

Parrocchia S. Maria della Vittoria

TEMPO DI QUARESIMA

“Ecco ora il momento favorevole”, dice la Bibbia.

Il TRIDUO PASQUALE è il cuore dell'anno liturgico, è il vertice di tutta la vita della Chiesa, è il grande appuntamento che Gesù ci dà. Ma dobbiamo arrivarci preparati !

La Chiesa, da sempre, invita a prepararsi alla Pasqua in tre modi: PREGHIERA, DIGIUNO e CARITA'.

In questo foglietto troverai alcune suggerimenti per concretizzare il tuo cammino quaresimale.

Scegli alcuni impegni concreti e sii costante. Fai un programma personale per la quaresima e parlane con il tuo padre spirituale o con il confessore.

Fai tutto con umiltà. Non abbiamo nulla di cui vantarci con Dio. Tutto è dono suo. Buona Quaresima !

**IN QUARESIMA POSSIAMO DEDICARE PIÙ
TEMPO ALLA PREGHIERA. AD ESEMPIO:**

- 1- leggere ogni giorno qualche pagina della Sacra Scrittura, da soli o con altre persone
- 2- partecipare alla Santa Messa anche nei giorni feriali, tutte le volte che possiamo.
- 3- fare una “ visita” a Gesù Eucarestia nella nostra chiesa, o lì dove si svolgono le Quarantore
- 4- recitare bene e con calma le preghiere del mattino e della sera
- 5- partecipare ogni settimana alla Via Crucis
- 6- confessarci più spesso,
facendo bene l’esame di coscienza

**IN QUARESIMA POSSIAMO DIGIUNARE
IN DIVERSE MANIERE. AD ESEMPIO;**

- 1- **digiunare** dalla voglia di lamentarci di tutti...
- 2- dalle parole inutili e velenose...
- 3- dalle varie forme di pigrizie

- 4- **digiunare** dai cibi speciali e costosi
- 5- dalla TV e dal computer,
almeno qualche giorno alla settimana...
- 6- da bevande diverse dall'acqua
- 7- da mezz'ora di sonno per dedicarci alla preghiera
- 8- da spese vane e superflue
- 9- da abitudini negative (vizi)

**IN QUARESIMA POSSIAMO FARE
PIÙ OPERE DI CARITA', PER ESEMPIO:**

- 1- accantonare per opere di carità quello che risparmiamo con le rinunce quaresimali
- 2- perdonare chi ci ha offeso e pregare per lui
- 3- andare a trovare gli ammalati e servirli in qualcosa
- 4- compiere bene il nostro lavoro, e se è possibile anche oltre lo stretto dovere....
- 5- sopportare con amabilità qualche persona un po' fastidiosa, sapendo che anche noi a volte siamo fastidiosi per gli altri...

QUARESIMA 2011

LUNEDI' ore 19	CATECHESI nelle FAMIGLIE
MARTEDI' ore 19	VISITA agli AMMALATI/ PREGHIERA nelle CASE
MERCOLEDI' ore 19	CATECHESI nelle FAMIGLIE
GIOVEDI' ore 19	LECTIO DIVINA in CHIESA
VENERDI' ore 18	VIA CRUCIS / CONFESSIONI
SABATO ore 19	LECTIO DIVINA nelle FAMIGLIE

Ogni sera alle 18 la S.Messa, con un pensiero di meditazione sulle Letture del giorno. Il venerdì, invece, la mattina alle 9,00.

Ogni martedì, dopo la Messa, oppure in altro orario, siamo invitati ad andare a trovare qualche ammalato per fargli compagnia e pregare insieme.

Il sabato siamo invitati a riunirci tra famiglie o con altre persone per leggere con calma le Letture festive e prepararci insieme alla domenica, giorno del Signore. Chi ha bisogno di qualche libretto o sussidio può chiedere in parrocchia.

*Per le **CONFESSIONI** disponibilità dei sacerdoti ogni venerdì:
prima della Via Crucis: ore 17 – 18; dopo la Via Crucis: ore 19 - 20,30*

Per il digiuno quaresimale: ognuno trovi qualche forma di digiuno adatta alla sua situazione (specialmente il venerdì). Il corrispettivo di quello che si risparmia con il digiuno sia destinato alla Caritas, di volta in volta, oppure al temine della Quaresima.

Per i giovani: c'è un programma quaresimale specifico

