

in grande aridità e sentissi una grande noia nel farla. Se non la tralasci, certamente ti salverai.

Insieme con l'orazione giova molto fare, per mezz'ora o almeno un quarto d'ora, la "lettura spirituale" servendosi di qualche libro che racconta la vita di un santo o che parli delle virtù cristiane. Quanti leggendo un libro devoto hanno cambiato vita e si sono fatti santi! Così è stato per san Giovanni Colombino, sant'Ignazio di Loyola e tanti altri. Sarebbe poi cosa utilissima che ogni anno tu facessi gli esercizi spirituali in una casa religiosa. Comunque, non tralasciare la meditazione ogni giorno.

### AVVISI



**Martedì 6 Marzo dalle 19 alle 20** nella chiesa della **Madonna del Perpetuo Soccorso** si terrà il secondo incontro quaresimale in cui leggere e meditare insieme la **Parola della Vita**.



**Venerdì 9 Marzo alle ore 16.15** - chiesa della Madonna del **Perpetuo Soccorso** - **VIA CRUCIS PER I BAMBINI** delle elementari.



**Via Crucis Venerdì 9 Marzo ore 19.00**, raduno e partenza: **Via Nuoro** (Cortile Scuola dell'infanzia) - Via Alghero - Via Olbia - Via Sardegna - Via Sassari - Via Campidano - Via Rio Concias - Via Assemini - Via Sant'Alfonso - Via Ciusa (chiesa).



Anche quest'anno assieme alle parrocchie della nostra forania celebriamo l'iniziativa **24 ore per il Signore** - un appuntamento istituito da papa Francesco in concomitanza con la Quarta domenica di Quaresima (9-10 marzo 2018). Adorazione e Confessioni non-stop presso il **Santuario di Santa Greca** in **Decimomannu** dalle 12.00 di venerdì 9 alle 12.00 di sabato 10 marzo 2018 (vedi la locandina)

Il turno della nostra parrocchia inizia a mezzanotte di venerdì fino alle 2.00 di sabato (2 ore). L'appuntamento per andare insieme con le macchine è davanti alla chiesa della Madonna del Perpetuo Soccorso venerdì 9 marzo alle ore 23.30.



**Domenica 11 Marzo alle ore 16.00** nella chiesa della Madonna del Perpetuo Soccorso un gruppo dei bambini della 3° elementare si accosterà per la prima volta alla **Confessione** nel Sacramento del perdono.

**ORARIO UFFICIO PARROCCHIALE** (Via XI Febbraio 41)

**LUNEDÌ e SABATO** dalle 10.00 alle 11.30

**MARTEDÌ e GIOVEDÌ** dalle 16.00 alle 17.00

telefono: **070 960 0100** e-mail: **parrocchiasansperate@gmail.com** (certificati, nulla osta, battesimi, istruttorie matrimoniali, ecc.) **www.parrocchiasansperate.it**



Responsabile: **Padre Raffaele Jaworski**

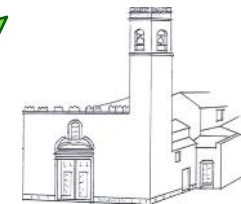
Ufficio: **070 960 0100** abitazione: **070 960 1957** urgenze: **3398316606**



# Sperate!

4 Marzo 2018

III DOMENICA DI QUARESIMA



SETTIMANALE DELLA PARROCCHIA DI SAN SPERATE

*La casa del Padre mio è casa di preghiera, dice il Signore.  
(Antifona ai secondi Vespri)*

## MEZZI PER CONSERVARSI IN GRAZIA DI DIO (2)

(Tratto da *Regolamento di vita un cristiano*  
di Sant'Alfonso Maria de' Liguori)

### 2. L'ORAZIONE MENTALE

Senza l'orazione mentale difficilmente l'anima durerà molto tempo in grazia di Dio. Dice lo Spirito Santo: Ricordati della tua fine e non cadrà mai nel peccato (Sir 7, 36). Chi medita spesso i novissimi, cioè: la morte, il giudizio, l'eternità dell'inferno e del paradiso, non cadrà in peccato. Queste verità non si vedono con gli occhi, ma soltanto con la mente. Se non si considerano, esse spariscono dalla mente e, presentandosi poi i piaceri dei sensi, chi non tiene innanzi le verità eterne facilmente si appiglia a quelli. Per questo tanti si abbandonano ai vizi e si dannano.

Tutti i cristiani sanno e credono che si ha da morire e che dobbiamo essere giudicati; ma siccome non ci pensano, vivono lontani da Dio. Senza orazione mentale non c'è luce, si cammina all'oscuro e, camminando all'oscuro, non si vedono i pericoli, non si prendono i mezzi, non si prega Dio di aiutarci, e così ci perdiamo.

Senza orazione non c'è né la luce né la forza di camminare avanti nella via di Dio; perché senza orazione non si prega Dio di darci il suo aiuto e, non pregando, certamente si cade. Perciò diceva il cardinale Bellarmino che un cristiano, il quale non medita le massime eterne, è moralmente impossibile che perseveri in grazia di Dio. Al contrario, chi fa ogni giorno la sua meditazione, difficilmente cadrà in peccato. Se mai per disgrazia cadesse in qualche occasione, continuando l'orazione, subito ritornerà a Dio. Diceva un servo di Dio: «L'orazione mentale e il peccato mortale non possono stare insieme». Proponi dunque, caro fratello o sorella, di fare ogni giorno, alla mattina o alla sera, ma è meglio alla mattina, mezz'ora di orazione. Nel capitolo seguente troverete spiegato brevemente il modo facile di fare quest'orazione. Del resto, basta leggere qualcuno dei libri di meditazioni esistenti, facendo di quando in quando qualche affetto buono o qualche preghiera, come sarà detto nello stesso capitolo. Soprattutto ti prego di non tralasciare mai questa orazione, almeno una volta al giorno, anche se ti trovassi

**Chiesa di San Giovanni Battista**

<b>Domenica 4 Marzo</b> III di Quaresima	<b>08.00</b>	Alessandro Brisu (7° anniversario)
	<b>10.00</b>	Alla Madonna
<b>Lunedì 5 Marzo</b> S. Teofilo	16.15	Cenacolo dello Spirito Santo
	<b>17.30</b>	Maria Collu (1° anniv), Efisio
<b>Martedì 6 Marzo</b> S. Marciano	<b>09.00</b>	Lorenzo Pilloni e Assunta (S. Lucia)
	<b>17.30</b>	Giovanni Mura e Giuseppa
<b>Mercoledì 7 Marzo</b> Ss. Perpetua e Felicità	<b>17.30</b>	Ennio e Carmelina
	<b>17.30</b>	Antonio, Lucia e Virgilio
<b>Venerdì 9 Marzo</b> S. Francesca Romana	15.00	Coroncina alla D.M.
	<b>17.30</b>	Arnaldo Caria
	19.00	<b>VIA CRUCIS</b> per le vie del paese Raduno e partenza: <b>Via Nuoro 2</b> (Cortile scuola dell'infanzia del Cottolengo)
<b>Sabato 10 Marzo</b> S. Simplicio	<b>17.30</b>	Giovanni Lussu , Maria e Vincenzo
	<b>08.00</b>	Pro populo
<b>Domenica 11 Marzo</b> IV di Quaresima	<b>10.00</b>	Maria Laura Ecca (4° anniv.) Battesimo di <i>Anna Scalas</i>

**Madonna del Perpetuo Soccorso**

<b>10.30</b>	Savina, Giovanni e Ivana
<b>18.00</b>	Luisa e Assunta
07.15	Lodi mattutine
<b>17.00</b>	Secondo le intenzioni dell' offerente
07.15	Lodi mattutine
<b>17.00</b>	Franco
19.00	Leggiamo insieme la Bibbia
07.15	Lodi mattutine
<b>17.00</b>	Giuseppe, Vincenza e figli def.
07.15	Lodi mattutine
<b>17.00</b>	Piero Virdis (3° anniv)
07.15	Lodi mattutine
15.00	Coroncina alla D. M.
16.15	<u>Via Crucis dei bambini</u> (elementari)
<b>17.00</b>	Dante Lussu (3° anniv) Via Crucis in chiesa
7.15	Lodi mattutine
<b>18.00</b>	Salvatore Pilloni (2° anniv)
<b>10.30</b>	Alma, Renato, Ersilia, Alfonso e figli def.
16.00	Prima Confessione dei bambini
<b>18.00</b>	Maria Giovanna Fadda (trigesimo)



Per riflettere insieme..



Se la preghiera fosse un atto semplice e spontaneo probabilmente non si direbbe "Signore vieni presto in mio aiuto", come risposta alla introduzione: "O Dio vieni a salvarmi".

Il mettersi in ascolto e con animo aperto di fronte a Dio ci richiede sempre un impegno di silenzio e di vuoto che favorisce appunto l'incontro.

La preghiera è così una ricerca di Dio e può essere: **guidata** da uno schema, ad esempio la Preghiera delle Ore, **spontanea** nell'impegno appunto di metterci alla scuola di Dio, **incarnata** nel quotidiano con una serie di interrogativi su quanto ci accade sicuri di trovare un disegno provvidenziale di Dio. Può essere **personale**, decisa da ciascuno e in momenti diversi, **comunitaria** in sintonia con una comunità che si riunisce e si pone all'ascolto di Dio, può essere di **adorazione**, nella consapevolezza che nell'abbandono in Dio sta la vera sapienza sostituendo le parole e le richieste con uno sguardo fiducioso in Lui.

A tale proposito insegna molto efficacemente il Curato d'Ars: "Io lo guardo... Lui mi guarda" riportando l'esperienza di un vecchio contadino che ogni giorno si fermava in Chiesa per lungo tempo di fronte al Tabernacolo e al quale il Curato aveva chiesto spiegazioni del suo comportamento.

Talvolta può essere una preghiera di **richiesta** o di **ringraziamento** per i benefici ricevuti.

Sono esemplificazioni che spesso si intrecciano nella nostra esperienza ma che ci fanno sentire sempre il bisogno di essere alla scuola del Signore e supplicarlo: "Signore, insegnaci a pregare".