

Un po' di sana cucina**STRACCIATELLA
(è un primo piatto)****Ingredienti**

1 Uovo a persona; brodo; noce moscata; sale.

1 cucchiaio di parmigiano per ogni uovo; buccia di limone

Preparazione:

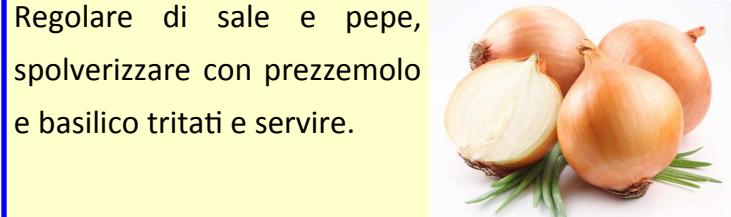
Preparate le uova sbattendole bene in un tegame; aggiungete il sale, la noce moscata ed il parmigiano. Messo a bollire del brodo, versatevi a poco a poco il composto mescolando velocemente con una frusta. Fate cuocere per non più di tre minuti.

**STUFATO
DI MELANZANE E ZUCCHINE****Ingredienti per 4 persone :**

2 grosse melanzane;
400 gr. di zucchine;
2 cipolle; 2 spicchi d'aglio;
un dado; prezzemolo;
basilico; mezzo bicchiere di vino bianco; 6 cucchiai di olio extravergine d'oliva; sale e pepe.

Preparazione:

Tagliare le melanzane a dadini, salarle e lasciar scolare. Far appassire la cipolla affettata e l'aglio schiacciato nell'olio; unire le zucchine tagliate a bastoncini, le melanzane scolate ed asciugate e lasciar insaporire. Aggiungere il dado, il vino e cuocere coperto per circa mezz'ora, a fuoco lento. Regolare di sale e pepe, spolverizzare con prezzemolo e basilico tritati e servire.

**Risate di buon gusto!****Alla Messa di Pasqua:**

Miei cari fratelli, mi compongo con voi che siete venuti così numerosi a questa Messa e, dal momento che moltissimi non si faranno più vedere fino a Pasqua del prossimo anno, approfitto dell'occasione per augurare a tutti: "BUON NATALE"!

Un francescano e un gesuita discutono sulla nascita di Gesù. Il gesuita domanda al francescano: << Secondo te, nostro Signore è nato con gli occhi aperti o con gli occhi chiusi? >>. Il francescano ci riflette un poco, poi risponde: << Secondo me, è nato con gli occhi aperti, ma quando si è visto vicino un bue e un asinello ha detto: "Se è questa la compagnia di Gesù, è meglio che li richiuda" >>.

DI NOTTE

"Caro, il bambino piange! Vado a cambiarlo".

"Va bene... probabilmente prendine uno che ci lasci dormire di notte..."



- Mio figlio di due anni riesce a tenere alzato un martello!

Commenta un carabiniere molto orgoglioso. Al che un altro, ancora più orgoglioso, risponde:

- Beh, il mio invece ha solo sei mesi e riesce a tener alzata tutta la famiglia!!!

A CATECHISMO

Il catechista sta finendo di raccontare la parola del figlio prodigo: "Tra tanta gioia, c'era però qualcuno triste e amareggiato, col muso lungo... Qualcuno sa dirmi chi era?"

Subito un bimetto: "Il vitello grasso!"

Gesù, dopo aver assolto l'adultera, dice la fatidica frase: "Chi è senza peccato scagli la prima pietra". A quel punto parte un sassolino che colpisce l'adultera.

E Gesù: "Insomma, mamma, quante volte ti devo dire di non seguirmi!"



ECO PARROCCHIALE

NOTIZIARIO DELLA COMUNITÀ PARROCCHIALE

SAN PIETRO APOSTOLO - TERNI

Piazza S.Pietro, snc - Tel. e fax 0744/40.61.54

Sito web: www.sanpietroterni.altervista.org
E-mail: parrocchiasanpietroterni@gmail.com

**Buona Pasqua
nel Signore !**

Il nostro cammino di cristiani, con marzo e aprile, è all'apice: a Quaresima inoltrata tutto si incentra sulla metà, la Pasqua, certezza che in Gesù morto e risorto e nel dono del Suo Spirito è il senso e la forza della vita della Chiesa. Come non far tesoro del messaggio di Papa Francesco per questo tempo decisivo di trasformazione in meglio dei nostri cuori? Nelle fatiche del momento presente, il suo magistero ci unisce in cuor solo e anima sola e ci incoraggia:

Rinfrancate i vostri cuori (Gc 5,8)! Ascoltiamolo! "Cari fratelli e sorelle, la Quaresima è un tempo di rinnovamento per la Chiesa, le comunità e i singoli fedeli. Soprattutto però è un "tempo di grazia" (2 Cor 6,2). Dio non ci chiede nulla che prima non ci abbia donato: "Noi amiamo perché egli ci ha amato per primo" (1 Gv 4,19). Lui non è indifferente a noi. Ognuno di noi gli sta a cuore, ci conosce per nome, ci cura e ci cerca quando lo lasciamo... Però succede che quando noi stiamo bene e ci sentiamo comodi, certamente ci dimentichiamo degli altri (cosa che Dio Padre non fa mai), ... Questa attitudine egoistica, di indifferenza, ha preso oggi una dimensione mondiale... Una delle sfide più urgenti sulla quale voglio soffermarmi in questo Messaggio è quella della globalizzazione dell'indifferenza. L'indifferenza verso il prossimo e verso Dio è una reale tentazione anche per noi cristiani. Abbiamo perciò bisogno di sentire in ogni Quaresima il grido dei profeti che alzano la voce e ci svegliano. Dio non è indifferente al mondo, ma lo ama fino a dare il suo Figlio per la salvezza di ogni uomo. Nell'incarnazione, nella vita terrena, nella morte e risurrezione del Figlio di Dio, si apre definitivamente la porta tra Dio e uomo, tra cielo e terra. E la Chiesa è come la mano che tiene aperta questa porta mediante la proclamazione della Parola, la celebrazione dei Sacramenti, la carità... Il popolo di Dio ha perciò bisogno di rinnovamento, per testimonianza della fede che si rende efficace nella



non diventare indifferente e per non chiudersi in se stesso".

Così papà Francesco ci invita a riflettere su tre passi della Parola di Dio.

1. "Se un membro soffre, tutte le membra soffrono" (1 Cor 12,26) - Il Santo Padre ci invita a meditare sul **nostro essere Chiesa**, dove la carità di Dio "ci viene offerta dalla Chiesa con il suo insegnamento e, soprattutto, con la sua testimonianza. Si può però testimoniare solo qualcosa che prima abbiamo sperimentato". Richiama poi la liturgia del Giovedì Santo, dove Pietro, che rappresenta tutti noi, impara a lasciarsi lavare i piedi da Gesù, per aver la forza di servire il prossimo con lo stesso amore. Per questo "La Quaresima è un tempo propizio per lasciarci servire da Cristo e così diventare come Lui. Ciò avviene quando ascoltiamo la Parola di Dio e quando riceviamo i sacramenti, in particolare l'Eucaristia. In essa diventiamo ciò che riceviamo: il corpo di Cristo". Così possiamo portare la Sua salvezza a tutti.

2. "Dov'è tuo fratello?" (Gen 4,9) - La riflessione su questa domanda che Dio ci pone, coinvolge noi credenti nel tradurre in pratica la missione della Chiesa universale in quanto **parrocchie e comunità**. "Si riesce in tali realtà ecclesiali a sperimentare di far parte di un solo corpo?" Papa Francesco allora ci propone due direzioni per superare i confini della Chiesa visibile. In primo luogo, ci spinge ad essere uniti con la Chiesa celeste, la **comunione dei Santi**, con la preghiera. Inoltre, seguendo Gesù che vuole la salvezza di tutti, è necessario "varcare la soglia che la pone in relazione con la società che la circonda, con i poveri e i lontani... Cari fratelli e sorelle, quanto desidero che i luoghi in cui si manifesta la Chiesa, le nostre parrocchie e le nostre comunità in particolare, diventino delle **isole di misericordia** in mezzo al mare dell'indifferenza!"

(continua a pag. 2)

CALENDARIO LITURGICO**Marzo**Giovedì 19 - **Festa solenne di S. Giuseppe** SS. Messe ore 9 e 18Mercoledì 25 - **Festa solenne dell'Annunciazione del Signore**

S. Messa ore 18.00

SETTIMANA SANTA

29 marzo - Domenica delle Palme e della Passione del Signore

- SS. Messe ore 9.00 - 11.00 - 18.00.

- ore 10.30 processione in commemorazione dell'ingresso del Signore in Gerusalemme. Partirà dal cortile della ex-chiesa di S. Giuseppe (ingresso da Vico S.Giuseppe) dopo la Benedizione dei rami di ulivo.

30 marzo - Lunedì Santo - ore 16.00 Liturgia penitenziale.

31 marzo - Martedì Santo

Il 9° giovedì di S. Rita è anticipato al martedì (SS. Messe ore 9.00 e 18.00).

Aprile**1 Aprile - Mercoledì Santo**

- ore 8.30 Ufficio delle Letture - Lodi mattutine

- ore 17.00 - S. Messa Crismale con il Vescovo, *in Cattedrale*.**2 Aprile - Giovedì Santo**

- ore 8.30 Ufficio delle Letture - Lodi mattutine

- ore 18.00 - S. Messa "in Coena Domini" ed Adorazione Eucaristica sino a mezzanotte.

3 Aprile - Venerdì Santo - Astinenza e digiuno.

- ore 8.30 Ufficio delle Letture - Lodi mattutine

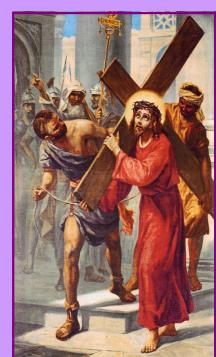
- ore 15.00 Commemorazione della Passione e morte di Gesù

4 Aprile - Sabato Santo

- ore 8.30 Ufficio delle Letture - Lodi mattutine

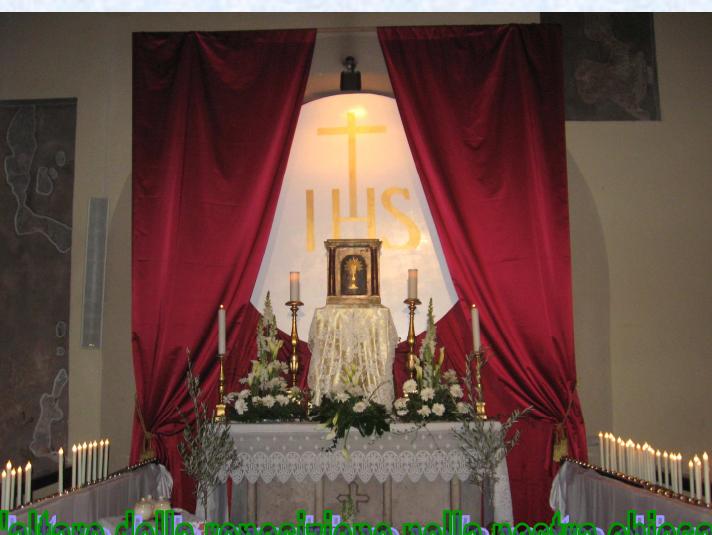
- ore 22.30 Solenne Veglia e S. Messa della Notte di Pasqua**5 APRILE- S.PASQUA DI RISURREZIONE**

SS. Messe: ore 9.00 - 11.00 - 18.00

**Ogni venerdì
di Quaresima:**
(giorno di astinenza
dalle carni)**Ore 17.00
Via Crucis
Ore 18.00
S. Messa****PROSEGUONO
I 15 GIOVEDÌ'
IN ONORE DI S.RITA****SS. MESSE
ORE 9.00 e 18.00***I Vostri Parroci*(continua dalla prima pagina)
BUONA PASQUA NEL SIGNORE!

3. **"Rinfrancate i vostri cuori!"** (Gc 5,8) - Infine, per ogni singolo fedele, che, per l'aria che tira nel mondo, sente forte la tentazione dell'indifferenza, perché "saturi di notizie e immagini sconvolgenti che ci narrano la sofferenza umana e sentiamo nel medesimo tempo tutta la nostra incapacità ad intervenire. Che cosa fare per non lasciarci assorbire da questa spirale di spavento e di impotenza? In primo luogo, possiamo pregare nella comunione della Chiesa terrena e celeste. Non trascuriamo la forza della preghiera di tanti (qui è proposta l'iniziativa delle 24 ore per il Signore)!... In secondo luogo, possiamo aiutare con gesti di carità, raggiungendo sia i vicini che i lontani, grazie ai tanti organismi di carità della Chiesa.... E in terzo luogo, la sofferenza dell'altro costituisce un richiamo alla conversione, perché il bisogno del fratello mi ricorda la fragilità della mia vita, la mia dipendenza da Dio e dai fratelli". A questo punto il Santo Padre ci invita ad accogliere la grazia della Quaresima, "come un percorso di formazione del cuore", respingendo la "tentazione diabolica che ci fa credere di poter salvarci e salvare il mondo da soli... Chi vuole essere misericordioso ha bisogno di un cuore forte, saldo, chiuso al tentatore, ma aperto a Dio. Un cuore che si lasci compenetrare dallo Spirito e portare sulle strade dell'amore... un cuore povero, che conosce cioè le proprie povertà e si spende per l'altro... Per questo, cari fratelli e sorelle, desidero pregare con voi Cristo in questa Quaresima:... "Rendi il nostro cuore simile al tuo"..." avremo un cuore forte e misericordioso, vigile e generoso, che non si lascia chiudere in se stesso e non cade nella vertigine della globalizzazione dell'indifferenza.... Che il Signore vi benedica e la Madonna vi custodisca."

A questo punto non c'è altro che augurare a tutti, con questo messaggio di papa Francesco, una buona Pasqua proprio nel mettere in pratica queste indicazioni e questo spirito giusto secondo il cuore di Cristo Signore!

La visita ai "sepolcri" il Giovedì Santo**L'altare della reposizione nella nostra chiesa**

Al centro della vita di fede cristiana sta la **Pasqua del Signore**, il suo passaggio da questo mondo al Padre, della quale facciamo memoria nell'**Eucaristia domenicale**: è la **Pasqua settimanale**, celebrata dalla Chiesa fin dalla sua nascita.

Fin dai primi secoli, poi, è posto al centro dell'anno liturgico il «**triduo pasquale**», attraverso cui è scandita la memoria storica della **Passione, Morte e Risurrezione del Signore Gesù**: è la Pasqua annuale. Di per sé i giorni del triduo sono Venerdì Santo, Sabato Santo e la Domenica di Pasqua. Il computo avviene secondo l'uso antico, quando il giorno iniziava al tramonto, al brillare delle prime stelle della sera. Pertanto la Messa «nella Cena del Signore», che si celebra la sera del Giovedì Santo, liturgicamente guarda già al giorno seguente: è l'azione liturgica che dà inizio al triduo pasquale.

Alle celebrazioni liturgiche pasquali sono stati aggiunti **riti popolari**. Fra questi quello che **impropriamente chiamiamo "la visita ai sepolcri"**, nato, probabilmente, dall'intreccio di devozioni diverse: il pellegrinaggio alle sette chiese e la venerazione verso la Santa Eucaristia, conservato per i giorni di Venerdì e Sabato Santo. Il pellegrinaggio alle sette chiese nella sua forma originaria è dovuto a san Filippo Neri: le chiese toccate erano le grandi basiliche romane (san Pietro, san Paolo fuori le mura, san Giovanni in Laterano, san Lorenzo, santa Maria Maggiore, santa Croce in Gerusalemme e san Sebastiano). Col tempo acquistò un tenore molto penitenziale, spostandosi alla fine della Quaresima e facendo memoria delle tappe di Gesù nel percorso della sua passione. Al Medioevo, invece, risale la cosiddetta visita a quello che impropriamente viene chiamato «**sepolcro**». Al termine della messa nella Cena del Signore si ripone il ss. **Sacramento in un altare allestito per la sua venerazione**. Testi liturgici antichi dicono che «posto il corpo di Cristo tra due patene, sia portato con ceri e incenso in forma molto onorifica... e sia posto in un luogo a ciò preparato», fra lumi e fiori. Il processo storico che ha portato all'idea di sepolcro non è stato ancora chiarito.

Certamente vi hanno avuto influsso la **devozione all'umanità sofferente di Cristo** e il richiamo al santo Sepolcro di Gerusalemme. **Il termine «sepolcro» non appartiene ai testi liturgici**, ma si diffonde nel linguaggio popolare, tanto da far parlare di «altari che sono chiamati dal popolo sepolcri».

Per concludere con uno sguardo alle prossime feste pasquali, le indicazioni della Chiesa sono chiare. In merito al nostro tema si stabilisce che «il tabernacolo o custodia non deve avere la forma di un sepolcro. Si eviti il termine stesso di «sepolcro»: infatti **la cappella della deposizione viene allestita non per rappresentare «la sepoltura del Signore», ma per custodire il Pane Eucaristico per la Comunione**, che verrà distribuita il Venerdì nella Passione del Signore». La custodia è un invito a quell'adorazione singolare che segue la celebrazione della Messa nella Cena del Signore: nel ricordo di quando Gesù ha consegnato l'Eucaristia alla sua Chiesa, l'altare della deposizione deve essere preparato e addobbato in modo conveniente per l'adorazione pubblica fino alla mezzanotte. Dopo la mezzanotte l'adorazione sia senza solennità, perché la Chiesa ricorda il giorno della passione del Signore, di cui farà memoria liturgica nel pomeriggio.

L'invito dunque non può essere che quello di **partecipare il più possibile alle celebrazioni liturgiche del triduo**, tenendo presente anche i momenti in cui la comunità si raduna per la celebrazione della **liturgia delle ore**. Questa è la preghiera della Chiesa alla quale come battezzati siamo invitati a partecipare prima di ogni altro rito. Alla luce di questa priorità, **la visita alle chiese, dove è riposto il ss. Sacramento, può essere un'occasione molto opportuna per riflettere nel silenzio della preghiera personale sul mistero della passione, morte e risurrezione del Signore Gesù**.