

Febbraio 2010



## Notiziario Parrocchiale di S. Giovanni Battista in Telgate

Fondato da don Cienze Bortolotti nel 1929

Abbonamento annuale 2010 - Ordinario Euro 25,00

L'abbonamento può essere sottoscritto tramite  
l'incaricata di zona oppure presso l'Arciprete.

Anno LXXXI, n. 2

"L'Angelo in Famiglia" - Pubbl. mens. - Sped. abb. Post. - 50% Bergamo  
Direzione e Amministrazione: Società Editrice SS. Alessandro Ambrogio Bassiano  
Bergamo Viale Papa Giovanni XXIII, 118 - Tel. 21.23.44

# Il "vino buono" delle nozze di Cana

Il mese di gennaio è stato per la nostra comunità ricco di celebrazioni, quasi pressate nelle domeniche e feste comandate dall'inizio alla fine; dal primo giorno dell'anno, all'Epifania, dalla festa del Battesimo di Gesù, alla giornata dei Migranti, poi da quella del Seminario e delle famiglie a S. Giovanni Bosco specialmente per la gioventù e a S. Antonio per i coltivatori diretti.

Senza nulla togliere alle altre, quella più attesa, anche per la sua novità, è stata la giornata dei Migranti domenica 17, con la presenza per la prima volta del Vescovo Francesco nella nostra comunità. Una giornata caratterizzata dai variegati colori e linguaggi come di una rinnovata Pentecoste; una giornata dal respiro universale, intensa di grazia per la preghiera, i canti di lode e la concelebrazione eucaristica presieduta dal Vescovo Francesco; una giornata in cui la solidarietà è diventata gioiosa fraternità non solo attorno alla mensa del Signore, ma anche a quella degli uomini, e poi nella animazione seguita nel pomeriggio all'oratorio.



È da ringraziare il Signore per questa giornata eccezionale, e con lui tutte le persone che hanno lavorato e collaborato dalla chiesa all'asilo, all'oratorio per la buona riuscita dei vari momenti programmati. Un grazie particolarmente sentito al nostro Vescovo Francesco non solo per la sua presenza e l'Eucaristia che ha presieduto, ma anche per la stupenda, succosa omelia che merita attenta riflessione.

Mi dispenso dal fare la cronaca della giornata;

alla luce di quanto detto dal Vescovo mi limito a questo solo rilievo.

Perché nell'insieme delle nostre relazioni, cominciando dalla famiglia, la festa non si spenga ma vada in crescendo, occorre il vino, il migliore, che solo Gesù può dare. È la capacità di intrecciare rapporti umani come lui li ha vissuti e proposti, la capacità di amare come lui ha amato. Qui potremmo sfogliare i vangeli, pagina per pagina, e confrontarci con il comportamento di Gesù nei confronti delle persone e nelle situazioni più disparate. La sua docilità non succube nella casa di Naza-

# Sommario

## LA LETTERA DELL'ARCIPRETE

**"Il vino Buono delle nozze di Cana" 1**

## CALENDARIO LITURGICO

**Febbraio - Marzo 2010 3**

## QUARESIMA 2010

**Gli appuntamenti 5**

## LA PAROLA DEL PAPA

**Per ravvivare la speranza 6**

## LA GIORNATA PER I MIGRANTI

**Fotocronaca della Cerimonia 8**

## RAGAZZI MISSIONARI

**Il tappeto peruviano 12**

## LA VOCE DEL C.I.F.

**Festa della donna 8 marzo 2010 13**

## NEWS DALLO SCOIATTOLO

**Classifica dei gironi di andata 14**

## LA CORALE IN TRASFERTA

**Concerto a Bolgare del 5 gennaio 15**

## TEMA SULL'AMBIENTE

**"M'illumino di meno" 16**

## LE RICETTE DELLA SALUTE

**Pilates 18**

## EVENTI PARROCCHIALI

**Famiglie in festa - Anagrafe 19**

## NOTIZIE UTILI

**Per saperne un po' di più 20**

reth, la sua attenzione a ogni forma di disagio e di sofferenza; la sua passione per la verità, la sincerità e l'onestà; la sua coerenza indiscutibile; la sua ostinata volontà di dialogo aperto, rispettoso e nello stesso tempo franco e sincero; la sua capacità di accostare le persone di ogni categoria religiosa, sociale e morale senza lasciarsi condizionare, pronto ad offrire a tutti, indistintamente, i segni evidenti della misericordia di Dio che accoglie, perdona, cura, riabilita, guarisce, ricrea (basterebbe pensare al ritratto di sé che da nella parabola del buon Samaritano); il suo fascino per la bellezza morale della persona, la sua sobrietà e la sua libertà di fronte alle persone e alle cose; il suo coinvolgimento e impegno personale oltre ogni misura prima ancora di pretendere da altri; la sua intensa comunione con il Padre cercata nella preghiera e vissuta nella fedeltà alla sua volontà. E questi sono solo alcuni assaggi di quel "vino buono" che solo lui può dare.

S. Paolo ci insegna che questo "vino buono" che è poi il dono dello Spirito, è stato "riversato nei nostri cuori"; non dato con il contagocce, ma in quantità traboccante. È che tante volte lo trascuriamo al punto tale che *quasi va in aceto*, così noi restiamo senza il vino e la festa si spegne.

A febbraio inizia la Quaresima; tempo favorevole per prendere coscienza delle nostre attese più autentiche, delle possibilità che ci vengono continuamente offerte per sorseggiare il "vino buono" che la grazia del Signore continuamente ci offre perché la festa continui in crescendo.

Noi, docili all'invito di Gesù, cerchiamo di "riempire le anfore di acqua, di attingere e portare in tavola"; al resto provvederà lui.

Con viva simpatia.

Il vostro Arciprete  
Don Tarcisio

## PILLOLE DI SAGGEZZA

**"Le azioni degli uomini  
sono le migliori interpreti,  
dei loro pensieri".**

J. Locke  
Filosofo inglese (1632-1704)

# Calendario Liturgico Pastorale

febbraio-marzo 2010

## FEBBRAIO

### 7 - DOMENICA V DEL TEMPO ORDINARIO

Si celebra oggi in tutta Italia la GIORNATA PER LA VITA

### 8 - lunedì: memoria di S. Girolamo Emiliani, sacerdote



Girolamo nacque a Venezia nel 1486. Convertitosi dopo una giovinezza dissipata, si dedicò con ardore al servizio dei poveri, degli infermi e dei fanciulli abbandonati, interessandosi anche alla riabilitazione delle donne sbandate. Fondò la Società dei Servi dei Poveri (Somaschi). Morì a Somasca nel febbraio del 1537, contraendo la peste assistendo gli appestati.

### 11 - giovedì: memoria delle apparizioni di Maria Santissima a Lourdes

L'11 febbraio 1858 segna l'inizio delle apparizioni della Beata Vergine Maria a Lourdes. Da allora la grotta delle apparizioni è diventata meta di numerosi pellegrinaggi e di intense esperienze di preghiera. Vi convergono sofferenti e devoti da ogni parte del mondo e lì, in umile e fiducioso atteggiamento di offerta, trovano speranza e consolazione.

Oggi si celebra la GIORNATA MONDIALE DELL'AMMALATO

### 12 - venerdì

Alle ore 20,45 in chiesa parrocchiale: LECTIO DIVINA

### 14 - DOMENICA VI DEL TEMPO ORDINARIO

Ricorre oggi la festa dei santi Cirillo, monaco, e Metodio, vescovo, patroni d'Europa.

Cirillo e Metodio sono i grandi evangelizzatori dei popoli slavi nel nono secolo; ci aiutino a testimoniare la vera fede operosa nella carità che si manifesta nella comprensione, nel dialogo rispettoso, nell'accoglienza delle diversità, nel rispetto della giustizia;

una fede che genera cultura cristiana e dà alla convivenza umana l'impronta inconfondibile del Vangelo.

La giornata di oggi è molto più nota come festa di S. Valentino, patrono degli innamorati. Anche la stupenda realtà dell'amore rischia di essere banalizzata e di diventare uno dei tanti beni di consumo; e a soffrirne è specialmente la famiglia, privata di fondamento e di stabilità. La ricorrenza di oggi aiuti a recuperare l'amore e gli amanti alla loro dignità più autentica, che li rende segno e riflesso vivente di Dio, perché Dio è Amore.

### 17 - MERCOLEDÌ DELLE CENERI - INIZIO DELLA QUARESIMA

Oggi è giorno di astinenza e digiuno (si veda l'apposita nota)

Il gesto simbolico dell'imposizione delle ceneri sulla fronte si compie come risposta alla Parola di Dio che ci invita alla conversione. La Quaresima, tempo di preparazione alla Pasqua, inizia con le ceneri e termina con il fuoco, la luce e l'acqua della Veglia pasquale. Qualcosa in noi va bruciato e distrutto - "l'uomo vecchio che si corrompe in balia del male" - per fare spazio alla novità luminosa e cristallina della vita pasquale in Cristo. Mentre il sacerdote impone le ceneri pronuncia una delle due espressioni: "Convertiti e credi al Vangelo" oppure: "Ricordati che sei polvere e in polvere tornerai". Segno e parole esprimono bene la nostra caducità e l'impegno di conversione per accettare e vivere il Vangelo e la novità di vita che Cristo vuole comunicarci nel mistero della Pasqua.

### GLI ORARI DI OGGI

ore 07,45: S. Messa e imposizione delle ceneri per tutti

ore 15,00: S. Messa e imposizione delle ceneri per gli adulti

ore 16,15: S. Messa e imposizione delle ceneri per gli alunni delle scuole elementari e medie e per i genitori che li accompagnano

ore 20,30: S. Messa e imposizione delle ceneri per tutti

**18 - giovedì: memoria di Santa Gertrude Comensoli, vergine**



Gertrude Comensoli nasce a Biunno nel 1847. Attratta da Gesù presente nell'Eucaristia, ne parla a tutti come fonte di gioia e di vita. Nel 1882 fonda l'Istituto delle Suore Sacramentine di Bergamo, consacrate all'adorazione perpetua di Gesù presente nell'Eucaristia, e dedite

alla educazione cristiana della gioventù. Muore a Bergamo il 18 febbraio 1903.

**19 - venerdì**

*Oggi è giorno di astinenza dalle carni*

Primo giorno del TRIDUO DEI DEFUNTI

**20 - sabato**

Secondo giorno del TRIDUO DEI DEFUNTI

**21 - DOMENICA I DI QUARESIMA**

Si conclude oggi il TRIDUO DEI DEFUNTI

**22 - lunedì: festa della Cattedra di S. Pietro**



La celebrazione pone in rilievo la missione di maestro e di pastore conferito da Cristo a Pietro, da lui costituito, nella sua persona e in quella dei suoi successori, principio e fondamento visibile di unità della Chiesa nella verità e nella carità. Dalla fede di Pietro la Chiesa riceve sicurezza perenne.

**26 - venerdì**

*Oggi è giorno di astinenza dalle carni*

Alle ore 20,30: VIA CRUCIS

**28 - DOMENICA: II DI QUARESIMA**

**MARZO**

**5 - venerdì**

*Oggi è giorno di astinenza dalle carni*

Alle ore 20,30: VIA CRUCIS

**7 - DOMENICA: III DI QUARESIMA**

## IL TRIDUO dei DEFUNTI



I severi moniti del giorno delle ceneri: *“Convertiti e credi al vangelo e Ricorda che sei polvere e in polvere ritornerai”* trovano eco nei primi giorni di Quaresima con la celebrazione del TRIDUO DEI DEFUNTI. È pensare alla vita presente alla luce dell'eternità. Il pensiero della morte e di quello che ci attende dopo di essa (una volta tutto questo aveva un nome: “i novissimi”) ci aiuta a:

- capire il valore del tempo che viviamo;
- avvertire la ripercussione che hanno per l'eternità - in bene o in male - le scelte del tempo presente;
- rimettere ordine nella scala di valori che l'egoismo, l'interesse, la comodità e la spinta disordinata delle passioni tante volte scombussolano, disorientando un po' tutta la vita;
- tracciare un programma di vita più conforme al Vangelo, più consono con la nostra stessa dignità, più rispettoso della nostra autentica libertà, meglio sintonizzato sulle più genuine attese di bene per il tempo e per l'eternità.

Una vera grazia, dunque, il TRIDUO DEI DEFUNTI, anche per impostare al meglio il cammino quaresimale.

### IL PROGRAMMA

**VENERDI' 19**

ore 07,45: S. Messa e riflessione  
ore 15,00: S. Messa e riflessione  
ore 20,30: S. Messa, riflessione e benedizione eucaristica

**SABATO 20**

ore 07,45: S. Messa e riflessione  
ore 10,00: Ufficio per tutti i Defunti e riflessione  
ore 18,30: S. Messa festiva, riflessione e benedizione eucaristica

**DOMENICA 21**

S. Messa alle ore 7,30 e alle ore 9  
alle ore 10,30: S. Messa solenne  
alle ore 18,00: S. Messa conclusiva  
alle ore 15,00: Vespro, riflessione, benedizione eucaristica e visita al cimitero

# La Quaresima

La Quaresima è il tempo che prepara noi cristiani alla celebrazione della Pasqua, sintesi di tutti i misteri della salvezza.

Ricorda i quaranta giorni di Gesù nel deserto, condotto dallo Spirito Santo, la sua lotta contro il demonio e la sua vittoria sul tentatore.

“Non di solo pane vive l’uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio” - risponde Gesù al tentatore. Anche noi in questo tempo siamo chiamati a nutrirci di questa Parola per attingervi luce e forza per seguire la strada tracciata da Gesù.

Di fronte all’amore di Dio che trova nel Crocifisso la sua più alta espressione, non avremo difficoltà a riconoscere i nostri peccati magari abilmente giustificati con tante scuse e pretesti, segno di indifferenza, di insofferenza e di rifiuto di questo amore. La consapevolezza dei nostri peccati ci aiuterà a rinnovare la fiducia nel Padre misericordioso che ci attende a braccia aperte per il perdono nel sacramento della confessione.

La Quaresima, quindi, è tempo di ritorno, di conversione, di confessione, di cambiamento dalla tristezza di una vita insignificante e sciupata in esperienze negative, alla gioia di una vita ricca di senso che ci dà la gioia di sentirci veramente realizzati perché un po’ più conformi a quel campione di umanità e di bontà che è Gesù.

## PROPOSTE QUARESIMALI

Perché l’impegno quaresimale non resti un sogno campato in aria, si richiamano alcune occasioni di impegno alla portata di tutti; ciascuno scelga secondo le proprie possibilità concrete, ma con animo aperto e impegno generoso.

- Vivere con sensibilità e responsabilità cristiana i propri doveri quotidiani in famiglia, al lavoro, a scuola, nel tempo libero, nell’impegno sociale e comunitario.
- Valorizzare il più possibile - anche da parte dei ragazzi - la partecipazione alla Messa pure nei giorni feriali - (meglio ancora se con la Comunione ben fatta); per dare la possibilità di partecipare alla S. Messa anche a chi lavora, in Quaresima sarà celebrata pure alle ore 20,30.
- Partecipare ai vari appuntamenti comunitari del tempo quaresimale, specialmente il Triduo dei Defunti, la Via Crucis del venerdì, la Lectio Divina

e l’adorazione eucaristica del primo venerdì del mese.

- Fedeltà alla preghiera quotidiana, meglio ancora se con la famiglia, seguendo i sussidi che vengono messi a disposizione o nel modo che ciascuno ritiene più opportuno.
- Leggere ogni giorno un brano di vangelo e riflettervi un po’, privilegiando la lettura in famiglia.
- Seguire alla radio o alla TV le trasmissioni a carattere religioso.
- Rinunciare a trasmissioni, letture, divertimenti poco edificanti o addirittura sconvenienti.
- Fare visita a persone malate o sole, nella consapevolezza che Cristo è in loro.
- Astenersi da consumi superflui (fumo, bevande alcoliche, dolciumi, divertimenti, ricercatezze nel cibo, nel vestito, ecc.) devolvendo una proporzionata somma in opere di bene.
- Sostenere con un contributo opere a carattere religioso o sociale.
- Dedicare parte del proprio tempo libero ad attività che rivestono interesse per la comunità (comprese quelle dei vari gruppi parrocchiali e la raccolta di carta o altro del gruppo missionario).
- Rispettare i giorni di astinenza, (cioè di magro) e di digiuno proposti dalla Chiesa (si veda l’apposita nota).

Lo Spirito Santo, se invocato e assecondato, non mancherà di suggerire a ciascuno le scelte più opportune per segnare di bene il cammino di conversione quaresimale.

## ASTINENZA E DIGIUNO IN QUARESIMA

Tutti i venerdì i cristiani cattolici sono invitati a porre un segno di penitenza astenendosi dal consumo di carne comunque preparata o confezionata - esclusa la carne di pesce. Nello spirito delle disposizioni della Chiesa sono da evitare quelle ricercatezze di pesce che fanno ben poco di penitenza.

Se nei venerdì durante l’anno si può sostituire questo segno di penitenza con un altro a propria scelta; il mercoledì delle ceneri e nei venerdì di Quaresima è obbligo per tutti astenersi dal consumo delle carni, cioè “è di magro” - come si diceva una volta.

Il mercoledì delle ceneri e il venerdì santo sono anche giorni di digiuno. Il digiuno consente un solo

pasto a mezzogiorno o alla sera, ma non proibisce di prendere qualcosa anche in altri momenti della giornata, in modo proporzionato alle fatiche della propria attività, alle proprie abitudini alimentari e alle proprie condizioni di salute.

Si è tenuti all'astinenza dalle carni dai 14 in poi; si è tenuti al digiuno dai 21 ai 60 anni.

Chi è malato non è tenuto né all'astinenza né al digiuno.

È opportuno entrare nello spirito della legge e viverlo con impegno generoso; perché - come si esprime una preghiera quaresimale - "Tu, Signore, con il digiuno quaresimale vinci le nostre passioni, elevi lo spirito, infondi la forza e doni il premio".

Anche coloro che, a motivo dell'età, non sono strettamente obbligati all'astinenza e al digiuno - come i ragazzi - vanno formati al genuino senso e alla pratica della penitenza cristiana e quaresimale.

LA PAROLA DEL PAPA



## La Quaresima per ravvivare la speranza

Possiamo affermare che il periodo quaresimale, proprio perché invita alla preghiera, alla penitenza e al digiuno, costituisce una occasione provvidenziale per rendere più viva e salda la nostra speranza. La Quaresima ci rinnova nella speranza in Colui che ci ha fatti passare dalla morte alla vita.

La preghiera alimenta la speranza, perché nulla più del pregare con fede esprime la realtà di Dio nella nostra vita. Anche nella solitudine della prova più dura, niente e nessuno possono impedirmi di rivolgermi al Padre, "nel segreto" del mio cuore, dove Lui solo "vede". Vengono in mente due momenti dell'esistenza terrena di Gesù che si collocano uno all'inizio e l'altro quasi al termine della sua vita pubblica: i quaranta giorni nel deserto, sui quali è ricalcato il tempo quaresimale, e l'agonia nel Getsemani - entrambi sono essenzialmente momenti di preghiera. Preghiera con il Padre, a tu per tu nel deserto, preghiera colma di "angoscia mortale" nell'Orto degli Ulivi. È pregando che Cristo smaschera gli in-



ganni del tentatore e lo sconfigge. La preghiera si dimostra così la prima e principale "arma" per "affrontare vittoriosamente il combattimento contro lo spirito del male".

La preghiera di Cristo raggiunge il suo culmine sulla croce, dove sembra lanciare un grido di disperazione: "Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?". In realtà Cristo fa sua l'invocazione di chi, assediato senza scampo dai nemici, non ha altri che Dio a cui votarsi e, al di là di ogni umana possibilità, ne sperimenta la grazia e la salvezza. Non vi è contraddizione tra il lamento: "Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?" e le parole piene di fiducia filiale: "Padre, nelle tue mani affido il mio spirito"; parole

di implorazione drammatica di una persona che, abbandonata da tutti, si affida sicura a Dio. La preghiera di supplica colma di speranza è il filo conduttore della Quaresima, e ci fa sperimentare Dio quale unica àncora di salvezza. Di fronte a un "grande pericolo" ci vuole una più grande speranza, e questa è solo la speranza che può contare su Dio.

La preghiera è un crogiuolo in cui le nostre attese e aspirazioni vengono esposte alla luce della Parola di Dio, vengono immerse nel dialogo con Colui che è la verità, ed escono liberate da menzogne nascoste e compromessi con diverse forme di egoismo. Senza la dimensione della preghiera, l'io umano finisce per chiudersi in se stesso, e la coscienza, che dovrebbe essere eco della voce di Dio, rischia di ridursi a specchio dell'io, così che il colloquio interiore diventa un monologo dando adito a mille autogiustificazioni. La preghiera, perciò, è garanzia di apertura agli altri: chi si fa libero per Dio e le sue esigenze, si apre contemporaneamente all'al-

tro, al fratello che bussa alla porta del suo cuore e chiede ascolto, attenzione, perdono, talvolta correzione ma sempre nella carità fraterna. La vera preghiera non è mai egocentrica, ma sempre centrata sull'altro. Come tale essa esercita alla capacità di uscire da sé per farsi prossimo all'altro nel servizio umile e disinteressato. La vera preghiera è il motore del mondo, perché lo tiene aperto a Dio. Per questo senza preghiera non c'è speranza, ma solo illusione. Non è infatti la presenza di Dio ad alienare l'uomo, ma la sua assenza: senza il vero Dio, Padre del Signore Gesù Cristo, le speranze diventano illusioni che inducono ad evadere dalla realtà. Parlare con Dio, rimanere alla sua presenza, lasciarsi illuminare e purificare dalla sua Parola, ci introduce invece nel cuore della realtà, nell'intimo Motore del divenire cosmico, ci introduce per così dire nel cuore pulsante dell'universo.

In armonica connessione con la preghiera, anche il digiuno e l'elemosina possono essere considerati luoghi di apprendimento ed esercizio della speranza cristiana. I Padri e gli scrittori antichi amano sottolineare che queste tre dimensioni della vita evangelica sono inseparabili, si fecondano re-

ciprocamente e portano tanto maggior frutto quanto più si corroborano a vicenda. Grazie all'azione congiunta della preghiera, del digiuno e dell'elemosina, la Quaresima nel suo insieme forma i cristiani ad essere uomini e donne di speranza, sull'esempio dei santi.

Vorrei anche soffermarmi sulla sofferenza poiché "la misura dell'umanità si determina essenzialmente nel rapporto con la sofferenza e col sofferente. Questo vale per il singolo come per la società". La Pasqua, verso cui la Quaresima è protesa, è il mistero che dà senso alla sofferenza umana, a partire dalla sovrabbondanza della compassione di Dio, realizzata in Gesù Cristo. Il cammino quaresimale, ci fa rivivere quanto avvenne nel cuore divino-umano di Cristo mentre saliva a Gerusalemme per l'ultima volta, per offrire se stesso in espiazione. La sofferenza e la morte sono calate come tenebre via via che Egli si avvicinava alla croce, ma viva si è fatta anche la fiamma dell'amore. La sofferenza di Cristo è in effetti tutta permeata dalla luce dell'amore. L'amore del Padre che permette al Figlio di andare incontro con fiducia al suo ultimo "battesimo" di dolore e d'amore, Gesù lo ha ricevuto

per noi, per tutta l'umanità. Ha sofferto per la verità e la giustizia, portando nella storia degli uomini il vangelo della sofferenza, che è l'altra faccia del vangelo dell'amore. Dio non può patire, ma può e vuole com-patire. Dalla passione di Cristo può entrare in ogni sofferenza umana "la consolazione dell'amore partecipe di Dio e così sorge la stella della speranza".

Come per la preghiera, così per la sofferenza la storia della Chiesa è ricchissima di testimoni che si sono spesi per gli altri senza risparmio, a costo di duri patimenti. Più è grande la speranza che ci anima, tanto maggiore è anche in noi la capacità di soffrire per amore della verità e del bene, offrendo con gioia le piccole e grandi fatiche di ogni giorno e inserendole nel grande compatire di Cristo. Ci aiuti in questo cammino di perfezione evangelica Maria, che, insieme con quello del Figlio, ebbe il suo Cuore immacolato trafitto dalla spada del dolore. Iniziamo la Quaresima in spirituale unione con Maria, che "ha avanzato nel cammino della fede" dietro il suo Figlio e sempre precede i discepoli nel cammino verso la luce della Pasqua di risurrezione.

# Publicità Ottimismo

*NON* curarti dei *commenti*,  
quando in **regola** ti senti

# La giornata mondiale dei *migranti* e dei *rifugiati*

Celebrata nella nostra parrocchia con la partecipazione del vescovo di Bergamo mons. Francesco Beschi, la giornata ha richiamato l'attenzione sulla realtà extracomunitaria residente nel vicariato e nella diocesi. L'appuntamento ecclesiale, partecipato anche attraverso la stampa e le radio locali, ha coinvolto una numerosa rappresentanza di migranti che risiedono nelle nostre parrocchie, provenienti da ogni continente.

Tutta la giornata è stata minuziosamente preparata dal Segretariato Diocesano per i migranti con la collaborazione del gruppo vicariale che si interessa dei migranti, ma specialmente di alcuni volontari telgatesi e dei vari gruppi che fanno capo all'oratorio. È stata scelta Telgate come sede della manifestazione perché è la parrocchia della provincia con la maggior presenza di immigrati tra la sua popolazione. Una Messa un po' diversa dal solito quella di domenica 17 gennaio, presieduta dal vescovo insieme ai parroci del vicariato Calepio - Telgate nella chiesa parrocchiale alle 10.30, animata da gruppi etnici di varia nazionalità nei loro coloratissimi costumi, con canti e preghiere in diverse lingue, come una nuova Pentecoste.

La gente di Telgate, abituata da decenni alla presenza di sacerdoti provenienti dall'Africa, ha ancora una volta riservato il medesimo calore e benevolenza alle persone che hanno movimentato tutta la liturgia; incuriosita ancor più dalla presenza di mons. Beschi, venuto per la prima volta a Telgate per un appuntamento così intenso e pregnante.

Apprezzata in ogni aspetto la sua omelia, sviluppata partendo dal passo evangelico delle nozze di Cana, icona che accompagna il cammino dell'anno pastorale in corso.

Forte e impegnativo il monito del Vescovo Francesco: "Qualcuno crede che per l'amore non ci sia spazio nelle strade, sul posto di lavoro, nella società. Non rassegniamoci a fare a meno dell'amore, a lasciarlo nel mondo dei sogni. Non possiamo semplicemente difendere i nostri confini che diventano sempre più stretti. Se ci rassegniamo solo a difendere i confini ci mancherà l'essenziale, la gioia, la pace la serenità!".

Il tema dell'amicizia che supera le barriere è stato il motivo della preghiera del pomeriggio, della caccia al tesoro, del torneo di calcio e dello spettacolo con musiche e danze dei vari gruppi etnici presenti; anche così s'è gustata quell'amicizia che - come ha affermato il Vescovo - è frutto dell'amore.

Più che le parole sono a questo punto le foto che illustrano le varie fasi della giornata e che restano a confermare una corale testimonianza di Fede e di Carità vissuta nella ferialità e nella fratellanza comune "che permette a tutti di vivere la propria diversità" - come ha sottolineato il Vescovo.



La Mensa eucaristica

Il cronista parrocchiale

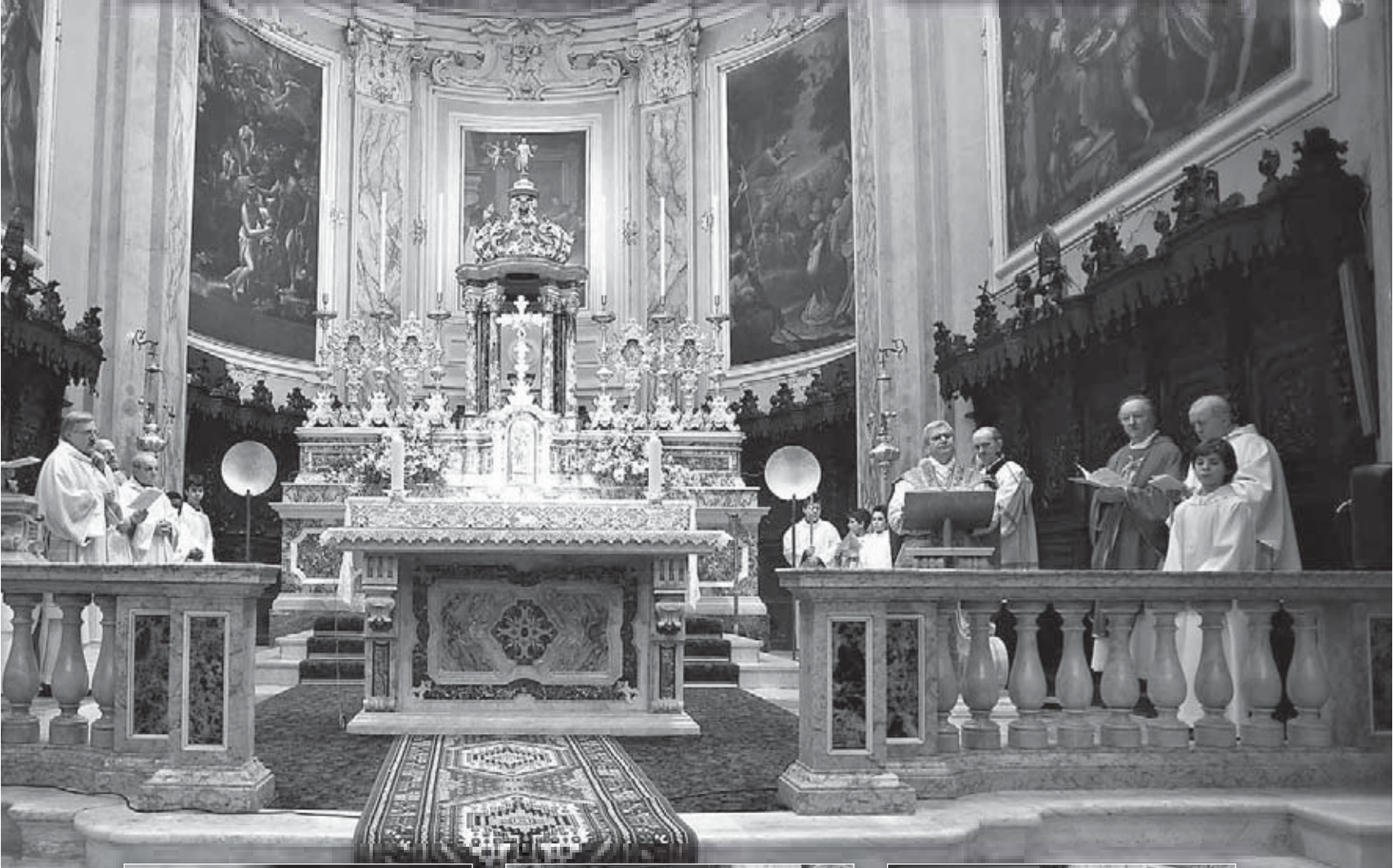
*Il Vescovo si avvia alla Chiesa*



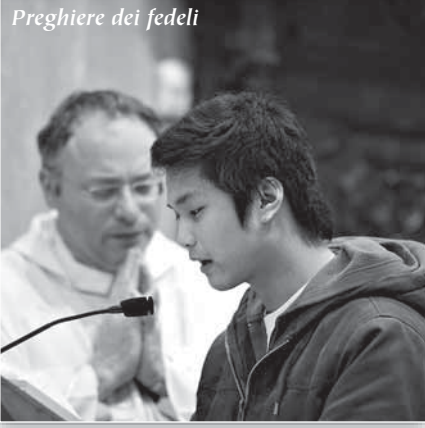
*La Liturgia della Parola*



*L'omelia del Vescovo*



*Pregiere dei fedeli*



*Offertorio*



*Offertorio*



*Offertorio*



*I fedeli in chiesa*



*Consacrazione*



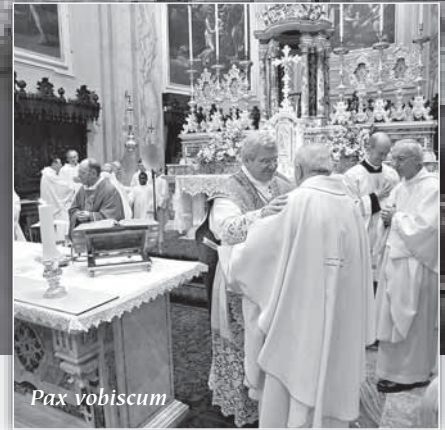
*Canto alla Comunione*



*Omaggi a Monsignor Beschi*



*Pax vobiscum*



*Saluti a tutti*



*Il saluto ai fedeli del Vescovo*



*Ite missa est!*





## Il tappeto peruviano



Il primo incontro d'avvento per le classi elementari è stato animato dal gruppo dei ragazzi missionari e da Fabiola, una ragazza peruviana migrata a Bergamo da alcuni anni. Fabiola ha parlato del suo Perù attraverso la visione di un cd che ci ha permesso di scoprire la sua terra e di conoscere danze e canti folcloristici... tutto

a comunicarci l'amore per la sua terra e la sua cultura.

Fabiola si è parecchio commossa a narrare della sua vita e quanto le manca la sua famiglia nonostante "sia ormai grande".

Dopo questi momenti d'attenzione e di silenzio i ragazzi si sono scatenati dapprima ad imparare una preghiera cantando e ballan-

do e poi nella realizzazione di un tappeto come segno d'offerta a Dio.

I peruviani, infatti, in occasione d'alcune feste religiose usano costruire dei tappeti per le vie del paese o nelle proprie case utilizzando vari materiali tra cui petali di fiori. Questo lavoro può durare anche molte ore o addirittura tutta la notte e al termine è offerto al passaggio di Dio e della processione; quindi la bellezza di questi tappeti è destinata a durare poco ma ciò che conta è l'impegno dell'uomo e la preghiera che rivolge a Dio.

Anche noi abbiamo preparato i nostri tappeti utilizzando della segatura colorata di varie tonalità e nonostante sia stata la prima volta abbiamo realizzato dei coloratissimi capolavori. Con questi tappeti abbiamo voluto rappresentare quanto Dio è importante per tutti noi e per il mondo intero e quanto ci ama grazie al dono di suo figlio Gesù.

Ringraziamo Fabiola e tutti i ragazzi che hanno partecipato con tanta gioia e impegno a quest'incontro, che ci ha permesso di conoscere qualcosa della cultura peruviana ma soprattutto di sentirci uniti nella stessa fede in Gesù Cristo.





Centro Italiano Femminile  
Sezione Telgate

*8 marzo 2010*  
***festa internazionale  
della donna***

***La sfida educativa  
per un umanesimo vero***

*(Seguirà sintesi della relazione il prossimo mese)*

Vi invitiamo sabato 6 marzo alla

***gita sociale***

***“Alla ricerca del bello attorno a noi”***

presso il DUOMO di MILANO

**PROGRAMMA**

Ore 11,30 partenza in pullman (ritrovo in Piazza Mercato)

Ore 13,30 arrivo al Duomo di Milano: visita interamente guidata alle “Oreficerie” e al “Tesoro”; candelabro “Trivulzio”; conosceremo arti e tradizione; il “Presbiterio” un punto inedito per osservare il duomo e la sua storia; 2 ore dedicate in via del tutto eccezionale al nostro gruppo

Ore 15,30 visita nei dintorni presso alcuni luoghi caratteristici della città

Termine della giornata con Super Cena al Ristorante Azienda Agricola Cascina Oglio di Villongo

**QUOTA DI PARTECIPAZIONE € 45,00**

Ore 22,00 circa rientro a Telgate (Piazza Mercato)

**INFORMAZIONI E PRENOTAZIONI:**  
Carla 035 831640  
**TERMINE DELLE ISCRIZIONI:**  
non oltre il 25/02  
ad esaurimento posti disponibili



## News dallo scoiattolo



### Posizione in classifica delle squadre del G.S. Oratorio Telgate a fine girone andata 2009/2010

Come è nostra consuetudine a fine girone d'andata, rendiamo nota la nostra posizione nella classifiche delle varie categorie.

Noi allenatori e dirigenti siamo fieri del lavoro svolto dai nostri ragazzi e ci auguriamo che la nostra soddisfazione sia condivisa dai genitori e da tutti i nostri sostenitori e sponsor.

Grazie a tutti e... speriamo di continuare così!!!

#### Dilettanti a II gruppo S girone C

n°	Squadra	PUNTI
1	POL.PIANICO	36
2	OR. TELGATE	30
3	REAL BONOMELLI EC	30
4	OR. PALOSCO "B"	26
5	OR. CIVIDATE	24
6	OR. PEDRENGO	19
7	REAL GRUMELLO DM	17
8	REAL BOLGARE	15
9	OR. GHISALBA "A"	13

10	GRU.GIO.MONTELLO	10
11	OL TOMENU'	8
12	USO ALZANESEUNDER	7
13	OR. COSTA MEZZATE	4
14	DALMINE PLAYHOUSE	3

#### Esordienti a II girone E

n°	Squadra	PUNTI
1	OR. TELGATE	29
2	OR. COLOGNE CALCIO	26
3	OR. VILLONGO	25
4	SARNICO F.C.	24
5	POL. CHIUDUNO	15
6	FRANCIA CORTA JUN	11
7	OR. TAGLIUNO	11
8	OR. PALOSCO	10
9	POL. COM. TAVERNOLA	10
10	POL. PARATICO	10
11	CSI GRUMELLO DM	8
12	P.G.S. SAMBER 84	3



I nostri Pulcini e, nel cerchio, Manenti Marco

### Pulcini a 7 girone G

n°	Squadra	PUNTI
1	OR. VILLONGO GIALLI	27
2	OR. TELGATE	24
3	VALCAVALLINA "A"	24
4	OR. VILLONGO ROSSI	24
5	GALASSIA CENATE	16
6	POL. COM. TAVERNOLA	15
7	VALCAVALLINA "B"	13
8	ADRARESE	10
9	POL. COM. PREDORE	5
10	SOLTO COLLINA	3
11	OR. VILLONGO BLU	1

### Giovanissimi a 11 girone E

n°	Squadra	PUNTI
1	OR. TELGATE	28
2	OR. BRUSAPORTO	28
3	POL. PARATICO	26
4	OR. VILLONGO	25
5	POL. CHIUDUNO	19
6	VALCAVALLINA	14
7	MONTELLO	13
8	CSI OR. SARNICOq13	
9	CSI OR. GRUMELLO DM	11
10	ASPERIAM	7
11	POL. CAROBBIO D.A.	4
12	OR. TAGLIUNO	3

### Allievi a 11 girone A

n°	Squadra	PUNTI
1	POL. GORLAGO	32
2	POL. COM. TAVERNOLA	31
3	POL. CAROBBIO D.A.	29
4	OR. ZANDOBBIO	26
5	MONTELLO	24
6	OR. TELGATE	19
7	CSI OR. SARNICO	14
8	CSI OR. GRUMELLO DM	7
9	POL. CHIUDUNO	5
10	OR. TAGLIUNO	0

Segnaliamo inoltre che prima di Natale si è svolto il torneo riservato alla categoria 2000/2001 a Ponte San Pietro e i nostri ragazzi si sono classificati al 4° posto su 40 squadre partecipanti. In questa manifestazione abbiamo avuto un'altra bella soddisfazione: infatti il nostro Manenti Marco è stato premiato come miglior giocatore del torneo.

Ricordiamo inoltre che è sempre possibile effettuare donazioni per contribuire a saldare il debito per la realizzazione del nuovo campo di calcio, presso l'oratorio maschile oppure contattandoci al numero 035.830303.

I nostri saluti, GS Oratorio Telgate

## La Corale Parrocchiale in concerto a Bolgare

Martedì 5 gennaio, accompagnata da una schiera di irriducibili e fedelissimi simpatizzanti che hanno sfidato il freddo polare, la Corale Parrocchiale si è esibita nella Chiesa Parrocchiale di Bolgare con il Coro Fiordaliso.

Nella prima parte del concerto la Corale ha eseguito canti strettamente legati alla tradizione natalizia. Nella seconda parte il Coro Fiordaliso si è esibito in canti del proprio repertorio.

Il finale ha visto protagonisti entrambe i cori che, unitamente, hanno eseguito i suggestivi canti "Amici miei" e "Signore delle Cime".



**IL CENTRO DIOCESANO PER LA PASTORALE SOCIALE DI BERGAMO**  
in collaborazione con “Rete interdiocesana nuovi stili di Vita”  
aderisce e promuove l’iniziativa



Venerdì 12 febbraio 2010 si celebra - in veste completamente rinnovata - la sesta edizione di “M’illumino di meno”: la Giornata del Risparmio Energetico lanciata dalla popolare trasmissione radiofonica **Caterpillar**, in onda su **RAI Radio 2**. Dopo il successo delle scorse edizioni, con l’adesione di migliaia di ascoltatori e di intere città sia in Italia che all’estero, quest’anno l’invito a rispettare un simbolico “silenzio energetico” si trasforma in un invito a partecipare a una **fiesta dell’energia pulita**.

In questi anni, grazie al supporto di istituzioni, scuole, associazioni, aziende e privati cittadini, abbiamo contribuito alla diffusione di una maggior consapevolezza sulle conseguenze del consumo indiscriminato di energia: la **riduzione degli sprechi** e l’attenzione alle **fonti alternative** sono diventate parole d’ordine familiari per i nostri ascoltatori. Sulla scia di questa nuova sensibilità, è giunto il momento di fare un passo avanti rispetto allo spegnimento simbolico in nome del risparmio e di proporre un’**accensione virtuosa** all’insegna dello sviluppo

delle energie rinnovabili. In questi anni abbiamo imparato a risparmiare, ora impariamo a produrre meglio e a pretendere energia pulita.

Allo stadio attuale della ricerca tecnologica è già possibile produrre energia con il sole, il vento, il mare, il calore della terreno o con le biomasse. Facendo appello all’inesauribile ingegno italico invitiamo tutti, dagli studenti ai precari, dalle aziende in crisi alle amministrazioni comunali, a misurarsi con la green economy adottando un sistema pulito per accendere tutti insieme le luci il **12 febbraio 2010**. L’intento è duplice: da un lato verificare in prima persona che le tecnologie attualmente disponibili sono efficaci e rappresentano alternative realistiche, dall’altro dare un segnale simbolico di fiducia nelle **energie rinnovabili** e nello sviluppo di un modello di economia sostenibile.

Nelle piazze spente di tutt’Italia si accenderanno luci “virtuose” alimentate a energia rinnovabile o dimostrazioni creative di consumo efficiente, per testimoniare il passaggio da un sistema ormai al

collasso ad una **gestione più “illuminata” del nostro futuro**. Per raccontare questa festa dell’energia pulita, il 12 febbraio Caterpillar andrà in onda eccezionalmente **dai Mercati Traianei in Roma**, coinvolgendo cittadini, scuole, istituzioni e associazioni in una rassegna di **luci belle, creative e pulite**, escogitate ad hoc, con un concerto finale rigorosamente a impatto zero.

La campagna di *M’illumino di meno* si protrarrà dal 4 gennaio al 12 febbraio dando voce al racconto delle idee più interessanti e innovative per produrre e distribuire l’energia in modo pulito, responsabile e sostenibile. Una **torcia a energia pulita** viaggerà per l’Italia, sul modello del tragitto della fiaccola olimpica, alla ricerca di punti di rifornimento a fonti rinnovabili, per giungere fino a Roma e “accendere” la festa del 12 febbraio.

Su [www.caterpillar.rai.it](http://www.caterpillar.rai.it), sarà possibile segnalare la propria adesione e trovare tutti i materiali per diffondere l’iniziativa nei posti di lavoro, a scuola o nella propria città.



Il Centro Diocesano per la Pastorale Sociale  
invita tutte le parrocchie, oratori, associazioni  
e i cittadini ad aderire all'iniziativa.

**L'INVITO RIVOLTO A TUTTI È QUELLO DI  
SPEGNERE LUCI E DISPOSITIVI ELETTRICI  
NON INDISPENSABILI  
VENERDÌ 12 FEBBRAIO 2010 DALLE ORE 18.**

Oltre alle case private,  
si potrebbero spegnere le luci esterne delle chiese, dei campanili, degli oratori...  
Piccolo segno per coltivare una sensibilità che continui nel tempo  
alle tematiche dell'ecologia e del risparmio energetico.

Comunicare la vostra adesione a questa iniziativa allo 035 4598550  
oppure via mail a: [salvaguardiadelcreato@pastoralesocialebg.it](mailto:salvaguardiadelcreato@pastoralesocialebg.it)  
info: [www.pastoralesocialebg.it](http://www.pastoralesocialebg.it) e [www.caterpillar.rai.it](http://www.caterpillar.rai.it)

## *Ricordati di amare*

zizzi



Ci accompagnerà, in questi mesi del nuovo anno, la parabola del buon samaritano. Ogni mese sarà aperto da una riflessione su un gesto: gesti semplici e umili, ma gesti che ridanno vita e dignità. Perché è questo che fa l'amore: ridona la vita.

## *mettersi in cammino*

La vera avventura della vita, la sfida chiara e alta non è quella di fuggire l'impegno, ma diosarlo. Libero non è chi si rifiuta di impegnarsi. Libero è senza dubbio chi avendo guardato infaccia la natura dell'amore - i suoi abissi, i suoi giri a vuoto e le sue esultanze - senza illusioni, si mette in cammino, deciso a viverne costi quel che costi l'odissea, a non rifiutarne né i naufragi né la sacralità, disposto a perdere più di ciò che credeva di possedere e a guadagnare infine ciò che non è quotato in nessuna borsa: la promessa mantenuta, l'impegno onorato nella traversata senza finzioni d'una vita umana.

*Cristiane Singer*



Sii paziente verso tutto ciò che è irrisolto nel tuo cuore e cerca di amare le domande, che sono simili a stanze chiuse a chiave e a libri scritti in una lingua straniera. Non cercare ora le risposte che possono esserti date poiché non saresti capace di convivere con esse. E il punto è vivere ogni cosa. Vivere le domande ora. Forse ti sarà dato, senza che tu te ne accorga, di vivere fino al lontano giorno in cui avrai la risposta.

*Rainer Maria Rilke*



## Le ricette della salute

a cura di Elisabetta Consonni

Mente sana in corpo libero  
Migliora il respiro e la postura



# PILATES

### Il Metodo

Il Metodo Pilates può essere riassunto in questi termini: un programma di fitness pensato e concepito per allungare e rinforzare i muscoli attraverso il controllo dei movimenti. Questa tecnica, sviluppata a cavallo del secolo scorso, è un programma completo composto da circa 600 esercizi volti ad armonizzare corpo e mente contemporaneamente. Il controllo avviene attraverso la parte del corpo definita 'powerhouse' che consiste in tutta la serie di muscoli connessi al tronco, quindi: l'addome, i glutei, l'interno delle cosce e la zona lombare. Il metodo Pilates si concentra sul movimento controllato dalla 'powerhouse' lasciando però libertà di movimento alle estremità. Prende spunto da culture diversissime tra loro - oriente e occidente - ispirazioni che si fondono per sviluppare il concetto del totale controllo sul corpo, sulla flessibilità profonda e sull'integrazione della colonna con gli arti in modo fluido e armonioso. Praticato con costanza il Pilates migliora la condizione fisica del corpo, garantisce una colonna vertebrale forte ed aiuta a rimanere sani con l'incedere degli anni e dell'età.

### I Benefici

Il metodo Pilates sviluppa armoniosamente e globalmente la tonicità e l'elasticità muscolare ristabilendo l'equilibrio posturale ed aumentando forza, equilibrio e flessibilità. La tecnica Pilates offre inoltre un ampio numero di esercizi da eseguire su diversi attrezzi proponendo così una ginnastica divertente e di intensità modulabile. Questo metodo di allenamento può essere affrontato da persone di tutte le età ed in ogni condizione fisica, ecco perchè il Pilates rappresenta un eccellente modo di tenersi in forma e di prevenire gli infortuni.

E se hai poco tempo per andare in palestra puoi migliorare la tua forma fisica e raggiungere un benessere totale e senza fatica direttamente a casa tua grazie al corso completo di Pilates in 20 DVD. Imparerai a controllare i tuoi muscoli attraverso la concentrazione, la corretta postura e la respirazione. (è un'iniziativa di Famiglia Cristiana)



# Famiglie in festa



*“L’amore comprende la totalità dell’esistenza in ogni sua dimensione, anche quella del tempo, perché l’amore mira all’eternità. Questo amore va attinto alla sua sorgente prima e originaria che è Gesù Crocifisso dal cui Cuore trafitto scaturisce l’amore di Dio”*

(Benedetto XVI)

**La foto di gruppo dopo la S. Messa di ringraziamento per le famiglie che domenica 24 hanno celebrato i 5-10-15-20 anni di matrimonio**

*Una buona dose di generosità, gratuità e pazienza, lievitate al calore dello Spirito e addolcite da reciproca premura tenera e confidente dia al vostro amore la fragranza di un dolce squisito da condividere con gioia. Così, augurando ogni bene, di cuore vi benedico*

don Tarcisio

## Anagrafe Parrocchiale

**BATTEZZATA IN CRISTO**

SZILAGYI BRIGITTA MARIA  
di Robert e Rus Ioana

**Rev.do Arciprete CORNOLTI don TARCISIO**

tel. 035.830674 - fax 035.830674

parrocchiatelgate@tiscali.it - www.parrocchiatelgate.org

**Direttore Oratorio Rev.do NESSI don LUCA**

tel. 035.830256 - oratorio.telgate@tele2.it

**Rev.do RIZZI Mons. GILDO**

tel. 035.4421168

**Rev.da SUOR CARMELA**

tel. 035.830743

**REDAZIONE NOTIZIARIO PARROCCHIALE**

tel. 035.8356549 - fax 035.8356549 - redazione.bollettino@virgilio.it

**ACLI c/o CASA PARROCCHIALE**

martedì dalle 9,30 alle 11,00 - tel. 035.833850 - caritastelgate@tiscali.it

**CENTRO PRIMO ASCOLTO CARITAS**

**c/o CASA PARROCCHIALE**

martedì dalle 20,30 alle 22,00 - sabato dalle 9,00 alle 11,00

secondo e quarto martedì del mese dalle 17,00 alle 19,00 sportello

primo ascolto per situazioni disagio mentale

tel. 035. 833850 - caritastelgate@tiscali.it

**CIF CENTRO ITALIANO FEMMINILE**

BREVI VINCENZINA - tel. 035.833157

**CORALE PARROCCHIALE S.G. BATTISTA**

CONSONNI ELISABETTA - tel. 035.831000 - cell. 338.7996937 - coraletelgate@virgilio.it

**CORO ARCOBALENO**

PESENTI MOIRA - tel. 035.830114

**CORO ALBACHIARA**

REDOLFI ORNELLA - tel. 035.4420335

**CORPO BANDISTICO MUSICALE "TELGATE 90"**

PESENTI EMANUELE - cell. 335.6923437

**GRUPPO DOMICILIARITÀ**

Rev.do Arciprete CORNOLTI don TARCISIO - tel. 035.830674

**GRUPPO MISSIONARIO PARROCCHIALE**

c/o CASA PARROCCHIALE giovedì ore 20,30 - BENTOGGIO ANGELA - tel. 035.833201

---

**Sacramento del Battesimo:** si celebra in forma comunitaria, senza la S. Messa, la seconda domenica del mese alle ore 11,30 e la quarta domenica del mese alle ore 16,00. I genitori sono pregati di chiedere il Battesimo per tempo affinché il sacerdote possa avere un incontro con la famiglia prima della celebrazione.

**Sacramento del Matrimonio:** i fidanzati sono pregati di annunciarsi almeno quattro mesi prima della data fissata per le nozze. Premettano alla richiesta del sacramento un corso di preparazione al matrimonio. Tale corso in parrocchia si tiene abitualmente nei mesi invernali.

**Per i malati:** i parenti sono pregati di informare i sacerdoti in caso di malattia di un familiare, esprimendo così che si gradisce la visita del sacerdote in casa o in ospedale. Tutti i primi venerdì del mese si passa per la confessione e comunione ai malati.

Notizie  
Utili