDATA DAL NOSTRO ARCIVESCOVO GIOVANNI PAOLO

**Mercoledì 18 marzo**  
SPALANCHIAMO LE PORTE ... Sulla passione di Ge  
CHIESA DEL CARMINE - ORE 21,00

## Visita alle Famiglie 2015



### Questa settimana

Lun	23	via Rindi	num. pari + dispari dal n.
Mar	24	via Rindi	dal n. 15 al n. 21
Mer	25	via Rindi	dal n. 23 al n. 25
Gio	26	via Rindi	dal n. 27 al n. 31
Ven	27	via Rindi	dal n. 33 al n. 35

### La Prossima settimana

Lun	2	via Contessa Matilde	dal n. 2 al n. 22
Mar	3	via Contessa Matilde	dal n. 28 al n. 60,
Mer	4	via Contessa Matilde	n. 64, 64/A e 64,
Gio	5	via Contessa Matilde	n. 64 /C e 64/D
Ven	6	via Contessa Matilde	dal n. 64/E al n.

Si comunica che: nei giorni feriali dal 23 al 27  
al 5 Marzo, la S.Messa del pomeriggio **non** viene  
ché in parrocchia è presente un solo sacerdote  
nella visita alle famiglie.



### IL SEMINATORE DI GIOIA SEMINA CON CORAGGIO!

1<sup>a</sup> Domenica di Quaresima 22 FEBBRAIO 2015



#### TESTIMONIANZA

Alex Zanardi nasce a Bologna il 23 ottobre 1966. La passione per i motori lo spinge verso le auto da corsa: Formula 3, Formula 1, CART. Proprio disputando questo campionato, nel 2001, nella tappa in Germania, il pilota ha un grave incidente, in cui perde entrambe le gambe e rimane miracolosamente vivo. Dopo la riabilitazione, Zanardi torna in pista nel campionato WICC, guidando un'auto costruita appositamente per lui, con cui ottiene lusinghieri piazzamenti. Ritiratosi dalle corse, Zanardi intraprende una nuova carriera sportiva nel **paraciclismo**. Sulla sua handbike, macina chilometri e record: tra gli allori, spiccano due medaglie d'oro alle paralimpiadi di Londra 2012 e tre medaglie d'oro ai Campionati Mondiali nel 2013. Nel 2014 stupisce con un'altra memorabile impresa al campionato del mondo di Ironman Triathlon alle Hawaii percorrendo 3,8 km di nuoto, 180 km in handbike e 42 km in carrozzina in meno di 10 ore. L'atleta si è avventurato con successo anche nella tv, conducendo programmi dal buon successo come *E se domani* e *Sfide*. Ciò che colpisce maggiormente di lui è il suo **gracioso coraggio**, la capacità di non arrendersi mai ed il suo inconfondibile sorriso.



«Volete scoprire qualcosa in più su di lui? Cercate su youtube e troverete interviste e filmati molto interessanti! Eccone uno...  
<https://www.youtube.com/watch?v=BwVCP1gv65c>

#### LE TENTAZIONI DI GESÙ NEL DESERTO

*“Lo Spirito sospinse Gesù nel deserto tentato da satana. ... Il Regno di Dio è vicino. Convertitevi e credete al Vangelo”* (Mc 1, 12-15)

#### DAL VANGELO UN MESSAGGIO DI GIOIA E DI SPERANZA ...

Gesù ci annuncia un mondo nuovo e ci invita a realizzarlo insieme a lui, senza paura, senza timore. **IL SUO PUNTO DI FORZA? LA PREGHIERA**

→ Gesù, fa che anche noi sappiamo fare della preghiera il nostro punto di forza;

→ Gesù, donaci **decisione e coraggio** per saper fare, ogni giorno, la nostra parte ...

#### L'IMPORTANTE E' SEMINARE

SEMINA, SEMINA, L'IMPORTANTE È SEMINARE. POCO, MOLTO O TUTTO IL GRANO DELLA SPERANZA. SEMINA IL TUO SORRISO PERCHÉ SPLENDI INTORNO A TE. SEMINA LE TUE ENERGIE PER AFFRONTARE LE BATTAGLIE DELLA VITA. SEMINA IL TUO CORAGGIO PER RISOLLEVARE QUELLO ALTRUI. SEMINA IL TUO ENTUSIASMO, LA TUA FEDE, IL TUO AMORE. SEMINA ED ABBI FIDUCIA: OGNI CHICCO ARRICCHIRÀ UN PICCOLO ANGOLO DELLA TERRA.

AMEN

Amoritas

**IO, SEMINATORE DI GIOIA, MI IMPEGNO A...**



*... seminare il bene con coraggio, non farmi distrarre e cercare di essere un ragazzino bravo, di buon esempio per gli altri miei compagni.*

**NON DIMENTICHIAMO... MISSIONE REPORTER!**

#### In agenda...

**Martedì 3**

**Incontro di preghiera su S.Francesco** per i ragazzi del **3° anno dell'Iniziazione Cristiana**, per le loro famiglie e i catechisti. Al termine, cena condivisa.

**Venerdì 6**

**Via Crucis** (Itinerario da definire)

**Domenica 8**

Celebrazione del Sacramento del Battesimo

ono Art 18, 1-11

21,00

18 ANNI

ELLE ORE 18,30

,30

I PASTA INSERVI

SCENTI E GIOVANI

LO BENOTTO

50 Mc 26, 30-56

1 al n. 13

na

/A

/B

78

27 Febbraio e dal 2  
verrà celebrata per-  
ote ed è impegnato