

# La vita della settimana

## SS. Messe

ore 8:00 Lunedì, Martedì e Mercoledì

ore 17:30 Giovedì e Venerdì

ore 8:00 Sabato

**Domenica ore 9:00; 11:00; 17:30**

## Ascoltiamo la Parola

**ore 18:00 Mercoledì**

## Via Crucis

ore 17:00 Venerdì

## Confessioni

dalle 9:30 Martedì

dalle 16:30 Giovedì e Venerdì

## Adorazione Eucaristica

dalle 15:30 Giovedì

## Catechismo

Martedì dalle 15:15

I, II, III, IV e V Elementare

Mercoledì dalle 15:15

I, II e III Media

## Giovani lavoratori & Co.

ore 21:00 Giovedì

## Animatori Oratorio

ore 19:00 Domenica

## Tutte le sere

ore 19:30 Vespri

*Glorificate il Signore con la vostra vita  
buona settimana e buona Quaresima a tutti*

I Domenica  
Quaresima Anno A  
10 Febbraio 2008  
San Nicola da Crissa



PARROCCHIA MARIA SS. ANNUNZIATA

# L'Annuncio

# Il Vangelo

## Dal Vangelo secondo Matteo 4, 1-11

Gesù digiuna per quaranta giorni nel deserto ed è tentato.

In quel tempo, Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame. Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». Ma egli rispose: «Sta scritto: "Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio"».



Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù; sta scritto infatti: "Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo ed essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra"». Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: "Non metterai alla prova il Signore Dio tuo"». Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». Allora Gesù gli rispose: «Vattene, satana! Sta scritto infatti: "Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto"». Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano.

# Riflessioni

Cominciamo questo periodo di Quaresima, tempo forte e importante che ci viene donato da Dio e dalla Chiesa per meglio prepararsi alle feste pasquali.

Come ogni anno, la sapienza della Chiesa ci dona nella prima domenica la pagina delle *tentazioni di Gesù*. All'inizio della sua vita pubblica il Figlio di Dio si ritira per quaranta giorni nel deserto portato dallo Spirito, per essere tentato dal diavolo.

Alla fine di questi giorni si presenta il maligno.

Come al solito si insinua subdolamente per far cadere nella tentazione Cristo. Alle tre tentazioni: il cibo, il successo e il potere, Gesù risponde prontamente con la Parola. Scaccia la tentazione e il male obbedendo al Padre. Anche per noi questo tempo di quaresima deve essere un periodo che va vissuto intensamente. Dovremmo scendere anche noi nel deserto

per meditare su noi stessi e per vivere soprattutto nell'intimità con Dio. Potremmo pensare che basta vivere vicini al Signore per stare sicuri ma non è così. Il Vangelo che abbiamo ascoltato ce lo dice chiaramente. Il maligno e la tentazione sta sempre dietro l'angolo nella no-

***Nella tentazione  
si è vittoriosi  
solo con Dio.***

stra vita. Paradossalmente tanto più ci avviciniamo a Dio tanto più forte si fa sentire la voce del tentatore.

Il tempo liturgico che stiamo vivendo deve essere un tempo prezioso dove riscopriamo più che mai la presenza del Signore che viene in nostro soccorso e aiuto.

Se vogliamo vivere bene questo tempo sperimenteremo la verità delle parole della Sapienza, *figlio mio hai deciso di se-*

*guire il Signore preparati alla tentazione.* Dobbiamo avere la capacità di smascherare sempre il maligno e le sue tentazioni. Come per Adamo ed Eva così anche per noi il Diavolo si avvicina con la menzogna e non con la verità che è in Cristo e nella sua Parola.

Come per i nostri antenati il peccato ci fa vedere la nostra vera condizione: fragili, nudi, deboli. L'atteggiamento giusto per sconfiggere la tentazione e il male è quello che oggi ci insegna Gesù.

Non ci venga la presunzione di pensare che da soli riusciamo a sconfiggere il male, solo con Dio saremo vittoriosi altrimenti soccomberemo alla tentazione.

È il Signore e la Sua Parola l'arma dinanzi alla quale il maligno non può niente.

Viviamo questo tempo profondamente legati al nostro Salvatore con le tre armi che la Quaresima ci dona: *il digiuno, la preghiera e la carità.*

# Spigolature



Diocesi Mileto Nicotera Tropea  
**Percorso di spiritualità giovanile**

Prossimo incontro

16 febbraio ore 18:00  
- Cattedrale di Tropea

Quest'anno la GMG si terrà in Australia a Sydney dal 15 al 20 luglio  
Per chi desidera fare questa esperienza unica e straordinaria si prenoti al più presto. La nostra permanenza in Australia sarà dal 04 al 24 luglio.

***Dicci qualcosa,  
contribuisci anche tu.  
Mandaci qualche tua ricetta,  
auguri, ricorrenze particolari, consigli  
Suggerimenti ecc.***

**oratoriomsa@libero.it**

## Profitterole di San Valentino



per i bigné (ecco la ricetta promessa!):

- 100 g acqua
- 90 g burro
- 100 g farina 00
- 3 uova grandi
- 1 pizzico di sale

Portare l'acqua ad ebollizione con il burro e il sale in un pentolino o in una piccola casseruola dal fondo spesso, quindi aggiungere la farina setacciata. Lasciar cuocere mescolando, finché sul fondo della pentola non si forma una patina leggera.

Togliere dal fuoco e aggiungere al composto le uova, una alla volta. L'impasto deve risultare morbido ed elastico.

Con la sacca poche formare dei piccoli mucchietti sulla placca da forno.

Mettere in forno a 220°C per 15 minuti. Una volta freddi, riempire i bigné con della panna montata zuccherata, ma non sarebbe male optare per un ripieno di crema chantilly (panna montata e crema pasticcera in proporzioni uguali).

La copertura rosa altro non è che crema chantilly ottenuta con 100 g di panna montata e 100 g di crema pasticcera, più una tazza di frullato di lamponi. Conservatene qualche cucchiaino per le colate rosa.

### MORA E LAMPONE TRA I FRUTTI PIU' SALUTARI

La mora ed il lampone, i più importanti frutti coltivati del genere Rubus, sono tra le migliori fonti alimentari di "ellagitannini", una particolare classe di antiossidanti naturali dalle molteplici proprietà protettive

#### di T N

Le proprietà nutraceutiche delle more e dei lamponi sono state evidenziate dai ricercatori dell'Istituto Agrario di San Michele all'Adige nell'ambito di "InterBerry", progetto di ricerca che si propone di migliorare la qualità dei piccoli frutti per il mercato fresco e studiare la produzione, attraverso tecniche alternative, di derivati - succhi di frutta in particolare - in grado di mantenere integre le caratteristiche organolettiche e nutrizionali dei frutti

I ricercatori del progetto "InterBerry" hanno messo a punto nuove metodiche per lo screening degli ellagitannini ed hanno studiato alcune decine di varietà di rovo, al fine di conoscere a fondo, valorizzare e migliorare la composizione; aspetti che la ricerca dovrà approfondire in una provincia come il Trentino, dove i frutti del rovo crescono spontanei allo stato selvatico, e vengono coltivati e consumati in grande quantità. Complessivamente, in provincia di Trento ne vengono prodotte circa 1000 tonnellate all'anno.

"Il lampone rosso contiene, secondo la varietà, da un minimo di 1,1 fino ad un massimo di 1,7 grammi di ellagitannini per chilogrammo - sottolinea Fulvio Mattivi, responsabile del Dipartimento Qualità Agroalimentare dell'Istituto Agrario-. La mora ha una composizione molto variabile, da un minimo di 900 milligrammi fino ad un massimo di quasi 4 grammi per chilogrammo". Nei laboratori di San Michele e di Vigalzano sono ora in fase di conclusione l'isolamento e la caratterizzazione della struttura molecolare dei principali ellagitannini del lampone coltivati nei campi sperimentali di Vattaro, in collaborazione con la cooperativa Sant'Orsola.

### Cosa sono gli ellagitannini

Gli ellagitannini sono composti complessi che possono liberare elevate quantità di acido ellagico, una sostanza da anni studiata per le sue molteplici proprietà protettive. Sono contenuti in un numero limitato di alimenti.

### In quali alimenti si trovano

Tra gli alimenti che contengono gli "ellagitannini" si segnalano in particolare la fragola, il ribes nero, la melagrana, la noce, il mango ed i vini invecchiati in botti di rovere. Anche i frutti della mora e del lampone contengono elevatissime quantità di composti della stessa classe, con una struttura chimica molto simile a quella della melagrana, e verosimilmente dotati di proprietà analoghe.

### Gli studi

L'interesse verso questi composti è stato determinato soprattutto dai risultati di alcune ricerche cliniche sul succo di melagrana, svolte in Israele, ad Haifa, nel 1993. Negli ultimi tre anni, nei paesi anglosassoni ed in particolare negli USA l'interesse verso le proprietà salutistiche di questi composti hanno sostenuto in maniera decisiva il clamoroso successo commerciale del succo di melagrana 100%, ottimizzato per garantire un elevato contenuto di antiossidanti. Nel corso del 2006 anche le ricerche sulla biodisponibilità, sul metabolismo e sulle proprietà salutistiche di questi composti hanno avuto una forte accelerazione, in particolare grazie ad alcuni importanti progetti di ricerca sulle proprietà della melagrana, coordinate dai ricercatori spagnoli del CSIC (Murcia).

## Santi Faustino e Giovita, martiri

La "Leggenda maior" ci racconta che entrambi erano figli di una nobile famiglia pagana di Brescia. Entrarono presto nell'ordine equestre e divennero cavalieri. Attratti dal Cristianesimo, dopo lunghi colloqui con il vescovo sant'Apollonio, chiedono e ottengono il battesimo. Si dedicano subito all'evangelizzazione delle terre bresciane e per il loro zelo il vescovo Apollonio nomina Faustino presbitero e Giovita diacono. Il successo della loro predicazione li rende invisibili ai maggiori di Brescia che approfittando della persecuzione voluta da Traiano (la terza) invitano il governatore della Rezia Italico ed eliminare i due col pretesto del mantenimento dell'ordine pubblico. La morte di Traiano ritarda però i piani del governatore, che approfittando però della visita del nuovo imperatore Adriano a Milano denuncia i due predicatori come nemici della religione pagana. L'imperatore preoccupato da l'autorizzazione a Italico per la loro persecuzione. Questi dapprima minacciandoli di decapitazione chiede ai due giovani di abiurare e di sacrificare agli dei, ma i due si rifiutano e per questo vengono carcerati. Nel frattempo l'imperatore Adriano conduce una campagna militare nelle Gallie e rientrando in Italia si ferma a Brescia, Italico lo coinvolge direttamente nella questione ed è l'imperatore stesso a chiedere ai giovani il sacrificio al dio sole. I giovani non solo si rifiutano ma danneggiano la statua del dio. L'imperatore ordina allora che siano dati in pasto alle belve del circo, ma le bestie si accovacciano mansuete ai piedi dei giovani e Faustino approfitta dell'occasione per chiedere la conversione

degli spettatori dello spettacolo circense e molti proclameranno la loro fede al Cristo, tra questi Afra, la moglie del governatore Italico, che conoscerà ella stessa il martirio e la santità. La con-



versione del ministro del palazzo imperiale nonché comandante della corte pretoria, Calocero, irrita ancor più l'imperatore che ordina che i giovani siano scorticati vivi e messi al rogo, ma le fiamme non lambiscono nemmeno le vesti dei giovani, che vengono condotti in carcere a Milano, perché le conversioni a Brescia continuano ad aumentare. A Milano sono nuovamente torturati e subiscono il supplizio dell'eculeo, ma anche in questa prigionia succedono eventi miracolosi, come l'uscita dal carcere dei due per incontrare e battezzare san Secondo. Trasferiti a Roma vengono portati al Colosseo dove nuovamente le belve si ammansiscono ai loro piedi. Inviati a Napoli per nave, durante il viaggio sedano una tempesta. A Napoli sono nuovamente torturati e abban-

donati in mare su una barchetta, ma gli angeli li riportano a riva. L'imperatore ordina allora il loro rientro a Brescia dove il nuovo prefetto eseguirà la sentenza di decapitazione il 15 febbraio poco fuori di porta Matolfa. Saranno sepolti nel vicino cimitero di San Latino dove il vescovo san Faustino (ecco un altro santo con nome Faustino) costruirà la chiesa di San Faustino ad sanguinem, poi Sant'Afra e oggi Sant'Anna Merici. Alcune reliquie sono oggi conservate nella basilica dedicata ai due martiri. I due martiri sono raffigurati spesso in veste militare romana con la spada in un pugno e la palma del martirio nell'altra, in altre raffigurazioni sono in vesti religiose, Faustino da presbitero, Giovita da diacono. Di storico vi è l'esistenza dei due giovani cavalieri, convertitosi al cristianesimo, tra i primi evangelizzatori delle terre bresciane e morti martiri tra il 120 e il 134 al tempo di Adriano, che molto probabilmente non li conobbe mai e che da quanto risulta non ordinò mai direttamente una persecuzione, ma semplicemente non intervenne mai per impedire quelle che nascevano nei vari angoli dell'impero. Il loro culto si diffuse verso l'VIII secolo, periodo in cui fu scritta la leggenda, prima a Brescia e poi per mezzo dei longobardi in tutta la penisola ed in particolare a Viterbo. Il loro patronato su Brescia fu confermato anche a causa di una visione dei due santi che combattevano a fianco dei bresciani contro i milanesi nello scontro decisivo che fece togliere l'assedio alla città, il 13 dicembre 1438.

### Questa settimana preghiamo per ...

**tutti gli ammalati.** Lunedì prossimo si celebra il 150° anniversario delle apparizioni della Madonna a Lourdes. Quanti malati in tutti questi anni hanno trovato sollievo e guarigione in quel luogo benedetto da Dio. Ogni sofferente trovi in Maria la forza e il sostegno quotidiano.

## Certezza di essere amati da Dio

Questa settimana, all'inizio della Quaresima, vi proponiamo la meditazione della quarta stazione della Via Crucis di venerdì scorso.

*Tra la folla che segue Gesù come poteva non esservi sua Madre, anche se i Vangeli registrano la sua presenza accanto al Figlio soltanto ai piedi della croce? Cosa avrà fatto Maria per seguire Gesù! Come avrebbe voluto rialzarlo da terra, aiutarlo a portare la croce! La scena rimanda al dolore di tante madri di figli oppressi dai problemi più diversi. E quante volte le madri non possono fare nulla per loro!*

*Spesso ci sentiamo trascurati da Dio, ma non è così: è al nostro fianco, come Maria con Gesù. Questo il santo lo sa e vive con la certezza di essere amato da Dio.*

### L'amore di una madre

Era il nostro primo bambino e aveva un anno quando il medico disse: "Leucemia!".

Allora è cominciata l'altalena delle speranze e delle delusioni, dei ricoveri in ospedale e dei ritorni a casa. Dopo quattro anni il mio coraggio è crollato. Non riuscivo più a sopportare la sua sofferenza, la mai, quella di mio marito.

Continuavo a ripetere: "Se Dio fosse buono...".

E non sono più riuscita a pregare. Era impossibile. Quell'anno nostro figlio è morto.

Mentre lo lavavo e lo



vestivo per l'ultima volta, gli ripetevo: "Se Dio esiste, se è buono, riconciliami con lui". Ma per quanti sforzi facessi, non riuscivo ad uscire dalle tenebre.

Poi un giorno incontrai un prete straordinariamente buono e umano. Ogni volta che lo vedevo mi sembrava d'incontrare il Signore.

Piano piano ricominciai a pregare: "Tu hai detto: chi cerca trova Signore, ...spiegami la sofferenza". Ed ecco la risposta alla mia preghiera: si può amare qualcuno alla follia, e ciò nonostante assistere alla sua sofferenza senza intervenire.

È il ricordo di un episodio accaduto in ospedale che me l'ha fatto capire. Il nostro bambino era steso con mani e piedi legati alle sbarre del lettino per impedirgli di strappare via la trasfusione che doveva salvarlo. Appena ci vide i suoi occhi s'illuminarono: ecco papà e mamma che vengono a liberarmi!

Invece restammo lì un'ora intera, una lunga, interminabile ora, ascoltando i suoi lamenti e le sue preghiere, senza fare nulla. Senza slegarlo per stringerlo tra le nostre braccia.

Era necessario, indispensabile, che sopportasse quella sofferenza, ma per lui la cosa era assolutamente incomprensibile.

Davanti a Dio siamo tutti dei bambini che soffrono e chiamano. Qualche volta sembra che Lui non ci ascolti, e allora dubitiamo del suo amore.

Eppure, chi oserebbe dire che non amavo il mio bambino, che non soffrivo con lui!

(Chiara T., 28 anni)

## Festa dell'Oratorio e Carnevale insieme.

Come ogni anno, la domenica successiva al 31 gennaio, festa di San Giovanni Bosco, si è voluto festeggiare il nostro oratorio. Quest'anno la domenica 3 febbraio è stata un po' particolare, infatti è coincisa con i festeggiamenti per il carnevale. Avevamo sperato di organizzarli in collaborazione con l'ARCI, evento che, negli anni passati, aveva dato vita a occasioni di allegria condivisa, ma non è stato possibile. Abbiamo diviso la giornata in due momenti: il primo dedicato all'oratorio ed il secondo alla goliardia della farsa carnevalesca. La giornata dell'oratorio è iniziata con la celebrazione della Messa delle undici, dove si è svolta la benedizione degli animatori. Nel pomeriggio alle 15,00 ci siamo spostati nel piazzale antistante l'oratorio dove ci sono stati giochi e palloncini, si è avuta anche la partecipazione straordinaria di un famoso clown, per la gioia di grandi e piccini. Poi, dopo la merenda a base di dolci tipici del carnevale, si è passati alla seconda parte del programma, la messa in scena della farsa. Quest'anno la compagnia "Chisti simu" ha rappresentato la commedia: "E' arrivato l'atto di richiamo" un modo di far rivivere gli anni della grande emigrazione che ha colpito il nostro e tanti altri paesi, cercando di mettere in evidenza le difficoltà, la solitudine ma anche i momenti gioiosi legati a questo evento. Fin qui la cronaca, ma vorremmo cogliere

l'occasione per compiere una piccola riflessione. Sicuramente, ancora una volta, nell'organizzare questa giornata, è emersa la capacità di tanta gente diversa, sia per età che per attitudini, di lavorare insieme. Nonostante i tanti impegni di ognuno siamo riusciti ad incontrarci per scegliere, valutare, decidere cosa fare, siamo riusciti a migliorare il palco ecc.. Fa piacere constatarne la "crescita", come comunità: chi recita e chi organizza i giochi chi fa i dolci o altro. Vogliamo ringraziare tutti per la collaborazione e lo spirito di sacrificio dimostrato. Ma la nostra riflessione va oltre. Va allo scopo che ci ha portato a creare l'oratorio, a cimentarci in spettacoli e spettacolini, spesso improvvisati, a fare i mercatini dell'Immacolata, la fiera di Santa Maria e la settimana della solidarietà. Raccogliere fondi per costruire. Sì, ma cosa? Ristrutturare il nascente oratorio, costruire una struttura per i ritiri spirituali e/o altro a Santa Maria, sono sicuramente bei propositi. Certamente, con il nostro impegno personale, vogliamo trasmettere quella cultura del "fare", del "costruire la speranza", cara, tra gli altri, a Mons. Bregantini, senza aspettare che gli altri facciano per noi. Ma certo ci augureremo la presenza di quella grossa fetta di persone di S. Nicola che non par-

tecipa a questi eventi. Sono tutti vecchi o vi sono tanti giovani che credono che quanto vogliamo edificare siano solo delle "cattedrali nel deserto"? E poi vorremmo che fossero più numerosi i genitori dei tanti bambini presenti. Realizzare delle strutture non ha senso se poi le stesse non saranno usate. Privarsi della possibilità di vivere in comunione e condivisione con gli altri è un rifiuto a quanto di più bello vi è nella vita. Riflettiamo sul grande vantaggio che abbiamo tutti noi di vivere in un paese a dimensione d'uomo, dove, nonostante i diversi movimenti riusciamo spesso a collaborare tutti per vivere meglio. Abbiamo già ricordato che per anni si è organizzato il carnevale insieme, si collabora per la settimana della solidarietà, e mi piace notare che tempo fa, per un guasto ad uno scuolabus, i bambini sono stati accompagnati con il pulmino della Parrocchia. Allora, stando insieme, tutti possiamo vivere meglio e rendere questo nostro paese sempre più a dimensione d'uomo e vivere soprattutto nello spirito di fraternità cristiana.

Giovanni David

