

# Rinfrancate i vostri cuori (Gc 5,8)

## Progetto di cammino penitenziale comunitario

In questi mesi è emersa la necessità di elaborare un progetto quaresimale che aiuti a comprendere e valorizzare il **Sacramento della Riconciliazione**.

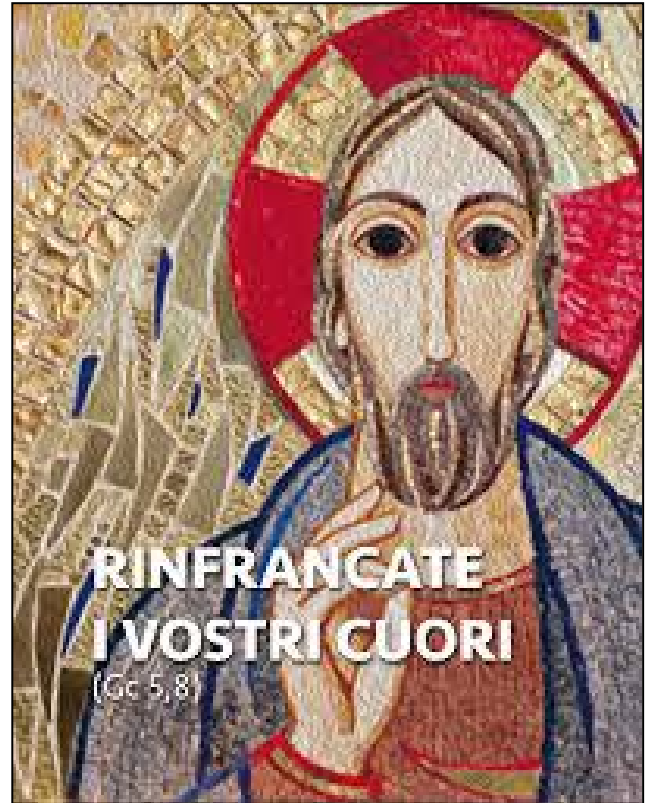
Sacramento poco conosciuto e, certamente, tra i meno praticati dai fedeli, va invece riscoperto come dono di Grazia che il Signore, mediante la Chiesa e, dunque, la comunità parrocchiale, offre ai suoi figli per continuare a camminare in comunione con lui e fra loro.

Offriamo a tutti i fedeli un itinerario, che costituisca un'occasione per riflettere sull'origine e la natura del Sacramento in questione, ma, soprattutto, che diventi un vero e proprio "allenamento" a **riconoscere non solo ciò per cui chiedere perdono, ma anche i motivi per cui rendere grazie al Signore, sia a livello individuale che comunitario**.

*“La Quaresima è il tempo più adatto per la celebrazione del sacramento della Penitenza, perché fin dal giorno delle Ceneri risuona solenne l'invito rivolto al popolo di Dio: «Convertitevi, e credete al Vangelo». Ognuno abbia modo di riconciliarsi con Dio e con i fratelli e di celebrare poi, rinnovato nello spirito, il triduo pasquale del Signore morto e risorto.”. (Rito della Penitenza, 13)*

Uno dei punti di forza di questo cammino è **la dimensione comunitaria**. Emergerà che gli atti del singolo fedele andranno a comporre l'unico atto della comunità, così che la sua lode personale sarà la lode della comunità, l'accusa del suo peccato, sarà l'accusa del peccato della comunità, e il perdono personale che riceverà sarà il perdono dato alla comunità. **Il segreto del rinnovamento della vita ecclesiale si svela quando ogni singolo fedele sente di essere parte viva della comunità, tralcio dell'unica vite che è Gesù**.

La Chiesa, in ricezione alle disposizioni del Concilio Ecumenico Vaticano II, ritiene che *“la celebrazione comune manifesta più chiaramente la natura ecclesiale della penitenza. I fedeli, infatti, ascoltano tutti insieme la parola di Dio, che proclama la sua misericordia e li invita alla conversione, confrontano la loro vita con la parola stessa, e si aiutano a vicenda con la preghiera.”. (Rito della Penitenza, 22)*



## ITINERARIO PENITENZIALE IN SINTESI

---

### Obiettivi:

- rilanciare il Sacramento della Riconciliazione
- recuperare il senso del peccato
- mantenere il riferimento esplicito, univoco e determinante alla comunità
- conservare una dimensione comunitaria del discernimento (educare i fedeli alla lode per quanto il Signore ci dona, nella nostra vita di singoli come nella vita di comunità; sentire la responsabilità di errori e mancanze commessi come comunità parrocchiale)
- mostrare che gli atti dei singoli penitenti (lode al Signore, accusa della colpa, proposito di soddisfazione) si compongono nell'unico atto della comunità che loda Dio, giudica se stessa e, con un cuore solo e un'anima sola, percorre il sentiero della conversione.

### Metodo:

- percorrere tutte le fasi che attestano la validità del Sacramento della Penitenza (Contrizione, Confessione, Soddissfazione, Assoluzione)
- seguire la logica suggerita dal Cardinale Carlo Maria Martini: partire dall'individuazione di ciò che di bello il Signore compie nella nostra vita (*Confessio Laudis*), per poter riconoscere ciò che non va (*Confessio Vitae*) e arrivare, così, ad una vera conversione del cuore (*Confessio Fidei*)
- coinvolgere il maggior numero di fedeli, utilizzando e potenziando le occasioni che già ci sono (Lunedì delle Ceneri, Celebrazioni Eucaristiche festive, cena del povero l'ultimo venerdì di Quaresima, Celebrazione Penitenziale del Martedì nella Settimana Autentica)

### Attuazione:

Rimane ferma la necessità della Confessione individuale delle colpe, "unico modo ordinario, grazie al quale i fedeli si riconciliano con Dio e con la Chiesa". Tuttavia, si ritiene opportuno sollecitare una dimensione comunitaria del discernimento, offrendo sia occasioni di riflessione e di catechesi, che stimolino la contrizione, sia momenti di preghiera, che aiutino ad individuare quei nodi fondamentali attorno ai quali sviluppare la Confessione.

Si individua la partecipazione alla Cena del povero, la sera dell'ultimo venerdì di Quaresima, quale possibilità di Soddissfazione collettiva delle colpe: l'attenzione ai bisogni dei fratelli e la disponibilità a compiere opere concrete di carità è certamente uno dei modi con cui si manifesta la comunione con Dio e nella Chiesa.

Infine, riconoscendo la potente dimensione comunitaria di tutti gli elementi che strutturano il sacramento della Riconciliazione, ricorremo alla forma ordinaria di celebrazione del sacramento della Penitenza, seguendo il "Rito per la confessione di più penitenti con la confessione e l'assoluzione individuale" (Rito della Penitenza, 22).

### Domenica 22 febbraio: I domenica di Quaresima

Durante l'omelia di tutte le S. Messe festive, verrà spiegato il senso e lo svolgersi concreto dell'itinerario quaresimale.

Si chiederà ai fedeli, che vogliano vivere pienamente il cammino quaresimale, di orientare la propria presenza, nelle due domeniche successive, alla Celebrazione vigiliare del sabato sera o a quella delle 10.30 della domenica mattina, in cui i gesti saranno compiuti esplicitamente.

## **Lunedì 23 febbraio: lunedì delle Ceneri**

h. 21.00 Ingresso solenne nell'itinerario quaresimale: recita dei Vesperi Ambrosiani, con un taglio spiccatamente penitenziale, e Rito dell'Imposizione delle Ceneri.

## **Domenica 1 marzo II domenica di Quaresima**

*Confessio Laudis:* PER QUALI DONI PARTICOLARI LA COMUNITÀ DI S. MARIA REGINA SENTE DI DOVER RENDERE GRAZIE AL SIGNORE?

Avremo cura di coinvolgere i fedeli in questo momento celebrativo

## **Domenica 8 marzo III domenica di Quaresima**

*Confessio Vitae:* PER QUALI MANCANZE PARTICOLARI LA COMUNITÀ DI S. MARIA REGINA SENTE DI DOVER CHIEDERE PERDONO AL SIGNORE?

Avremo cura di coinvolgere i fedeli in questo momento celebrativo.

Per una miglior comprensione del cammino penitenziale è necessario un approfondimento di carattere catechetico, offerto nel pomeriggio dall'intervento Del Vescovo ausiliare Mons. Pierantonio Tremolata.

**Ore 16.00 Catechesi sul fondamento biblico del Sacramento della Riconciliazione tenuta da S.E. Mons. Pierantonio Tremolata, Vicario Episcopale per l'Evangelizzazione e i Sacramenti.**

## **Domenica 15 marzo: IV domenica di Quaresima**

Giornata di ritiro spirituale per tutta la parrocchia nel MONASTERO DELL'ABBAZIA DI CHIARAVALLE.

## **Domenica 22 marzo: V domenica di Quaresima**

La quinta domenica di Quaresima vede la comunità impegnata a **riconoscere che la sorgente dell'amore che salva è Gesù, pane vivo spezzato per noi**. La certezza della misericordia del Padre appare evidente dalle parole raccolte dalla preghiera eucaristica della Riconciliazione, specialmente nelle sequenze anamnetiche in cui si fa esplicita memoria della virtù salvifica del corpo e del sangue di Cristo, dono di amore e causa di salvezza per ogni uomo.

## **Venerdì 27 marzo: ultimo venerdì di Quaresima**

Ore 19.00-20.00 Cena del povero. Occasione di riflessione e sensibilizzazione sul tema della pace, mentre si consuma un pasto frugale, come tanti popoli del mondo sono costretti a fare ogni giorno.

## **Martedì 31 marzo: martedì nella Settimana Autentica**

Ore 21,00 Celebrazione penitenziale per tutti i fedeli

*Redditio* RESTITUZIONE ALLA COMUNITÀ, IN FORMA ORANTE, DI QUANTO EMERSO NELLE DOMENICHE PRECEDENTI  
Dopo la confessione e l'assoluzione individuale delle colpe, verrà portata all'altare una pergamena, su cui sarà scritta una preghiera, composta utilizzando gli spunti di riflessione offerti dai fedeli stessi. La stessa verrà letta dal Celebrante durante la santa messa di Pasqua, e verrà affidata ad ogni fedele presente come segno tangibile del cammino di conversione della Comunità.

## **Domenica 5 aprile                      Pasqua nella Risurrezione del Signore**

Verrà presentato alla comunità e consegnato a ciascun fedele il documento finale dell'esperienza vissuta: diventerà parte integrante del Progetto Pastorale ed educativo della parrocchia e sarà affidato al Consiglio Pastorale, affinché ne curi la realizzazione e lo sviluppo per il bene della comunità.

---

### **IL RESPIRO DELLA PREGHIERA QUARESIMALE**

---

Ingresso nella penitenza Quaresimale:

**Lunedì 23 marzo:**    Ore 8,30 santa messa e imposizione delle ceneri  
                             Ore 21,00 Celebrazione dei Vespri, imposizione delle ceneri

**Tutti i venerdì:**

- Ore 8,30 lodi mattutine
- Ore 15,00 via crucis in chiesa
- Ore 21,00 via crucis animata dalle Cascine

Per gli adulti che desiderano una esperienza di forte spiritualità, proponiamo una giornata di ritiro spirituale presso il monastero dell'Abbazia di Chiaravalle. La domenica scelta è la III di Quaresima, 15 **marzo**.

---

### **LA PAROLA DONATA**

---

Tra i momenti particolarmente significativi di questo itinerario, uno spicca per importanza: la catechesi del Vescovo ausiliare di Milano, **S.E. Mons. Pierantonio Tremolada**, Vicario episcopale per l'evangelizzazione e i sacramenti.

L'incontro è fissato alle ore 16,00 di domenica 8 marzo presso il centro comunitario. Si tratta di una **catechesi/meditazione biblica sull'amore e la misericordia di Cristo**, così come ci raccontano i Vangeli. Mons. Tremolada è biblista, già docente di Sacra Scrittura presso la Facoltà teologica dell'Italia Settentrionale.

---

### **IL TEMPO DELLA QUARESIMA CI CHIAMA ALLA CONVERSIONE**

---

La conversione non avviene in forme stabilite a priori in modo che se ne possa fare una casistica o una catalogazione, infatti dove c'è lo Spirito del Signore, lì c'è libertà. Tuttavia Gesù, Verità e Vita, è anche *Via* concreta per giungere alla perfezione evangelica: **questa Via è il sacramento della Riconciliazione**.

Nella nostra parrocchia, per dare più possibilità ai fedeli di accostarsi al sacramento abbiamo lasciato l'opportunità di confessarsi durante le Messe. Questa eccezione si è rivelata ben presto la regola, tanto che le ore del sabato pomeriggio destinate ad accogliere le confessioni dei fedeli e i colloqui spirituali, risultano il più delle volte poco apprezzate. Inoltre, chi si confessa durante la santa messa domenicale non riesce a seguire con la dovuta attenzione e devozione la celebrazione eucaristica, risultando spesso di disturbo per i fedeli che seguono il rito.

Pertanto, senza escludere la possibilità della domenica, in questo tempo di Quaresima, vogliamo orientare con maggior vigore **i penitenti al sabato pomeriggio, dalle 16,00 alle 18,00**.

## UNA GIORNATA IN MONASTERO

---

Una giornata in monastero condividendo la vita della comunità è certamente una esperienza intensa e per molti versi impegnativa. Essa domanda tempo, organizzazione della vita familiare, una buona dose di slancio, ma, insieme, restituisce un respiro di vita più profondo e rappresenta, non solo la conoscenza di uno dei segreti della vita della Chiesa, ma anche una vera esperienza di Dio attraverso persone che hanno lasciato tutto per dedicarsi alla comunità nello stesso luogo per tutta la vita. Bisogna prendere il coraggio a due mani e... provare.

DOMENICA 15 marzo 2015 . **MONASTERO DI CHIARAVALLE**, Monastero fondato nel 1135 a pochi chilometri a sud delle mura di Milano e precisamente dalla zona di Porta Romana.

**“Tutti gli ospiti siano accolti come Cristo in persona perché lui stesso dirà: Ero forestiero e mi avete accolto”** (Regola di San Benedetto - c.53).

### PROGRAMMA

ore 7.45 - Ritrovo e partenza dal piazzale della chiesa  
ore 8.50 - ingresso al Monastero  
ore 9.15 - ora 3<sup>a</sup> e Santa Messa  
ore 11.50 - riflessione guidata dai monaci cistercensi  
ore 12.15 - pausa pranzo (pranzo al sacco)  
ore 14.45 – ora 9<sup>a</sup> e ripresa dei lavori  
ore 16.00 - visita guidata al Monastero e conclusione

Pranzo al sacco – trasferimento con mezzi propri

Iscrizioni in segreteria parrocchiale entro domenica 8 marzo 2015 (informazioni più precise sulla locandina)

## QUARESIMA DI CARITÀ: MOZAMBICO - SuppORTI alla nutrizione

---

Luogo: Diocesi di Inhambane, Mozambico.

Destinatari: I beneficiari si concentrano nel Distretto di Maxixe dove si trovano le scuole per l'infanzia. Saranno coinvolte 540 madri, le relative famiglie (circa 3.100 persone), e 40 maestre. Obiettivi generali: Ridurre la malnutrizione promuovendo modelli di produzione e consumo alimentare sani ed eco-sostenibili.

Contesto: In Mozambico la malnutrizione è altamente preoccupante: il 44% dei bambini sotto i cinque anni di età soffre di malnutrizione cronica, il 18% è sottopeso e il 4% presenta malnutrizione acuta. L'agricoltura locale non riesce a garantire una produzione diversificata e stabile in quanto praticata con tecniche di sussistenza e su un suolo arenoso e povero. Le cattive pratiche igienico-sanitarie nella conservazione e preparazione dei cibi aggravano la situazione.

Interventi: L'associazione CeLIM (Centro Laici Italiani per le Missioni) e la controparte locale rappresentata dalla Congregacao Sagrada Familia di Maxixe desiderano realizzare un intervento che migliori lo stato nutrizionale dei bambini e delle comunità. Le madri dei bambini

che frequentano le scuole dell'infanzia beneficeranno di un ciclo di formazione sulle pratiche di agricoltura sostenibile e sulla promozione delle colture autoctone con un più elevato e diversificato apporto nutritivo.

Saranno affrontati, inoltre, i temi della corretta alimentazione, e saranno elaborati contenuti specifici, a carattere ludico/ricreativo, per permettere ai bambini di riconoscere ed apprezzare gli alimenti fondamentali per la loro alimentazione. In ognuna delle scuole per l'infanzia sarà infine realizzato un orto scolastico che, oltre ad essere un'opportunità formativa, garantirà una fornitura di alimenti con migliorato e bilanciato apporto nutrizionale.

---

### LA CENA DEL POVERO

---

**La cena del povero** consiste nel mangiare solo un po' di riso, pane ed acqua, come fanno milioni e milioni di persone nel mondo, e donare il corrispettivo di una nostra cena normale per sostenere il Centro di Ascolto parrocchiale. Il tema di quest'anno è quello della pace, alla luce delle sollecitazioni che ci vengono da EXPO circa il corretto uso dei beni alimentari. Sarà una serata arricchente e divertente. Venite a vedere.

Per motivi organizzativi è necessario comunicare la propria presenza presso la segreteria parrocchiale.

L'occasione della cena è importante per trasmettere i valori cui teniamo di più.

---

### IL DIGIUNO E LA RICONCILIAZIONE TONIFICANO CORPO E ANIMA

---

**Tutti i sabati dalle 16,00 alle 18,00** don Attilio e don Peppino sono disponibili in chiesa per la confessione o un colloquio spirituale.

Quest'anno prevediamo un'ampia disponibilità per le confessioni dei fedeli alla fine della Quaresima, **Martedì 31 marzo alle ore 21,00** nella celebrazione penitenziale della settimana santa, a conclusione dell'intenso cammino quaresimale.

---

### UN TESTO COMUNE PER LA PREGHIERA PERSONALE

---

È messo a disposizione dalla Diocesi uno strumento tascabile per la preghiera quotidiana personale. Sarà distribuito domenica 22 marzo alla fine della santa messa.

*Buona Quaresima a tutti*