



## Riflessioni e Proposte per la settimana

dal 15 al 22 febbraio 2026

### “Stacco” spirituale

Non posso negare di aver avuto un privilegio nell'aver potuto trascorrere cinque giorni lontano dai ritmi e dalle occupazioni usate per quelli che vengono chiamati, da sant'Ignazio di Loyola in poi, “esercizi spirituali”. La prima parola del titolo è “stacco”; lo connota quello che è stato appena detto: un contesto continuato di giorni per rivolgere mente e attenzione a quanto i ritmi quotidiani difficilmente consentono.

Certo, si può staccare per diverse priorità. Molti lo fanno; il riposo e lo svago sono le scelte più gettonate. Quello degli esercizi spirituali è finalizzato ad “esercitare”, appunto, lo spirito per immergerlo con maggiore intensità e continuità nella riflessione e nella preghiera, con l'intento di riscoprire le ragioni e i contenuti del proprio credere, di come viverlo. Sapendo già che il tutto dovrebbe rivitalizzare gli impegni di vita che, inevitabilmente, andranno ripresi.

Infatti, stacco non significa distacco come disinteresse, quanto piuttosto cercare le condizioni migliori perché riflessione e preghiera diventino motore di una più intensa ripresa.

Quando si dice preghiera, non significa recita di un numero maggiore di preghiere, che sono sostanzialmente quelle degli altri giorni. Significa, invece, nel clima di silenzio, tempo prolungato di ascolto, di ascolto di Dio che parla. Non concentrazione per elaborare dei pensieri frutto del proprio cercare ma, prioritariamente, ascolto. A partire soprattutto dalla Parola.

Che non è la cosa più semplice. Un ascolto che parte da Dio, da Gesù, credendo nell'intima presenza dello Spirito. Abbiamo bisogno di un ascolto di questo genere per cogliere la realtà rileggendola con gli occhi di Dio, della sua verità assai diversa dalla nostra. Ovviamente, chi non si può permettere uno spazio di giorni per gli esercizi, deve ricavare nella giornata lo spazio per un esercizio quotidiano.

Il punto importante successivo all'ascolto è come collegare questa verità rinverdata in quel contesto al vivere quotidiano. Per lo più, al termine si tratterà di riprendere quanto si faceva prima. Talvolta, magari, di intraprendere qualcosa di nuovo. Chissà!

Accenno qualcosa di più specifico della proposta del “predicatore”: di norma, c'è una persona che propone delle meditazioni giornaliere che poi ciascuno prende, rielabora, adatta.

La proposta di questi giorni aveva un titolo sufficientemente indicativo: “Ripartire da Nazareth e da Antiochia”.

Due luoghi che dicono chiaramente due inizi di percorso. Uno personale, quello di Gesù che sceglie di vivere il maggior numero di anni della sua vita a Nazareth, villaggio per niente significativo da un punto di vista politico, sociale e religioso, nella disprezzata Galilea. L'altro, comunitario, che da Antiochia segna gli inizi della chiesa nel suo cammino di diffusione del messaggio evangelico nel mondo allora conosciuto.

La proposta era ben chiara, quasi provocatoria. Dopo l'episodio, traumatico per i suoi, Gesù dodicenne, per la Legge considerato ormai adulto, avrebbe potuto fermarsi a Gerusalemme presso qualche prestigiosa scuola di rabbini; sceglie invece di vivere una piena immersione nella vita degli ultimi, da “figlio del carpentiere”. La chiesa iniziale sceglie ad Antiochia di inviare i primi missionari obbedendo allo Spirito nelle persone e nello stile dell'annuncio. Scelte assai eloquenti, sulle quali non vi è qui lo spazio per approfondimenti.



## Lectures di domenica prossima (I di Quaresima)

I lettura: dal libro della Genesi: 2,7-9; 3,1-7

Salmo: dal salmo 50/51

II lettura: dalla I lettera ai Romani: 5,12-19

Vangelo: dal vangelo secondo Matteo: 4,1-11

### Messe della settimana

- dom. 15 feb. ore 08,00: pro popolo  
ore 10,00: per i defunti della famiglia (Peretti)
- lun. 16 feb. ore 18,00: def. Antonello (Ajmerito)
- mer. 18 feb. ore 18,00: Messa e segno penitenziale delle ceneri
- gio. 19 feb. ore 18,00: def. Irene (Frongia)
- sab. 21 feb. ore 18,00: def. Giovanni (Cadoni)
- dom. 22 feb. ore 08,00 e 10,00: pro popolo

### Gli altri appuntamenti della settimana

Riprende il corso normale di incontri e celebrazioni nella settimana.

Con un avviso importante: con il **Mercoledì delle Ceneri inizia il tempo forte della quaresima** che ha, un significato indiscutibilmente importante nel **condurci verso il vivere nella fede la Pasqua del Signore**.

Poiché celebreremo messa e rito delle ceneri mercoledì, **non ci sarà messa di martedì** (chiederò alla **Commissione Liturgica un incontro all'ora della messa**).

In tale giorno avremmo potuto tenere l'incontro di catechesi, ma poiché **giovedì alle 18,30 in san Francesco** c'è una **catechesi cittadina**, la prima per questo **anno francescano**, privilegiamo quest'incontro alla catechesi parrocchiale.

Intanto, si preannuncia che questo **mercoledì** e **ogni venerdì** è giorno di segno penitenziale anche nell'**astinenza** dalle carni e/o altra forma di **esercizio ascetico**. **Altre indicazioni** per il tempo quaresimale verranno date **successivamente**.

Venerdì, poi, avremo la **prima Via Crucis**.

### Su fuédhu de Déus in sardu

Jesus iat nau a is discipulus: “No si pentzèas chi dèu sia beniu a ndi cancellai sa Lèi o is Profètas.; no a cancellai, ma a portai a perfetzioni ...

Si sa giustitzia de ‘osatrus no at èssi prus ainanti de cussa de is scribas e de is fari-sèus, no èis a intrai in su règnu de is cèlus.

Èis intèndiu ca est stètiu nau a is antigus: «No as a bociri; chini at a bociri dèpit èssi cundennau in giuditziu». Ma dèu si naru: «Dognunu chi pigat in ódia su fradi su’ dèpit èssi cundennau in giuditziu!».

Si s’ògu déstru tu’ ti portat a arrui, bogandédhu e scavuancidhu atésu de tui: ti cumbénit a perdi una parti de sa carèna tua, prus chi no tótu su còrpus dh’acabit in sa Geenna ...”.

(vangèlu de Mateu, de su cap. 5)

Parrocchia “Cuore Immacolato di Maria” - IGLESIAS

tel. 0781.40984 - sito web: <http://www.parrcuoreimmacolato.it>