

# VITA DI PARROCCHIA

<b>5 MARZO MERCOLEDÌ</b> Ceneri	<i>"Perdonaci, Signore, abbiamo peccato."</i> Con oggi inizia il tempo liturgico della Quaresima. Le SS. Messe per l'imposizione delle ceneri saranno alle ore 8:00 - 18:00 -21:00.
<b>7 MARZO VENERDÌ</b> Reliquie San Pio	Reliquie di San Padre Pio e confessioni. -Ore 17:00 Arrivo delle reliquie e inizio delle confessioni. -Ore 19:30 Santa Messa
<b>14 MARZO VENERDÌ</b> Prefettura	-Ore 20:30 Via Crucis di Prefettura. La partenza sarà dalla Parrocchia di San Cirillo Alessandrino (Viale Giorgio Morandi 91) e terminerà nella Parrocchia di Santa Maria Immacolata e San Vincenzo De' Paoli (Via di Tor Sapienza, 52).
<b>21 MARZO VENERDÌ</b> Salta la cena	-Ore 19:30 Catechesi della Dott.ssa Grazia Petti, docente della Pontificia Facoltà teologica e l'Istituto di spiritualità "Teresianum", dal titolo: "Evocare e invocare lo Spirito nel buio. La poesia di Sylvia Plath e di Cristina Campo".
<b>22 MARZO SABATO</b> Incontro Coppie	-Ore 20:00 Incontro per le coppie (cena a cura del Gruppo Scout per autofinanziamento). Iscrizione dal 1 al 14 marzo.
<b>28 MARZO VENERDÌ</b> Prefettura	-Ore 20:30 Penitenziale giubilare presso la Parrocchia di San Bonaventura.
<b>4 APRILE VENERDÌ</b> Salta la cena	-Ore 19:30 Catechesi di Padre Luca di Girolamo, docente della Pontificia facoltà teologica "Marianum", che ci parlerà dello "Stabat Mater".
<b>11 APRILE VENERDÌ</b> Salta la cena	-Ore 19:30 Catechesi di Padre Craig Morrison, docente della Pontificia Università Gregoriana, che ci parlerà di un dipinto di Marc Chagall recentemente esposto qui a Roma: "La crocifissione bianca".

**Via Crucis: tutti i venerdì di Quaresima alle 17:15 in Chiesa. A seguire la S. Messa.**

**In questo tempo liturgico riprende, come da tradizione, la "Quaresima di Carità", con la raccolta di viveri e offerte che la nostra Caritas parrocchiale distribuisce alle famiglie in difficoltà del nostro quartiere.**

## Orario SS. Messe, Confessioni, Adorazione Eucaristica e Segreteria Parrocchiale

Celebrazione delle SS. Messe:

feriale: ore 8:00 - 18:00 / festivo: ore 8:30 - 10:00 - 18:00

Confessioni: dal lunedì al venerdì dalle ore 17:00 fino all'inizio della S. Messa.

Adorazione Eucaristica: ogni giovedì dopo la S. Messa delle ore 18:00.

Segreteria parrocchiale: martedì e giovedì 10:00-12:00/ mercoledì e venerdì 16:00-18:00



# Regina Mundi

Una Parrocchia Carmelitana a Roma

Anno 2025, Mese Marzo, N.20 Parrocchia Santa Maria Regina Mundi, Frati Carmelitani

☎ 06263798 ✉ parrocchia@mariareginamundi.org 🌐 www.mariareginamundi.org

📘 Parrocchia Santa Maria Regina Mundi 📷 parrocchia\_smreginamundi

📍 Via Alessandro Barbosi 6, Roma - Metro C, Torre Spaccata



Cari parrocchiani,

Quanto è grande l'amore di Dio per noi che, nonostante la nostra infedeltà, continua ad aspettarci con pazienza. Ci accoglie a braccia aperte, pronto a guarire le ferite dei sentieri che percorriamo, alla ricerca di gioie fugaci che non servono a riempire i nostri cuori.

La Quaresima è un buon momento per cambiare la nostra vita, riconoscere che ci siamo allontanati da Dio e ritornare a Lui. Vi invito a vivere con il cuore aperto questa esperienza di fede, come comunità parrocchiale. Ogni momento proposto in questo cammino quaresimale è un invito personale che Dio rivolge a te.

Fr. Juliano Luiz da Silva, O.Carm.



**Il 6 marzo, inizieranno le benedizioni nelle famiglie!**

Riflettiamoci... 



## Mercoledì delle Ceneri

### • Il digiuno (Mt 6,1-6.16-18)

#### *Quando digiunate*

Perché si digiuna? I Padri della Chiesa dicono che l'uomo fu cacciato dal paradiso a causa della gola, per il desiderio di mangiare il frutto proibito. Questa immagine ha un significato simbolico per la nostra vita. Il resto del paradiso in terra è il cuore umano quando è abitato da pensieri puri e belli.

Questo stato di beatitudine ci abbandona se siamo presi dal piacere di un buon cibo. San Giovanni Climaco ironizza su "gli uccelli grassi che riescono a volare più in alto" alludendo al fatto che chi è troppo sazio diventa incapace di pregare: gli umori del ventre vanno alla testa e l'annebbiano, e lo Spirito Santo non può entrare. Siamo esseri limitati: ci concentriamo su una cosa, dimentichiamo l'altra. Il cibo ci distrae dalla sfera spirituale. Allora il digiuno è una sorta di ritorno al paradiso, perché Dio torna ad essere al centro dell'attenzione.

#### *Il digiuno degli asceti e dei santi*

Presso gli asceti troviamo esempi di un digiuno simile a quello dei fachiri. Secondo la biografia di san Pacomio i monaci egiziani mangiavano pane nero e duro, fatto una volta l'anno, inzuppato nell'acqua. Alcuni impastavano la farina con la cenere perché il pane diventasse amaro. Non usavano olio né carne, solo legumi, che mangiavano crudi. Alcuni digiunavano anche parecchi giorni di seguito. San Pietro di Alcantara mangiava qualcosa ogni tre quattro giorni. San Francesco d'Assisi dopo quasi quaranta giorni di digiuno mangiò per umiltà un pezzo di pane, per non illudersi di potere fare come Cristo. Molti di questi racconti sono leggendari e non vanno presi troppo sul serio. San Tommaso d'Aquino dice che in certi casi è addirittura peccaminoso imitare alla lettera i digiuni di cui parlano le vite dei santi. Ad ogni modo non possiamo paragonare il nostro modo di nutrirci con quello dell'Alto Egitto. Anche oggi fa stupore quanto mangino poco i beduini; eppure sono forti e sani. Nel mangiare bisogna che ognuno trovi la giusta misura; una giusta misura è buona per tutti.

#### *Le regole dell'astinenza*

Riguardo al digiuno e all'astinenza, i manuali ascetici sottolineano specialmente tre punti:

- 1) un'azione retta si giudica dal fine che vogliamo raggiungere;
  - 2) il fine è la salute del corpo e la forza per lavorare;
  - 3) il corpo deve mantenersi in uno stato che serva all'anima, quindi alla preghiera.
- L'adagio popolare dice: "Non viviamo per mangiare, mangiamo per vivere". È vero anche per un cristiano. Mens sana in corpore sano, dicevano gli antichi. Ma se dobbiamo scegliere a cosa dare la precedenza, allora è buono e giusto privilegiare lo spirito e mortificare la carne. Lo spirito governa il corpo. Una persona bene educata sta a tavola e mangia con distacco, come se non avesse fame. Il cristiano che prega a tavola può pregare con il corpo, se durante il pasto rinuncia a qualche piccola cosa per amore di Dio.

*Tempo di Quaresima - Mercoledì delle Ceneri - Tomáš Špidlík*



*Gesù tentato nel deserto - James Tissot*