

Il foglietto

Anno
XXXVI
n.22

PARROCCHIA GESÙ A NAZARET - MILANO

25 febbraio - 3 marzo 2024



Vorrei vivere la Quaresima senza i miei "se" ma con quelli di Dio!
...E la libertà di riscoprire il dono che posso essere per l'altro e per il mondo.

"Tu hai un dono", ci siamo detti insieme a Giacomo Poretti qualche settimana fa!
Confrontandoci adesso con l'esperienza della Samaritana, una donna che le relazioni vissute con tanti uomini avevano alla fine lasciato vuota come un'anfora secca, scopriamo che incontrare Gesù significa immediatamente re-incontrare se stessi e il valore della propria esistenza.
La Samaritana, che nulla aveva da dire ai suoi concittadini, al punto da frequentare il pozzo nell'ora più adatta a non incontrarli, scopre ad un tratto che andare a cercare il mondo che si era lasciata alle spalle è addirittura più importante dell'acqua da bere!
Che cosa è accaduto?

Che adesso, grazie a Gesù, lei si guarda in un altro modo: sa di portare nel cuore il dono di un incontro che le ha dato una consapevolezza nuova.

Che cosa ci vuole per farmi capire quanto valgo?

Può essere un gioiello, regalato da una persona che mi ama; può essere un vestito, pensato per valorizzare il mio corpo; può essere un gesto di tenerezza o un regalo. Sono tutte cose belle e importanti, che talvolta accompagnano la nostra vita.

Niente di tutto questo però è in grado di abilitare in me la consapevolezza di essere a mia volta un dono.

Per compiere questo salto ci vuole un incontro che si fa dialogo, e infine percorso.

Un percorso decisivo, importante. Per il quale anche una cosa necessaria come l'acqua, diventa relativa!

don Alessandro

2ª SETTIMANA

SE Tu conosci il dono di Dio

Al pozzo lascio la mia anfora

Nella 2ª di Quaresima Gesù e la Samaritana si incontrano nell'inattesa normalità di un giorno qualunque.

*La donna riscopre **il dono** che essa è se vive di ciò che ha ricevuto a sua volta da Gesù!
Per questo permette che le tante cose "necessarie" passino finalmente in secondo piano: lascia la sua anfora e cerca l'essenziale!*

MESSE

Feriali: da lunedì al sabato alle 8.30

Festive adulti sabato h.18 / domenica h. 8.30, 11.30 e 18

Festive ragazzi sabato h.19 e domenica h.10

CONFESSORI

Il parroco dal martedì al venerdì dalle 8 alle 8.30 e dal lunedì al venerdì dalle 18.30 alle 19

don Egidio tutti i giorni dalle 17 alle 19

SE

Impegnati Quaresimali

*I pilastri del tempo
di Quaresima:
Preghiera
Carità
Penitenza
Per tessere*

*una trama di comunione
con il mistero della
Passione di Gesù.*

Se decidi,
*eccoti un promemoria
per la settimana:*

Preghiera

In comunità

Ogni giorno

- dal lunedì al venerdì alle 8.15 ci saranno le **lodi del mattino** e alle 8.30 la **Messa** feriale.
- dalle 18.45 alle 19.15 sarà inoltre possibile vivere un **tempo di silenzio** in Chiesa, inframezzato dai **vesperi** con il parroco.

Il venerdì

- Questo venerdì, 1 marzo (2° venerdì di Quaresima), ci sarà la possibilità partecipare alle Vie Crucis delle 15 e delle 21, in Chiesa.

Personalmente

Il sussidio "la parola ogni giorno", è stato distribuito. Chi ancora ne volesse una copia si rechi in sacristia e lo prenoti con l'apposito foglietto.

Carità e penitenza

- Il gesto della **cena del povero**. Dona il corrispettivo di una cena e prendi un sacchetto di riso che troverai in chiesa davanti alla statua di CdF, da consumare poi a casa al posto della cena, **ogni venerdì di Quaresima**.

E' un modo di "DIGIUNARE" che ti fa assumere uno stile povero ed essenziale. Inoltre in questo modo dai un contributo, a tua scelta, per padre Anselmo e per la Caritas parrocchiale.

[Dettagli su cena del povero a pag. 4]

Ve
1

VIA CRUCIS
In Chiesa, ore 21

2^a di Quaresima
il dono fragile



Venerdì sera alle 21 sarà possibile partecipare alla celebrazione della **Via Crucis** in Chiesa.

Mediteremo su Gesù caricato della croce. Gesù, un dono fragile, un tesoro in un vaso d'argilla che però resta dentro la vita con tutto il suo sacratissimo cuore, maestro che apre la strada ad ogni nostro dono, fragile e per grazia, possibile.

Una sera per gli adulti: una sera in cui immergersi nella Passione di Cristo, da cui ha origine il cammino di ogni discepolo.

Monitor della carità

Cena del povero -22%↓

Anno	Sacchetti riso	Offerta	%
1 ^a Sett. '23	315	€1330	
1 ^a Sett. '24	245	€980	-26%



Affrontare insuccessi e frustrazioni

Riflessioni con lo psicologo Marco Bernardi

A cura di Marianna Noto

Come genitori, ci troviamo di fronte a una sfida importante: come dare ai nostri figli gli strumenti per costruire personalità equilibrate e relazioni aperte e libere? Come promuovere un ambiente in cui possano imparare a gestire le difficoltà? Recentemente, abbiamo avuto l'opportunità di accogliere in parrocchia lo *psicologo, psicoterapeuta e formatore* **Marco Bernardi** in un incontro dedicato al tema **"Strumenti per affrontare insuccessi e frustrazioni"**. In questo articolo, vogliamo condividere con voi alcuni spunti chiave emersi durante l'incontro.

Perché è così difficile accettare una sconfitta, un insuccesso e la frustrazione che ne deriva?

"La difficoltà che proviamo nel gestire le frustrazioni" - ha osservato Marco Bernardi - *"è determinata dal desiderio di "primeggiare" che è insito nella natura umana. Sin dai primi momenti della vita, gli esseri umani cercano il riconoscimento, l'apprezzamento, la valorizzazione"*.

Anziché eliminare il "naturale" desiderio di primeggiare, dovremmo concentrarci sull'oggetto di questo desiderio. Chiediamoci, quindi: in che cosa aspiriamo a primeggiare? In che cosa stiamo insegnando ai nostri figli a primeggiare? Quali principi cerchiamo di trasmettere loro?

In un'epoca caratterizzata da "valori" come il consumismo, il capitalismo, l'individualismo, come possiamo guidare i nostri figli verso valori più significativi?

"Nell'era dei social media" - ha continuato Marco Bernardi - "ci siamo trasformati in veri e propri performers. Ognuno di noi ha il suo seguito, il suo pubblico; aspira a soddisfare le sue aspettative, ottenere la sua approvazione. Ma fino a che punto siamo disposti a spingerci per conquistare quel plauso? E quanta ansia e stress può creare questo costante vivere sotto i riflettori?"

In un contesto così complesso, è chiaro che, per affrontare in modo efficace le complesse dinamiche della crescita, un'educazione on demand non basta.

Soltanto con un'educazione di processo potremmo essere in grado di supportare i nostri figli nello sviluppo di abilità sociali essenziali - come imparare a interagire in modo positivo con i loro coetanei, il "gruppo dei pari" - invece di cercare soluzioni immediate per i loro problemi.

Soltanto come comunità, uscendo dal nostro individualismo, possiamo lavorare per creare un ambiente in cui i nostri figli si sentano supportati e compresi in modo da affrontare meglio le sfide della vita.

Vorremmo sentire le vostre opinioni su questi argomenti. Cosa ne pensate? Avete delle domande da rivolgere allo psicologo Marco Bernardi? Inviateci le vostre riflessioni all'indirizzo email parrocchia@gan.mi.it per continuare questa importante conversazione insieme.

Per chi non ha potuto partecipare all'incontro, la registrazione audio è disponibile sul sito della nostra parrocchia:

tinyurl.com/4rbf4acs

La Cena del povero



Una volta alla settimana, magari nel giorno penitenziale del **venerdì**, fai un pasto con il riso del povero!

Quanto costa una cena nella tua famiglia?

Nulla! Prendi tanti sacchetti di riso quanti sono i membri della tua famiglia e in cambio metti i soldi che avresti speso per un normale pasto!

È un'offerta di carità, in cambio della quale puoi sperimentare la sobrietà di una cena povera, e la bellezza della carità!

Dove trovare il materiale

Dopo le Messe, i sacchetti della cena del povero, verranno distribuiti ai tavoli sotto i portici. Puoi lasciare l'offerta della cena se la hai già. Altrimenti la porterai in seguito. Se invece passi in settimana, troverai i sacchetti presso la statua di Charles De Foucauld, sul totem espositivo. L'offerta lasciala alle Messe.

Il film per casa

Una famiglia perfetta

Regia: Paolo Genovese

Produzione: ITA, 2012

Genere: **Commedia**

Adatto per: **tutti**

Reperibilità:

Netflix, PrimeVideo, Apple TV

Cineforum online: **Do 1, ore 19**

* Nb. Il cineforum presuppone che il film sia stato visto a casa.

Trama:

Remake del francese "Familia" di Fernando Leon de Aranoa, il film narra di un uomo di nome Leone che, vivendo in solitudine da anni nella sua enorme villa nella campagna umbra, ingaggia un gruppo di attori che dovranno recitare la parte dei suoi famigliari nel giorno di Natale dando vita a quella "famiglia perfetta" che lui ha da sempre desiderato ma non ha mai avuto.

Il copione, scritto dallo stesso Leone, viene però gradualmente disatteso: la realtà si inserisce nella finzione e ogni ruolo viene rimesso continuamente in discussione. Finale a sorpresa.



Cineforum online Il diritto di contare

Do 25 feb. h.19 su meet.google.com/hjz-mfgw-yta

Awwisi

Do 25 II di Quaresima

Ritiro quaresimale di IV ele con pranzo (9.30-14.30)

Lu 26 CdO (21.00)

Ve 1 Via Crucis in Chiesa (21)

Sa 2 6° incontro II ele (9.30)

Do 3 III di Quaresima

Ma 5 "Trame di Comunione"

con suor Maristella dell'Annunciazione presso il Monastero di San Benedetto in via Bellotti 10 (17.00)

Ve 8 Via Crucis in Chiesa (21)

Sa 9 Ritiro di Quaresima per il gruppo Ado (15.00-22.00)



Parrocchia
Gesù a Nazaret

VIA TRASIMENO 53,
20128 MILANO

Tel: segreteria: 02.27.20.08.82
Mail: parrocchia@gan.mi.it

CONTATTI

SEGRETERIA

ORARI DI APERTURA:

Da Lunedì a Venerdì : apre dalle 16.30 alle 18.30

Giovedì mattina dalle 9.30 alle 11.30

Domenica mattina: apre dalle 11 alle 12

SACERDOTI

PARROCO

don Alessandro Nosedà
cell. 328.88.61.369
donalessandro@gan.mi.it
riceve su appuntamento

SACERDOTE RESIDENTE

don Egidio Villani
cell. 347.01.66.604
egidio.villani@tin.it
vivereincontrarsi.blogspot.com

INSIEME ADESSO!

WWW.GAN.MI.IT

IL SITO DEL GAN