



Carissimi,

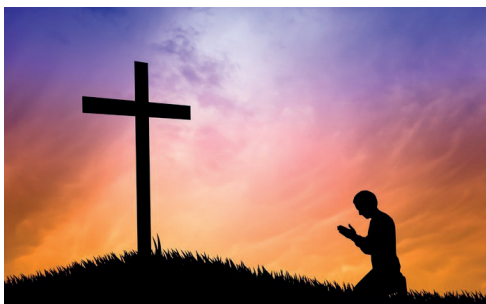
come anticipato nello scorso numero, vorrei nelle prossime domeniche dedicare questa pagina al tema della preghiera. Come certo saprete, papa Francesco ha voluto mettere al centro di questo anno 2024 – in preparazione al prossimo Giubileo del 2025 – proprio la preghiera nel suo si-

gnificato più profondo e nelle sue diverse articolazioni. Partiamo da un'affermazione condivisa da tutti i grandi maestri di preghiera che duemila anni di spiritualità cristiana ci ha fatto conoscere: pregare è difficile! Questa semplice e apparentemente ovvia affermazione non è solo dei maestri di preghiera, ma è condivisibile da tutti noi. Chi non ha sperimentato la difficoltà e la fatica di pregare? Chi di noi non si è chiesto, magari durante la preghiera personale, dove sono arrivato o perché mentre prego penso ad altro?

La prima difficoltà che incontriamo è data dal nostro corpo “ingombrante”; ahimè non siamo angeli, ma uomini e donne che hanno un corpo, hanno occhi, hanno orecchie, hanno sensi e tutto ciò, inevitabilmente, costituisce una fonte di distrazione. Quante volte durante la preghiera ci siamo distratti finendo per pensare ad altro?!? Magari abbiamo iniziato a pregare con tutte le buone intenzioni, ma poi un telefono che squilla, una persona che ci saluta, un rumore che ci distrae hanno fatto naufragare i nostri buoni propositi nell'oceano delle distrazioni. I monaci maestri di preghiera, insegnano che ci vogliono anni e anni di dura ascesi per vincere le “distrazioni sensoriali” (ovvero tutte quelle forme di distrazione che nascono da ciò che i nostri sensi percepiscono intorno a noi) per vivere la preghiera in modo completamente assorto e spirituale...e mi pare che noi non siamo né monaci né asceti per poterlo fare. Allora ecco qualche semplice suggerimento che certo non risolverà il problema alla radice, ma che forse potrà aiutare a distrarsi di meno.

Per vivere la preghiera con maggiore consapevolezza è necessario innanzitutto trovare un tempo e un luogo.

Un tempo: è pretenzioso pensare di pregare la sera quando si è stanchi dopo una pesante giornata di lavoro, magari quando si è già sotto le coperte. Non sta scritto da nessuna parte che bisogna pregare prima di mettersi a letto o, peggio ancora, quando si è già a letto: il letto è



fatto per dormire, non per pregare! Se sei stanco e ti si chiudono gli occhi, significa che il tuo corpo (che non è un estraneo da combattere con tutte le forze, ma sei tu nella tua singolarità) ti sta dicendo che è meglio spegnere tutto e mettersi a dormire. Trovare il tempo della preghiera significa capire all'interno dell'economia della nostra

giornata qual è il momento più opportuno da dedicare ad essa in base a quelli che sono i ritmi della nostra giornata e del nostro stesso corpo (bioritmi). Se per esempio uno è più attivo la mattina presto, quello sarà il momento più adeguato per la preghiera; chi invece fatica a “carburare” la mattina e, magari, riesce a reggere di più la sera, troverà in quel momento il tempo migliore per la sua preghiera. Non esistono momenti canonici o prestabiliti per la preghiera personale: ciascuno piuttosto deve trovare il proprio.

Un luogo: come già detto il letto, per esempio, non è stato inventato per pregare, bensì per dormire; così il divano (magari con il televisore acceso) non appare come il luogo più appropriato per la preghiera. Proprio perché siamo continuamente soggetti alle distrazioni sensoriali, è necessario incanalare tutti i nostri sforzi affinché ciò che ci circonda (lo spazio intorno a noi) sia il meno possibile fonte di distrazione. Non sempre e non per tutti è possibile, ma quando si può suggerisco di creare in casa un “angolo della preghiera” magari con un'icona, un cero, un crocifisso che possano aiutarci a concentrare il nostro sguardo, lasciandoci distrarre il meno possibile da ciò che ci circonda.

E quando la distrazione ci coglie, quando ci sembra che stiamo perdendo tempo perché mentre preghiamo pensiamo ad altro, quando l'abbocco ci prende e ci addormentiamo nel bel mezzo della preghiera...beh non scoraggiamoci. Impariamo ad offrire al Signore le nostre distrazioni, le nostre sonnolenze, le nostre pigrizie mettendo a nudo la nostra povera umanità di fronte alla sua grandezza: sarà la preghiera più autentica che potremo offrire. Signore, sono solo un uomo...un povero uomo!

*don Alessandro*

**VACANZE FAMIGLIE 2024**  
**CAMPODOLCINO**  
**DA VENERDÌ 26 LUGLIO**  
**A LUNEDÌ 29 LUGLIO**



Un week-end lungo per trascorrere insieme qualche giorno di vacanza comunitaria con le famiglie della nostra comunità

**Info e Costi:**

- € 200,00 Adulti
- € 160,00 bambini sotto i 10 anni
- € 100,00 bambini dai 2 ai 4 anni

Trattamento in pensione completa;  
 ciascuna famiglia dovrà provvedere a portare le lenzuola

*Iscrizioni presso la Segreteria Parrocchiale con caparra di 50€  
 fino ad esaurimento posti*

*I posti sono limitati...affrettatevi a iscrivervi*



**CHIESA  
SAN GIUSEPPE  
ARTIGIANO**  
Parrocchia San Martino, Bollate

**MARTEDÌ  
INSIEME**

# Verso l'Estate

**EVENTO DEDICATO  
ALLA TERZA ETÀ**

CI INCONTRIAMO  
OGNI MARTEDÌ  
PRESSO IL  
CENTRO SANGIUSEPPE



**PER UN POMERIGGIO DA TRASCORRERE  
IN COMPAGNIA CON**

- LABORATORI • MUSICA • CONSIGLI PER IL BENESSERE
- MERENDA • CHIACCHIERE E GIOCHI

**dal 2 APRILE al 28 MAGGIO  
2024 - dalle 14.30 alle 17.00**

**I MODULI DI ISCRIZIONE PER I NUOVI ISCRITTI  
SONO DISPONIBILI IN FONDO ALLE CHIESE**

Per informazioni, iscrizioni  
e quota di partecipazione:  
TELEFONARE AL 3755870688  
dalle 10.00 alle 12.00

**IN COLLABORAZIONE CON  
IL CONSULTORIO  
DI BOLLATE**

**Scuola di Bibbia 2024**  
**L'EVANGELO SECONDO MARCO**

**Date degli incontri:**

- Lunedì 15 Aprile 2024
- Lunedì 29 Aprile 2024
- Lunedì 13 Maggio 2024

Gli incontri si terranno alle ore 21.00 presso  
 l'Aula Paolo VI

E' necessario portare la Bibbia o il Vangelo



**VIAGGIO COMUNITARIO**  
**PROVENZA E CAMARGUE**  
**TRA FEDE, STORIA, ARTE E NATURA**  
 da lunedì 26 a venerdì 30 Agosto 2024



**Programma:**

**Lunedì 26 Agosto**

Bollate – Saint-Maximin La Sainte Baume – Arles

**Martedì 27 Agosto**

Arles – Aigues Mortes – Arles

**Mercoledì 28 Agosto**

Arles – Les Saintes Maries de la Mer – Arles

**Giovedì 29 Agosto**

Arles – Avignone – Saint Rémy de Provence – Arles

**Venerdì 30 Agosto**

Arles – Abbazia di Lerins – Bollate

Costo: € 940,00 a persona comprendente viaggio in pullman,  
 alloggio, trattamento di mezza pensione, guida turistica, in-  
 gressi nei siti, pranzo finale a Cannes

€ 240,00 supplemento camera singola

**Programma dettagliato e iscrizioni:**

presso la segreteria S.Martino (negli orari di apertura)

- Entro mart. 30 Aprile (fino ad esaurimento posti)
- Versamento caparra di € 400,00
- Copia di carta d'Identità in corso di validità

Per motivi di sicurezza

la Chiesa di

San Martino

**resterà chiusa**

**dalle ore 12.00**

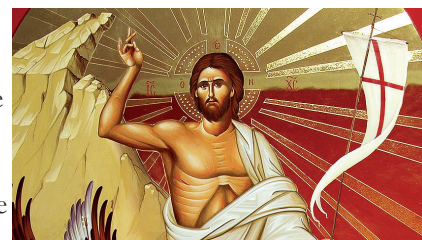
**alle ore 14.00**

salvo diverse disposizioni



**EDICOLA  
SPIRITUALE**

Presso l'Edicola spirituale  
 in san Martino  
 sono disponibili testi  
 di preghiera e meditazione  
 adatti al periodo pasquale







### IN PROGRAMMA:

Venerdì 19 Aprile ore 21.15

**GHOSTBUSTERS: MINACCIA GLACIALE**

Sabato 20 Aprile ore 21.15

**GHOSTBUSTERS: MINACCIA GLACIALE**

Domenica 21 Aprile ore 16.30 e 21.15

**GHOSTBUSTERS: MINACCIA GLACIALE**



## Caritas Bollate

### QUARESIMA 2024 Destinazione offerte raccolte

Ci ha scritto S.Em. il Card. Pizzaballa:

«L'attuale crisi non causa solo morte, distruzione e fame a Gaza, ma anche un alto tasso di disoccupazione, soprattutto nell'area di Betlemme e altri problemi sociali in tutta la Terra Santa. Stiamo affrontando una crisi che colpisce innumerevoli famiglie di diverse religioni e tutte le nostre istituzioni, comprese scuole, ospedali e parrocchie. A Gaza le nostre risorse materiali sono state estese oltre le nostre mura per includere i vicini sofferenti e coloro che si sono rifugiati altrove.

Lo spirito di coordinamento è stato evidente, poiché anche collaboratori locali hanno dato una mano. Condividiamo praticamente tutto, dal cibo all'acqua, dai medicinali alle forniture. In questo momento difficile abbiamo imparato che per ricostruire il mondo fisico dobbiamo costruire e proteggere la fiducia tra le persone.

Centinaia di persone da tutto il mondo ci hanno contattato e ci hanno già aiutato a offrire un sostegno concreto. Sappiamo cosa dobbiamo fare. Lo



abbiamo fatto con tutto il cuore nelle crisi precedenti e senza dubbio lo faremo ancora. Aiutateci a generare di nuovo il contesto necessario affinché, in questa società segnata dall'odio si possano ancora gettare i semi della fiducia, della speranza e dell'amore.

Assicuro la mia preghiera e la mia gratitudine per ciascuno di voi».

Durante la **Quaresima di Carità** la nostra comunità di San Martino e Santa Monica di Bollate ha raccolto offerte per un totale di

**€ 16.854,59**

che nei prossimi giorni verranno inviate direttamente al Patriarca di Gerusalemme che li utilizzerà per le urgenze più impellenti.

Grazie alle comunità parrocchiali della Città e grazie al Signore che, attraverso questa iniziativa, ci ha dato la possibilità di farci vicini a tanti nostri fratelli lontani che si trovano in gravi difficoltà e ci ha aiutato a capire che la fede non ha senso se non si traduce in atti concreti di amore per gli altri.

## L'angolo dell'Oratorio



Domenica 28 Aprile  
dalle 9.45 alle 16.00

Ritiro **PRIMA COMUNIONE**

per genitori e figli

presso Orat. san Filippo Neri



## SUB TUTELA DEI

Il giudice Rosario Livatino

MOSTRA



MOSTRA  
ORGANIZZATA DA



CON IL PATROCINIO DI



REALIZZATA DA



## 4 - 14 MAGGIO 2024 BOLLATE

### Sede Espositiva

**SPAZIO UNICO**  
presso Comune di Bollate  
P.zza Aldo Moro, 1

### Orari Mostra

**sabato e domenica**  
9.30 - 13.00 / 16.00 - 19.00  
**da lunedì a venerdì**  
15.00 - 19.00  
**in altri orari**  
su prenotazione

### Presentazione Mostra

**9 maggio ore 21.00**

Cinema Splendor  
P.zza San Martino, 5 Bollate

### Intervengono:

**Mons. Mario Delpini**

Arcivescovo di Milano

**Avv. Carlo Tremolada**

Curatore della mostra

**Dott.ssa Nicoletta Guerrero**

Presidente Vicario Tribunale di Genova

### Prenotazione visite guidate

Per visite guidate e prenotazioni per le scuole:  
cell. 334.7197266 - 334.3497525  
mail: segr.bollate@gmail.com

**INGRESSO  
GRATUITO**

### COMUNICAZIONI E RINGRAZIAMENTI GRUPPO MISSIONARIO



Con un po' di ritardo comunichiamo gli incassi e le destinazioni delle offerte per la Giornata Missionaria dello scorso ottobre 2023:

- € 1.000: per **padre Fabio Bianchi** Missionario del Pime in Camerun e nativo di Cassina Nuova
- € 1.500: per **Arcidiocesi di Milano** per le Missioni Fidei Donum
- € 1.500: per **Mons. Angelo Pagano** dei Capuccini per il progetto "School is future" in Eritrea
- € 1.000: alla **Caritas Cittadina di Bollate** per il progetto **Quaresima di Carità 2024** per la Terra Santa

Grazie a tutti quanti hanno contribuito e sostenuto la realizzazione di questi progetti.

# LE CELEBRAZIONI LITURGICHE DELLA SETTIMANA



**14**

## Domenica 14 Aprile

III DI PASQUA

*At 16,22-34; Col 1,24-29; Gv 14,1-11a*

S. Martino	8.15	Lodi
S. Martino	8.30	
Madonna in C.	8.30	
Castellazzo	9.30	
Madonna in C.	10.00	
S. Martino	10.00	
S. Giuseppe	10.30	Melle Giuseppina
S. Monica	10.30	Giuseppe Tanga, Lucia Blasotia, Luigi Bezzi, Wanda Bersani, Fam. Franchi e Vezzola
S. Martino	11.30	
Castellazzo	17.30	
S. Martino	17.30	VESPRO
S. Martino	18.00	Inizio cammino catecumenato Aldo Luigi

**15**

## Lunedì 15 Aprile

FERIA

S. Martino	8.00	Lodi
S. Martino	8.15	Camillo Giuseppe
S. Giuseppe	9.00	
S. Martino	18.00	Strada Giorgio; Anna e Felice Minora; Giovanna e Piero Borghi
S. Monica	18.00	
Castellazzo	18.00	

**16**

## Martedì 16 Aprile

FERIA

S. Martino	8.00	Lodi
S. Martino	8.15	
S. Martino	18.00	Anime del Purgatorio; Farina Erino; Zanaboni Angelo; Giulio, Alessandro e Sandra
Madonna in C.	18.00	Fam. Guarato
S. Monica	18.00	
Castellazzo	18.00	

**17**

## Mercoledì 17 Aprile

FERIA

S. Martino	8.00	Lodi
S. Martino	8.15	Lampade viventi; Maddalena e Rinaldo
S. Giuseppe	9.00	Pietro Ghezzi
S. Martino	18.00	Fam. Barlassina Antonio
S. Monica	18.00	
Castellazzo	18.00	

**18**

## Giovedì 18 Aprile

S. GALDINO VESCOVO

S. Martino	8.00	Lodi
S. Martino	8.15	
S. Martino	18.00	Eugenia e Bruno
Madonna in C.	17.30	Adorazione Eucaristica
Madonna in C.	18.00	
S. Monica	18.00	
Castellazzo	18.00	

**19**

## Venerdì 19 Aprile

FERIA

S. Martino	8.00	Lodi
S. Martino	8.15	
S. Giuseppe	9.00	
S. Martino	17.00	Adorazione Eucaristica
S. Martino	18.00	Garofoli Antonio e Fam.; Bruno e Sandra
S. Monica	18.00	
Castellazzo	18.00	

**20**

## Sabato 20 Aprile

FERIA

S. Martino	8.15	Lodi
S. Giuseppe	17.00	
Madonna in C.	17.30	Brivio Luigia Donatella
S. Monica	18.00	Alberto Rosini, Fam. Longhi, Restelli e Rosini, Lamberto Lippera, Enrica, Luigi e Piero Carrettoni, Elvira e Maria Brasca
S. Martino	18.00	Vitaliano; Aurelia e Franco; Pietro e Luigi; Ferdinando e Maria; Ambrogio e Maria; Maria; Antonietta; Giuseppe
Castellazzo	18.30	

**21**

## Domenica 21 Aprile

IV DI PASQUA

*At 20,7-12; 1Tm 4,12-16; Gv 10,27-30*

S. Martino	8.15	Lodi
S. Martino	8.30	Luigi
Madonna in C.	8.30	
Castellazzo	9.30	
Madonna in C.	10.00	
S. Martino	10.00	
S. Giuseppe	10.30	
S. Monica	10.30	
S. Martino	11.30	
Castellazzo	17.30	
S. Martino	17.30	VESPRO
S. Martino	18.00	

### Anagrafe Parrocchiale

- Diventati figli nel Figlio:
- Tornati alla casa del Padre: Gautieri Franca, Cogni Guido, Occhipinti Antonino, Pitton Umberto



ANAGRAFE 2024	Battesimi	Matrimoni	Funerali
S. Martino	9	0	73
S. Monica	0	0	5
S. Guglielmo	ND	ND	ND



### CONTATTI

Parrocchia san Martino:

Parrocchia santa Monica:

Parrocchia san Guglielmo:

☎ 02.3502949 ✉ segreteria.psm.bollate@gmail.com

📍 apertura segreteria: dal mar. al ven. dalle 16.00 alle 18.15

☎ 02.3503136 ✉ segreteria.smonica@gmail.com

📍 apertura segreteria: dal mar. al ven. dalle 18.00 alle 19.00

☎ 02.3501256