

Carissimi!

Ormai è diventato un appuntamento fisso, questa piccola lettera che invio settimanalmente alla comunità della Beverara. E' un modo possibile per conservare un piccolo legame fra noi (e anche voi potete scrivermi...!)

Dal punto di vista sanitario direi che siamo nell'occhio del ciclone, e qui non aggiungo altro perchè i mezzi di comunicazione dicono già tutto quanto è giusto e necessario sapere.

Quello che comincia ad essere preoccupante (e su questo le strutture sanitarie possono fare ben poco...) è la nostra salute psichica. Tanti giorni di isolamento, di convivenza forzata in pochi metri, combinati con il martellamento di notizie "nere", mettono alla dura prova il nostro equilibrio: possono nascere e crescere l'ansia, la tristezza, lo sconforto, la paura, la rabbia... e questo non aiuta! Non solo le relazioni si peggiorano e si rischia di farsi del male, ma anche la nostra stessa salute ne risente: siamo una cosa sola e quindi lo spirito influisce sul corpo e il corpo sullo spirito. Un corpo malato genera tristezza, uno spirito triste fa ammalare...

Allora... che si fa? Si fa come si fa per il corpo malato: qualche medicina, una alimentazione adeguata... Così per lo spirito: si ascolta (o si canta) una canzone o una musica che ci piace, si riguardano le foto della vacanza, si coltivano i fiori, si cucina una pietanza che era tanto che volevamo fare ma non c'era tempo, si fa ginnastica o meditazione, si legge un libro, ci si coccola, si telefona all'amico che non sentivo dal tempo del liceo, si gioca a carte, ai nuovi giochi intelligenti, alla playstation, si beve una tisana (se non vi rende tristi!), si progetta il primo giro in bicicletta... e si fa lavorare la fantasia, coltivando le cose buone! E se avete qualche suggerimento, mandatemelo! Anche io ho bisogno conservare la serenità dello spirito! Anzi, facciamo così: tutti i suggerimenti e consigli buoni ricevuti li condividerò con tutti, così tutti ne potranno fruire!

Per la preghiera domenicale vi invio il testo strutturato come domenica scorsa, con le preghiere e il vangelo di questa quarta domenica di Quaresima.

Nel sito della Diocesi (www.chiesadibologna.it) trovate sussidi per la preghiera giornaliera. Per quanto riguarda la Settimana Santa, aspettiamo indicazioni dal Vescovo, tenendo conto anche delle direttive che il Vaticano ha già dato. Martedì sera, ad ogni modo, il nostro Consiglio pastorale si riunirà con strumenti mediatici (Skype o simili) per pensare insieme, oltre a come proseguire nella vita comunitaria, anche a qualche modalità di celebrazione "insieme" della Pasqua, se pur nelle nostre case.

Invio anche la riflessione che un parrochiano fa in relazione ad un episodio che gli è capitato, in questi giorni.

un caro e grande saluto e augurio di ogni bene

buona domenica!

don maurizio

sabato 21 marzo 2020