



Carissimi,

abbiamo iniziato il tempo della quaresima che, come dicevo la scorsa settimana contemplando il brano delle tentazioni di Gesù nel deserto, è il tempo in cui siamo chiamati a vivere con più impegno l'esercizio della lotta spirituale. Abbiamo avuto modo di soffermarci e di approfondire nelle scorse domeniche i sette vizi capitali; la contemplazione del modo con cui Gesù viene tentato dal diavolo nel deserto, ci ha poi permesso di comprendere come la quotidiana lotta spirituale è il luogo in cui siamo chiamati a combattere e a contrastare questi vizi affinché non si impadroniscano della nostra libertà rendendoci così schiavi del male. Vorrei durante queste domeniche di quaresima provare ad approfondire il discorso sulla lotta spirituale, offrendo alcuni strumenti che possano aiutare ciascuno ad affrontare la tentazione e il vizio nella quotidiana fatica del combattimento spirituale.

Il primo passo che vorrei compiere è cercare di comprendere il dinamismo costante attraverso cui ogni forma di tentazione si sviluppa nel cuore dell'uomo. La tentazione si affaccia al cuore umano a partire da degli "stimoli" i quali, anche se riguardano oggetti o creature esterni a noi, ben presto di trasformano in attività immaginativa o psicologica. Tali stimoli si tramutano all'interno del cuore e della mente in suggestioni, ovvero in possibilità di azioni malvagie: un pensiero, uno sguardo, un'immagine, un'idea fugitiva sollecitano il nostro immaginario diventando delle suggestioni che seducono. Questi movimenti iniziali (stimoli e suggestioni) sono del tutto involontari e dipendono da persona a persona e dal modo in cui ciascuno vive: incontri, letture, immagini scavano in noi tracce ed echi che si ripresentano in modo del tutto involontario e, spesso, inaspettato con la potenza che viene accresciuta dal desiderio. Per questo motivo la saggezza dei grandi maestri spirituali suggeriva che la condizione preliminare di ogni combattimento spirituale è abituarsi ad una certa "igiene dei sensi" e, in particolare, degli occhi, ossia di quelle immagini che immagazziniamo e coltiviamo. Tali immagini esprimono la necessità di intraprendere la lotta contro l'impulso che affiora del nostro cuore: se infatti ci si intrattiene con la suggestione e si istaura con essa un dialogo, ecco che tale suggestione si ingigantisce fino ad assumere la consistenza di una presenza assillante e ossessiva che arriva a dominarci privandoci della nostra libertà interiore.

La prima modalità con cui si esprime il combattimento spirituale è proprio cercare in tutti i modi di evitare il dialogo con quelle suggestioni che nascono dal pensiero piacevole. Il fatto che determinati pensieri, memorie, fascinazioni si affacciano nella nostra



mente in forma di ricordi, di immagini, di sensazioni, non dipende certo da noi: è qualcosa che accade indipendentemente dalla nostra volontà. Il fatto che tali pensieri permangano in noi rubandoci la nostra libertà dipende invece da quanto ci soffermiamo a dialogare con essi. La lotta spirituale inizia proprio dal "cacciare dalla porta" quei pensieri che "entrano dalla finestra"; e ciò dev'essere fatto con decisione e senza esitazione alcuna.

Il protrarsi compiaciuto del dialogo con le suggestioni è segno dell'acconsentimento alla tentazione, stadio in cui ormai è presa in modo pressoché de-

finitivo la decisione di agire così come la tentazione stessa ci suggerisce. Scrive a questo proposito Barsanufio di Gaza, anacoreta egiziano del V secolo: *«il segno dell'acconsentimento è che quel pensiero piace all'uomo, ed egli vi trova diletto, se ne rallegra in cuor suo e vi pensa volentieri. Al contrario, se si contraddice il pensiero e si lotta per non accettarlo, non vi è acconsentimento, ma lotta; e questo rende l'uomo provato e lo fa progredire»*. Quando poi l'acconsentimento è ripetuto, ecco che si instaura un'abitudine al peccato, una sorta di assuefazione al vizio; e tale abitudine rende l'uomo schiavo e impossibilitato ad agire secondo libertà e volontà libera.

Sono ben consapevole che tali riflessioni possono apparire teoriche e lontane dalla realtà; ma se entriamo un po' in queste dinamiche ci accorgiamo come esse costituiscano il vero *mudus agendi* della tentazione. Provo a spiegarlo con un esempio forse banale, ma efficace. Da ex fumatore capita che a volte il ricordo della classica sigaretta dopo il caffè, o il buon odore di tabacco da pipa (ebbene sì... fumavo la pipa) si affacci alla mente come una suggestione indipendente dalla mia volontà; può essere provocata da un ricordo, da un'immagine (vedo qualcuno che fuma), da una sensazione (sento l'odore del tabacco), da una provocazione (mi offrono una sigaretta). Se nella mia mente istauro un dialogo con tale suggestione, ecco che comincio a pensare che in fondo non c'è nulla di male... che sarà mai una sigaretta... tanto so controllarmi... una sola non mi può far niente... ecc... Tale dialogo inizia a muovere il piacere della sensazione: mi torna alla mente il piacere della sigaretta e ciò fa scaturire in me il desiderio di accenderne una. Da qui all'acconsentimento il passo è breve; non riesco più a controllare il desiderio assecondando la tentazione: accendo una sigaretta.

La prima regola della lotta spirituale è proprio questa: non dialogare mai con le suggestioni, ma combatti per cacciarle dalla mente più in fretta possibile. Dialogare con esse significa già aver perso la battaglia e averla data vinta al vizio!

don Alessandro

QUARESIMA 2025



MERCOLEDÌ DI QUARESIMA

Tutti i mercoledì di Quaresima

ore 6.45 Celebrazione Eucaristica di inizio giornata
in particolare per chi lavora e studia
(S. Martino - Bollate)

VENERDÌ DI QUARESIMA

Tutti i venerdì di Quaresima

ore 8.00 Lodi mattutine (S. Martino - Bollate)
ore 8.15 Via Crucis (S. Martino - Bollate)
ore 8.30 Via Crucis (S. Antonio - Cascina del Sole)
ore 9.00 Via Crucis (S. Giuseppe - Bollate)
ore 15.00 Via Crucis (S. Bernardo - Cassina Nuova)
ore 16.00 Via Crucis (Madonna in Campagna - Bollate)
ore 18.00 Via Crucis (S. Monica - Ospiate)
ore 18.00 Via Crucis (S. Guglielmo - Castellazzo)
ore 18.00 Vespri (S. Martino - Bollate)
ore 21.00 **QUARESIMALI DEL VENERDÌ** (Cinema Splendor - vedi box)

Le celebrazioni saranno sospese (eccetto il quaresimale)
nella giornata di Venerdì 28 Marzo, che sarà dedicata al
silenzio e alla contemplazione del crocifisso.

I Quaresimali del Venerdì STORIE DI SPERANZA



→ VENERDÌ 21 MARZO

Ero un Bullo: dalla caduta alla rinascita
Daniel Zaccaro ci racconta il suo percorso di cambiamento

→ VENERDÌ 28 MARZO

La speranza nella letteratura
il prof. Marco Erba ci legge storie di speranza nella letteratura

→ VENERDÌ 04 APRILE

Rinascere da un'amore ferito
don Giuseppe Bettoni e storie di donne dalla violenza alla vita

→ VENERDÌ 11 APRILE

Cristiani in Palestina: tra sfide e speranze
Alcuni cristiani di Betlemme si raccontano

I QUARESIMALI SI TERRANNO ALLE ORE 21.00

PRESSO IL **CINEMA SPLENDOR**

Lunedì 24 Marzo - 20.45
Presso la parrocchia di S. Monica
di Ospiate

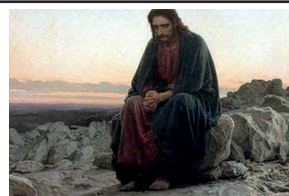
**VEGLIA MARTIRI MISSIONARI
ANDATE E INVITATE**



QUARESIMA

Magro e digiuno

...facciamo un po' di chiarezza



Il canone 1251 del Codice di Diritto Canonico (cjc) così dispone:
«Si osservi l'astinenza dalle carni o da altro cibo, secondo le disposizioni della Conferenza Episcopale, in tutti e singoli i venerdì dell'anno, eccetto che coincidano con un giorno annoverato tra le solennità; l'astinenza e il digiuno, invece, il mercoledì delle Ceneri e il venerdì della Passione e Morte del Signore Nostro Gesù Cristo». Il canone 1252 cjc chiarisce i soggetti che sono tenuti a seguire questa norma: «Alla legge dell'astinenza sono tenuti coloro che hanno compiuto il 14° anno di età; alla legge del digiuno, invece, tutti i maggiorenni fino al 60° anno iniziato».

A molti il "precetto" del digiuno quaresimale appare come una legge ormai superata e quasi di irrelevante osservanza. Questa pratica molto antica trova il proprio fondamento biblico nei quaranta giorni che Gesù ha trascorso nel deserto subito dopo il battesimo ricevuto da Giovanni nel Giordano.

Al di là del mangiare o non mangiare carne durante i venerdì di quaresima (anche perché ci sono pesci molto più pregiati e costosi della carne...non facciamo i furbetti come i farisei...), il significato più profondo di questo precetto sta nel "custodire alcuni gesti simbolici" che ci ricordano che stiamo vivendo il tempo quaresimale. Lo scorrere frenetico del tempo rende le giornate simili e sovrapponibili portandoci a dimenticare la peculiarità del tempo in cui viviamo. Scelte simboliche come alcune forme di astinenza o di digiuno desteranno la nostra attenzione al cammino quaresimale, ricordandoci di convertire la nostra vita per compiere ogni giustizia.

IN QUESTI GIORNI GIRANO SUI SOCIAL DELLE
"INDICAZIONI DI DIGIUNO E ATTI DI CARITÀ"

DATI DA PAPA FRANCESCO

TRATTASI DI FAKE NEWS!!!

Domenica 30 Marzo si svolgerà la 45ma edizione della **MARCIA DELLA FRATERNITÀ**, organizzata dalla Parrocchia di Ospiate, manifestazione podistica non competitiva di 2 percorsi possibili, 7 o 10 Km, con finalità benefica. Il ricavato della Marcia verrà infatti destinato a l'Italian Hospital di Karak a sud della Giordania.

Quota di iscrizione € 5,00. Partenza alle ore 9.30 dall'Oratorio ospiate. Per informazioni e iscrizioni: Segreteria parrocchiale (dal martedì al venerdì h. 18.00-19.00, tel 023503136); segreteria.smonica@gmail.com), Oratorio di Ospiate, sabato e domenica pomeriggio dalle ore 15 alle 18.

Per ulteriori dettagli www.parrocchiasanmartinobollate.com



Con la fine del prossimo mese di Maggio don Anthony concluderà la sua esperienza pastorale e la sua presenza presso la nostra comunità. Il suo Vescovo gli ha chiesto di riprendere l'insegnamento della Bibbia in India.

Avremo modo di salutare e ringraziare don Anthony domenica 18 Maggio. Più avanti daremo il programma dettagliato.





IN PROGRAMMA:

Martedì 18 Marzo Cineforum
FLOW- UN MONDO DA SALVARE di G. Zibaldis



Sabato 22 Marzo ore 21.15
BIANCANEVE

Domenica 23 Marzo ore 16.30 e ore 21.15
BIANCANEVE

VACANZE FAMIGLIE 2025
GRESSONEY
 DA **MERCOLEDÌ 30 LUGLIO**
 A **SABATO 2 AGOSTO**



Alcuni giorni di vacanza comunitaria con le famiglie della nostra comunità

Info e Costi:

- € 220,00 Adulti
- € 180,00 bambini dai 7 agli 11 anni
- € 110,00 bambini dai 3 ai 6 anni
- Gratis bambini dai 0 ai 2 anni

Trattamento in pensione completa;

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

I posti sono limitati...affrettatevi a iscrivervi

VIAGGIO ESTIVO COMUNITARIO

MAROCCO

da giovedì 21 a venerdì 29 Agosto 2025



GIOVEDÌ 20 MARZO - ORE 21.00
RIUNIONE DI PRESENTAZIONE DEL VIAGGIO
IN AULA PAOLO VI
PER TUTTI COLORO CHE SONO INTERESSATI

L'angolo dell'Oratorio



Domenica 23 Marzo (III Quaresima)

Domenica insieme IV anno I.C. (ritrovo ore 10.00 per la Messa)

**NEL POMERIGGIO INCONTRO
 DEI CRESIMANDI A SAN SIRO
 CON L'ARCIVESCOVO MARIO**



Domenica 30 Marzo (IV Quaresima)

Domenica insieme III anno I.C. (ritrovo ore 10.00 per la Messa)

Domenica 06 Aprile (V Quaresima)

Domenica insieme per il percorso del I anno sia tradizionale che sperimentale

Domenica 13 Aprile (VI Quaresima)

Domenica insieme II anno I.C. (ritrovo ore 10.00 per la Messa)



**QUARESIMA DI
 CARITÀ**

2° settimana – SUOR ADELE - KARAK - GIORDANIA



Suor Adele Brambilla, milanese, 76 anni, **comboniana**, ha iniziato la sua missione in **Giordania** nel **1984** in un ospedale di **Amman**, nel

1996 è stata chiamata a **Roma** per prestare servizio come **superiora generale**; è poi ritornata in Giordania nel **2011** all'**Italian Hospital di Karak**, dove svolge il suo servizio come **direttrice**.

La cittadina di **Karak** si trova a **sud** della Giordania nella **valle di Moab**, tra i monti, in territorio desertico, a **140 chilometri** dalla capitale **Amman**. È una **città antica** che sorge in cima a una collina, dalla sommità del suo **castello medievale**, opera dei Crociati, si possono vedere, a **nord** il **Mar Morto** e a **sud** il deserto roccioso del Harra che porta fino a **Petra**.

È la **zona più povera** del paese e quindi ancor più **segnata dai conflitti** di questi ultimi tempi, gli scenari di **Gaza**, **Cisgiordania** e anche del **Libano** hanno generato nuove tragedie umane e ripercussioni pesanti in Giordania, secondo paese al mondo per presenza di rifugiati rispetto alla popolazione: circa **1 milione** solo quelli **siriani** che abbisognano di assistenza.

Possiamo aiutare suor Adele donando attraverso bonifico sul conto corrente Caritas della Parrocchia (**IBAN IT12C0844020100000000043208 - intestato a Parrocchia san Martino - causale: quaresima di carità 2025**) o ponendo un'offerta nelle cassette poste all'interno delle chiese.

LE CELEBRAZIONI LITURGICHE DELLA SETTIMANA



16 Domenica 16 Marzo II QUARESIMA *Dt 6,4a; 11,18-28; Gal 6,1-10; Gv 4,5-42*

S. Martino	8.15	Lodi
S. Martino	8.30	
Madonna in C.	9.30	
Castellazzo	9.30	
S. Martino	10.00	
S. Giuseppe	10.30	
S. Monica	10.30	Antonio
S. Martino	11.30	
Castellazzo	17.30	
S. Martino	17.00	VESPRI E MEDITAZIONE
S. Martino	18.00	Vernasca Carmen

17 Lunedì 17 Marzo FERIA

S. Martino	8.00	Lodi
S. Martino	8.15	Fasolin Luigi e Isolina
S. Monica	18.00	
S. Martino	18.00	Giuliano

18 Martedì 18 Marzo FERIA

S. Martino	8.00	Lodi
S. Martino	8.15	
S. Giuseppe	9.00	Agostina e Giulio Suardi
S. Monica	18.00	
S. Martino	18.00	Fam. Sironi Giuseppe; Fam. Boga e Galbiati
Castellazzo	18.00	

19 Mercoledì 19 Marzo S. GIUSEPPE, SPOSO DELLA B. VERGINE MARIA

S. Martino	6.45	Messa
S. Martino	8.00	Lodi
S. Martino	8.15	Sposaro e Minora; Albani Primo
S. Monica	18.00	Maria e Rosanna
S. Martino	18.00	Giuseppe e Angela
Castellazzo	18.00	

20 Giovedì 20 Marzo FERIA

S. Martino	8.00	Lodi
S. Martino	8.15	
Madonna in C.	17.00	Adorazione Eucaristica
Madonna in C.	17.30	Barlassina Angelo; Claudio e Lodo
S. Monica	18.00	
S. Martino	18.00	Piercarlo, Vittorio e Rosetta
Castellazzo	18.00	

21 Venerdì 21 Marzo FERIA ALITURGICA

S. Martino	8.00	Lodi Mattutine
S. Martino	8.15	Via Crucis
S. Giuseppe	9.00	Via Crucis
Madonna in C.	16.00	Via Crucis
S. Martino	18.00	Celebrazione del Vespro
S. Monica	18.00	Via Crucis
Castellazzo	18.00	Via Crucis

22 Sabato 22 Marzo FERIA

S. Martino	8.15	Lodi
S. Giuseppe	17.00	Virginio e Cesarina; Emilio
Madonna in C.	17.30	Fam. Baldini
S. Monica	18.00	
S. Martino	18.00	Fiorino Vito e Nunzio; Rossano Vittoria; Jolanda e Maria; Altimari Andrea; Rogora Luca; Panariello Vittorio e Jolanda
Castellazzo	18.30	

23 Domenica 16 Marzo III QUARESIMA *Dt 6,4a; 18,9-22; Rm 3,21-26; Gv 8,31-59*

S. Martino	8.15	Lodi
S. Martino	8.30	Fam. Conte; Garofoli Antonio
Madonna in C.	9.30	
Castellazzo	9.30	
S. Martino	10.00	
S. Giuseppe	10.30	
S. Monica	10.30	
S. Martino	11.30	
Castellazzo	17.30	
S. Martino	17.00	VESPRI E MEDITAZIONE
S. Martino	18.00	Lolla Gesuina; Alagna Egidio

Anagrafe Parrocchiale



- **Diventati figli nel Figlio:**
- **Formano una Famiglia nel Signore:**
- **Tornati alla casa del Padre:** Sciannamea Vito, Mondello Giovanni, Tondelli Maria, Pasquale Arcangelo, Gallo Romeo, Inglese Carmelo, Tamburrino Divina, Bonzi Eugenio

ANAGRAFE 2025	Battesimi	Matrimoni	Funerali
S. Martino	6	0	49
S. Monica	0	0	5



CONTATTI

Parrocchia san Martino:

☎ 02.3502949 ✉ segreteria.psm.bollate@gmail.com
apertura segreteria: dal mar. al ven. dalle 16.00 alle 18.15

Parrocchia santa Monica:

☎ 02.3503136 ✉ segreteria.smonica@gmail.com
apertura segreteria: dal mar. al ven. dalle 17.00 alle 18.00

Parrocchia san Guglielmo:

☎ 02.3501256