

## Quaresima 2023

L'anima mia ha sete  
del Dio vivente. (Salmo 42)



*Signore Gesù, Figlio del Dio vivente,  
abbi pietà di me peccatore.*

Carissimi tutti,

anche quest'anno il Signore ci concede di iniziare il tempo Santo della Quaresima.

Quaranta giorni che per *“ritornare al Signore”*, nella convinzione che, anche oggi, anche ad Arosio e a Carugo *“L'anima nostra ha sete del Dio vivente”*, come dice il Salmo 42.

Quaranta giorni per *rivolgere e convertire il cuore a Dio*.

Quaranta giorni per *decidere di rimanere cristiani*.

Quaranta giorni per *rimettere al centro la Pasqua di Gesù*.

**La nostra fede è una fede “pasquale”**: nasce e si fonda sulla morte e risurrezione del Signore. Crediamo in Dio perché suo Figlio Gesù è morto per salvarci ed è risorto condividendo, con noi, la sua nuova vita.

Queste sei settimane, con le tante proposte che la nostra Comunità ha pensato, vogliono proprio aiutarci ad **arrivare “sotto la croce” per raccogliere la Grazia di Dio**.

Lo sforzo che ci proponiamo è quello di **provare a risentire e a ridirci le cose essenziali** per renderci conto, ancora una volta, della bellezza e della grandiosità della **nostra fede cristiana** che, però, **ha bisogno di essere desiderata, scelta, voluta e non subita passivamente!**

Il punto è proprio questo: **rivolgere Dio e sapere perché**. Allora saremo anche più contenti, più “fedeli”, più aperti a cogliere la forza e la speranza che scaturiscono proprio dalla Croce di Gesù.

**Proviamo a ripartire e a ridirci la semplicità della fede.**

Riflettere sui sacramenti e sulle parole fondamentali della fede, come faremo il venerdì sera durante i Quaresimali, e durante la Settimana degli Esercizi spirituali, ha proprio questo scopo: **ritrovare ciò che conta, risentire l'annuncio di Cristo oggi, qui, a Carugo e ad Arosio**, come se dovessimo e se potessimo decidere per la prima volta di diventare cristiani.

Perché lo faremo? Forse la nostra fede ha proprio bisogno di ritrovare questa freschezza, ma soprattutto quelle motivazioni che, scontate, non lo sono più!

La preghiera, il sacrificio e la carità saranno i linguaggi, attraverso i quali, arriveremo di nuovo al Signore, con tutto il cuore.

Buona e santa Quaresima a tutti!

don Paolo e don Andrea

Carugo-Arosio, 25 febbraio 2023,  
*in capite Quadragesimae*

# Quaresima 2023

---

## Proposte alla comunità

### IL QUARESIMALE DEL VENERDÌ SERA

---

#### *OGGI, l'anima mia ha sete del Dio vivente,*

Sarà una proposta semplice, ma intensa. **La vivremo insieme, come Comunità pastorale.**

Il tema scelto parte dalla convinzione che “**abbiamo sete di Dio**”, tutti, anche chi non lo avverte o lo nega. Desiderare speranza, interrogarsi sul senso e sulle fatiche della vita, volere il bene, combattere il male, costruire il futuro, superare gli errori, amarsi, trasmettere fiducia, ..... sono tutti modi per dire la nostra necessità di Dio!

**Proveremo a ridirci l'essenziale, come se ascoltassimo, per la prima volta, la proposta cristiana.**

Ci introdurremo, ogni sera, con la meditazione di tre stazioni della Via **Crucis**; **interverranno poi alcuni sacerdoti che offriranno la loro riflessione e le loro sollecitazioni.**

---

**VENERDÌ 3 MARZO - ore 21:00 Carugo, chiesa parrocchiale**

*La trasmissione della fede. Come?*  
**Il sacramento del Battesimo ridetto oggi**

*Testimonianza di don Ugo Lorenzi, sacerdote e docente di Teologia pastorale presso il Seminario e la Facoltà teologica di Milano*

---

**VENERDÌ 10 MARZO – ore 20:45 Seregno, dalla Basilica di S. Giuseppe a S. Valeria**

*Portate nel mondo la Croce di Cristo*  
**Via Crucis quaresimale con l'Arcivescovo**

Partecipiamo alla Via Crucis presieduta dal nostro Arcivescovo per la Zona di Monza.  
Andiamo con mezzi propri o con **il pullman organizzato dalla parrocchia.**  
**Iscrizione in Segreteria parrocchiale. Costo € 5.**

Sono invitati, in modo particolare, i giovani che parteciperanno alla GMG di Lisbona.  
**VENERDÌ 17 MARZO - ore 21:00 Arosio, chiesa parrocchiale**

---

*Diventare cristiani. Perché?*  
La Tradizione della fede oggi

Testimonianza **di don Pierluigi Banna**,  
docente di Patrologia presso il Seminario di Miano e l'Università Cattolica

---

**VENERDÌ 24 MARZO - ore 21:00 Carugo, chiesa parrocchiale**

*Rimanere cristiani perdonati.*  
*Il sacramento della Confessione ridetto oggi.*

Testimonianza **di Padre Patrizio Garascia**,  
superiore dei Padri Oblati di Rho

---

**VENERDÌ 31 MARZO - ore 21:00 Arosio, chiesa parrocchiale**

*Essere in comunione con Dio.*  
*Il sacramento dell'Eucarestia vissuto oggi.*

Testimonianza **di don Luciano Spinelli**,  
collaboratore dell'Ufficio Sacramenti della Curia

---

**VENERDÌ SANTO 7 APRILE - ore 20:30 dalla chiesa di Carugo alla Chiesa di Arosio**

*Via Crucis solenne per le vie della città*

*I Quaresimali saranno trasmessi*  
*anche sul Canale You Tube della Comunità pastorale Carugo – Arosio.*

# GLI ESERCIZI SPIRITUALI

---

## Ridire Cristo oggi ad Arosio e a Carugo

da domenica 19 a sabato 25 marzo

**Predicatore: PADRE PATRIZIO GARASCIA, Superiore dei Padri Oblati di Rho**

### **Che cosa sono gli Esercizi spirituali?**

- Un tempo per un maggior ascolto di Dio
- Un tempo per una revisione della propria vita
- Un tempo per qualche decisione piccola o grande

### **A chi sono rivolti?**

- A chiunque voglia "farsi un regalo": maggior attenzione alla propria fede e vita cristiana
- A chiunque desidera "una breve sosta" nella vita ordinaria per ripartire rinfrancato e illuminato da Dio

### **Che cosa ti è richiesto?**

- Un po' di coraggio, di decisione e di fedeltà perché sia un vero e proprio itinerario (seppure breve)
- La decisione di scegliere almeno uno degli appuntamenti proposti giornalmente
- Un tempo personale di ripresa durante la tua giornata
- Il desiderio di decidere qualcosa "di meglio" per la propria fede e per la propria vita
- Bibbia, quaderno, penna

## **PROGRAMMA E ORARI**

### **Domenica 19 marzo**

---

ore 18:30, chiesa parrocchiale di Carugo  
**Solenne Messa di apertura degli Esercizi**

### **Da lunedì 20 a giovedì 23 marzo**

---

ore 6:30, chiesa di Arosio:

**S. Messa con breve pensiero per lavoratori e studenti e chi desidera**  
(termina alle 7:00, possibile colazione in Oratorio)

ore 8:00, chiesa Carugo

**S. Messa d'orario**

ore 9:00, chiesa di Arosio  
**S. Messa con predicazione**

ore 15:00, chiesa di Carugo  
**Celebrazione della Parola e predicazione – A seguire adorazione eucaristica**  
*(sospesa Messa delle 18:00)*

Lunedì, ore 21:00, chiesa di Carugo  
Martedì, ore 21:00, chiesa di Arosio  
Mercoledì, ore 21:00, chiesa di Carugo  
Giovedì, ore 21:00, chiesa di Arosio  
**Proposta di riflessione e, a seguire, tempo per la preghiera personale.**

Venerdì, ore 21:00, chiesa di Carugo  
**Quaresimale e, a seguire, possibilità delle Confessioni.**

---

### **Sabato 25 marzo**

---

ore 18:00, chiesa parrocchiale di Arosio  
**Solenne Messa di chiusura degli Esercizi**

---

## **OGNI VENERDÌ**

---

### **Carugo**

- ore 8:00 **Lodi e Ufficio delle Letture**
- ore 15:00 **Via Crucis** *(per chi non può venire la sera)*
- ore 17:00 **Preghiera della Croce per i bambini e i ragazzi** *(giardino Casa parr. e chiesa parr.)*

### **Arosio**

- ore 9:00 **Via Crucis** *(per chi non può venire la sera)*
- ore 16:30 **Preghiera della Croce per i bambini e i ragazzi** *(Oratorio e chiesa parr.)*

### **Arosio e Carugo insieme**

- ore 21:00 **Quaresimale** *(vedi programma specifico)*

# LA QUARESIMA DI DOMENICA

---

## LA SANTA MESSA DOMENICALE

---

Ci rinnoviamo, a vicenda, l'invito a vivere con fedeltà e con gioia l'Eucarestia di ogni domenica che è il cuore della settimana. **È tempo di recuperare la centralità e la fedeltà a questo appuntamento** che dà senso al resto della settimana.

Con umiltà vogliamo "riappropriarci" di questo incontro fondamentale che ci identifica e ci lega al Signore. *"Senza la domenica non possiamo vivere"*

**Alla Messa delle 10:30 ad Arosio e delle 11:00 a Carugo, chiediamo di lasciare la precedenza proprio alle famiglie.** Durante queste liturgie cercheremo di avere più attenzione perché i bambini possano partecipare sempre meglio.

A chi fosse possibile, **rimane l'invito alla Messa anche nei giorni feriali.**

## LA DOMENICA POMERIGGIO

---

**Esposizione dell'Eucarestia, breve riflessione e adorazione:**

ore 17:00, Arosio / ore 17:30 Carugo

**Vespere domenicale di Quaresima**

ore 17:30, Arosio / ore 18:00 Carugo

## PICCOLA SCUOLA DI FEDE

---

Momento di approfondimento della fede (catechismo). Proviamo a concentrarci su qualche tema facendoci venire il "gusto" delle "cose di Dio", per dare forza e gioia al nostro credere.

**Ci "intratterremo" sul tema delle virtù cardinali:**

**prudenza, giustizia, forza, temperanza e le "virtù minori"**

**Ci troveremo online, ore 21:00 nelle seguenti date:**

- lunedì 27 febbraio - Link alla videochiamata: <https://meet.google.com/guh-akhf-pfx>
- lunedì 6 marzo - Link alla videochiamata: <https://meet.google.com/bww-eoun-oao>
- lunedì 13 marzo - Link alla videochiamata: <https://meet.google.com/ibv-aqwe-byx>
- lunedì 20 marzo - Link alla videochiamata: <https://meet.google.com/xwq-svju-wot>
- lunedì 27 marzo - Link alla videochiamata: <https://meet.google.com/ukn-pbbo-qut>

**Questi i link a cui collegarvi liberamente per questo momento di formazione (Meet di Google)**

## LA CARITÀ DI QUARESIMA

### Aiutiamo le popolazioni terremotate di Siria attraverso le nostre Suore di Arosio presenti proprio lì con le loro case

Di fronte alla tragica situazione in Turchia e Siria, a seguito del devastante terremoto delle scorse settimane, **come comunità, scegliamo di dare il nostro aiuto per questa emergenza, sostenendo le opere delle nostre Suore della Carità di Arosio che**, proprio in Siria, ad Aleppo, hanno Case e opere già da vari anni.

**Ora stanno accogliendo migliaia di profughi provenienti dalle zone più colpite dal sisma.**

**Tutta la nostra “Quaresima di Carità” sarà consegnata direttamente alle nostre Suore tramite la loro Fondazione Thouret.**

Raccoglieremo le nostre offerte tramite i salvadanai che riporteremo in chiesa dalla Domenica delle Palme o nei contenitori posti all'ingresso delle nostre chiese.

Ecco il comunicato delle Suore:

Un'immensa catastrofe si sta abbattendo ancora una volta sulle popolazioni già profondamente provate della **Siria** e della **Turchia**: un **terremoto di intensità inusuale va aggravando disperatamente una situazione già di grande dolore.**

**Noi, Suore della Carità, presenti in Siria, ci siamo subito messe al servizio delle vittime di questa tragedia. Di questa situazione di emergenza ci parla Sr Mary Stephanos, Superiora Provinciale della Provincia Oriente:**

“Vi condivido le nostre gravi preoccupazioni e il nostro dolore per quanto sta accadendo in Turchia e in Siria: il terremoto, con le sue conseguenze, è stato un vero disastro. I danni maggiori sono avvenuti nel nord della Siria, mentre a Damasco e a Khabab, dove ci sono le nostre due comunità, è stato come un bombardamento di guerra. Tutta la gente è per strada per paura dei crolli, in mezzo a un freddo gelido. Purtroppo, è ad Aleppo, in Siria, che si sono registrate tante vittime, con delle case completamente distrutte e un mare di sfollati, in questo freddissimo inverno. Povera Siria! Non è ancora uscita dalla guerra, e deve subire questo disastro! Le nostre comunità insieme alla gente, si stanno organizzando per raccogliere aiuti per il nord della Siria. Continuiamo a pregare e ad avere speranza”.

**La Fondazione Thouret è vicina a queste popolazioni nel dolore con una raccolta fondi che verrà inviata alle suore che in Siria stanno organizzando l'accoglienza di quanti sono rimasti senza casa, assicurando la raccolta e la distribuzione di generi di prima necessità, di cure e sostegno a chi è sopravvissuto.**

Contiamo sul vostro aiuto per sostenere concretamente questi nostri fratelli e sorelle, perché nel gelo della disperazione in questo rigido inverno sentano il conforto del calore di chi è loro vicino con un gesto di solidarietà.

## LA DECIMA

---

### Un metodo per fare della carità un esercizio di conversione

**Pregiera, sacrificio, carità**, dice la tradizione. Il senso della carità è sicuramente l'aiuto concreto a persone e progetti che la comunità sceglie, ma il bene spirituale è anche quello di convertirci, di cambiare, di "costringerci" ad essere migliori. Vi lasciamo allora questo suggerimento per raggiungere entrambe le mète.

#### COME FARE A PARTECIPARE ALLA CAMPAGNA DI CARITÀ QUARESIMALE?

Più che una semplice consegna di denaro in chiesa, vi proponiamo **il Metodo della Decima!** La Decima è una tradizione che ritroviamo nella Bibbia stessa e, nella storia, è stata praticata in vari modi. È un metodo che aiuta a rendersi conto del fatto che siamo tutti chiamati a mettere in comune ciò che abbiamo per andare incontro ai bisogni degli altri.

***Può essere anche un metodo molto educativo e facile da spiegare ai bambini.***

Il metodo è semplice: ***ogni dieci, ..... il corrispondente lo accantonano in carità!***

Funziona con i soldi, ma anche con preziosi "beni immateriali"!

Facciamo qualche esempio:

- *una quota mensile del tuo budget*
- *una percentuale delle spese personali non strettamente necessarie*
- *ogni dieci caffè, accantonano il corrispondente per la carità*
- *ogni dieci quotidiani ....*
- *ogni dieci pacchetti di sigarette .....*
- *ogni dieci euro di spesa ...*
- *ogni dieci ore dedicate a me, ..... un'ora la dedicherò a ...*
- *ogni dieci ore di televisione o di tablet, un'ora la dedicherò a .....*
- *ogni dieci telefonate o messaggi, una telefonata o un messaggio ad una persona che ne ha bisogno ...*
- *ogni dieci .....*

**A partire dal Primo Venerdì di Quaresima, troverete in chiesa i salvadanai per la Decima** che potrete riconsegnare dal Giovedì Santo.

Oltre i soldi, ..... ci sarà, soprattutto, anche tanta carità!

**"Chi lo desidera può inserire nel salvadanaio uno scritto con un pensiero sull'esperienza della Decima:** i genitori possono guidare i figli a riflettere sul valore e sulla bellezza del gesto compiuto, ma anche gli adulti possono essere più consapevoli, in questo modo, del proprio gesto di carità"

## LA RACCOLTA ALIMENTARE

---

A cura della **Caritas di Arosio e della Conferenza San Vincenzo di Carugo**, per tutta la Quaresima, si raccoglieranno generi alimentari e di prima necessità che vengono costantemente distribuiti agli assistiti:

- *passata di pomodoro, biscotti, marmellate, fette biscottate, legumi secchi e in scatola, farina*
- *olio di oliva o di girasole, latte, farina bianca, tonno e carne in scatola*
- *zucchero, caffè, the, alimenti per l'infanzia*

Nelle nostre due chiese troverete il contenitore che ogni giorno sarà svuotato dagli incaricati.

## OGNI GIORNO

---

### IL LIBRETTO CON LA PAROLA E LA RIFLESSIONE DI OGNI GIORNO

Preparato dalla Diocesi. ***Kyrie Il travaglio e la gioia, Parola ogni Giorno Quaresima e Pasqua 2023*** Lo trovate al Banco della Buona stampa.

### IL LIBRETTO "LA TENDA"

Il libretto con la Liturgia eucaristica di ogni giorno. Lo trovate al Banco della Buona stampa.

### LA PREGHIERA CON L'ARCIVESCOVO MARIO

Da domenica 26 febbraio, dalle 6:40 sarà disponibile, la preghiera ***«Kyrie, Signore!»***. guidata dall'Arcivescovo.

I video delle preghiere dell'Arcivescovo saranno pubblicati alle 6.40 su Chiesadimilano.it, e poi visibili su social e Radio Marconi (con replica alle 20.30), su Telenova alle 7.55 dei feriali e alle 9.25 della domenica

## LA TRADIZIONE

---

- **LA CENTRALITÀ DELLA CROCE:** nelle nostre chiese sarà ancora più visibile la Croce con il Crocifisso. È la mèta dei nostri sguardi, ma soprattutto della Quaresima che ci porta verso la Pasqua di Gesù. *“Quando sarò innalzato da terra attirerò tutti a me”*
- **LA RELIQUIA DELLA S. CROCE** che venereremo nei venerdì di Quaresima. Ci ricorda l'infinito dolore di Cristo, ma anche l'infinito Amore che Dio ha per noi.
- **IL MAGRO E IL DIGIUNO:**
  - o Tutti i venerdì di Quaresima, dai 14 anni in poi, si è tenuti al magro cioè all'astinenza dalle carni (o sacrificio di altro tipo)

- Il primo venerdì e il Venerdì Santo, dai 18 ai 60 anni, si è tenuti al digiuno cioè un solo pasto di magro.

Cosa lodevole è “tradurre” la rinuncia di cibo/bevande o altro in aiuto e partecipazione alla Campagna di Carità quaresimale.

## - LA LITURGIA

La Liturgia della Quaresima ambrosiana è sobria e austera, anche se non perde la sua solennità, soprattutto la domenica.

I venerdì di Quaresima sono “aliturghi” cioè non si celebra l'Eucarestia, ma si fa memoria, in particolare della passione morte di Gesù, lo sposo che viene “tolto”, momentaneamente alla Sposa che è la Chiesa.

In segno di austerità, non suoniamo l'organo a canne fino alla vigilia della Settimana Santa. Inizieremo la Quaresima con il gesto penitenziale dell'imposizione delle Ceneri, ma soprattutto, con l'invito deciso: “*Convertiti e credi al Vangelo*”

## CAPIRE LA QUARESIMA: SEGNI GESTI, PAROLE

---

**Inizia la Quaresima. È il «tempo forte» che prepara alla Pasqua, culmine dell'Anno liturgico e della vita di ogni cristiano.** Come dice san Paolo, è «il momento favorevole» per compiere «un cammino di vera conversione» così da «affrontare vittoriosamente con le armi della penitenza il combattimento contro lo spirito del male». Questo itinerario di quaranta giorni che conduce al Triduo pasquale, memoria della passione, morte e risurrezione del Signore, cuore del mistero di Salvezza, è un tempo di cambiamento interiore e di pentimento in cui «il cristiano è chiamato a tornare a Dio “con tutto il cuore” per non accontentarsi di una vita mediocre», come ricorda papa Francesco nel Messaggio per la Quaresima 2017.

### Il numero 40

Nella liturgia si parla di *Quadragesima*, cioè di un tempo di quaranta giorni. **La Quaresima richiama alla mente i quaranta giorni di digiuno vissuti dal Signore nel deserto prima di intraprendere la sua missione pubblica.** Si legge nel Vangelo di Matteo: «Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame». **Quaranta è il numero simbolico con cui l'Antico e il Nuovo testamento rappresentano i momenti salienti dell'esperienza della fede del popolo di Dio.** È una cifra che esprime il tempo dell'attesa, della purificazione, del ritorno al Signore, della consapevolezza che Dio è fedele alle sue promesse. **Nell'Antico Testamento sono quaranta i giorni del diluvio universale, quaranta i giorni passati da Mosè sul monte Sinai, quaranta gli anni in cui il popolo di Israele peregrina nel deserto prima di giungere alla Terra Promessa, quaranta i giorni di cammino del profeta Elia per giungere al monte Oreb, quaranta i giorni che Dio concede a Ninive per convertirsi dopo la predicazione di Giona.** Nei Vangeli sono anche quaranta i giorni durante i quali Gesù risorto istruisce i suoi, prima di ascendere al cielo e inviare lo Spirito Santo. Tornando alla Quaresima, essa è un «accompagnare Gesù che sale a Gerusalemme, luogo del compimento del suo mistero di passione, morte e risurrezione e ricorda che la vita cristiana è una “via” da percorrere, consistente non tanto in una legge da osservare, ma nella persona stessa di Cristo, da incontrare, da accogliere, da seguire», ha spiegato Benedetto XVI nel 2011.

## Le ceneri

Come ricorda uno dei prefazi di Quaresima, «**con il digiuno quaresimale**» è possibile vincere «**le nostre passioni**» ed elevare «**lo spirito**». Il sacerdote sparge un pizzico di cenere benedetta sul capo o sulla fronte. Secondo la consuetudine, **la cenere viene ricavata bruciando i rami d'ulivo benedetti nella Domenica delle Palme dell'anno precedente. La cenere imposta sul capo è un segno che ricorda la nostra condizione di creature ed esorta alla penitenza.**

**Nel ricevere le ceneri l'invito alla conversione è espresso con una duplice formula: «Convertitevi e credete al Vangelo» oppure «Ricordati che sei polvere e in polvere ritornerai».** Il primo richiamo è alla conversione che significa cambiare direzione nel cammino della vita e andare controcorrente (dove la "corrente" è lo stile di vita superficiale, incoerente ed illusorio). La seconda formula rimanda agli inizi della storia umana, quando il Signore disse ad Adamo dopo la colpa delle origini: «Con il sudore del tuo volto mangerai il pane, finché non ritornerai alla terra, perché da essa sei stato tratto: polvere tu sei e in polvere ritornerai!» (*Gen 3,19*). La parola di Dio evoca la fragilità, anzi la morte, che ne è la forma estrema. Ma se l'uomo è polvere, è una polvere preziosa agli occhi del Signore perché Dio ha creato l'uomo destinandolo all'immortalità.

## Il rito ambrosiano

A differenza del rito romano, in quello ambrosiano non c'è il rito del Mercoledì delle Ceneri dal momento che la Quaresima inizia domenica 26 febbraio **quando che vengono imposte le ceneri durante le Messe festive della giornata.** Una delle particolarità del rito ambrosiano, durante la Quaresima, è quella dei cosiddetti **venerdì 'aliturghi', parola tecnica che significa "senza liturgia eucaristica"**. Chi entra, in un venerdì di Quaresima, in una chiesa di rito ambrosiano trova sull'altare maggiore una grande croce di legno, con il sudario bianco: simbolo suggestivo del Calvario e segno di abbandono. Si crea così un vero e proprio senso di vuoto, acuito dal fatto che per tutto il giorno non si celebra la Messa e non si distribuisce ai fedeli la comunione eucaristica.

## I segni: digiuno, elemosina, preghiera

Il digiuno, l'elemosina e la preghiera sono i segni, o meglio le pratiche, della Quaresima. **Il digiuno significa l'astinenza dal cibo, ma comprende altre forme di privazione per una vita più sobria. Il digiuno è legato poi all'elemosina.** San Leone Magno insegnava in uno dei suoi discorsi sulla Quaresima: «Quanto ciascun cristiano è tenuto a fare in ogni tempo, deve ora praticarlo con maggiore sollecitudine e devozione, perché si adempia la norma apostolica del digiuno quaresimale consistente nell'astinenza non solo dai cibi, ma anche e soprattutto dai peccati. A questi doverosi e santi digiuni, poi, nessuna opera si può associare più utilmente dell'elemosina, la quale sotto il nome unico di "misericordia" abbraccia molte opere buone». Così il digiuno è reso santo dalle virtù che l'accompagnano, soprattutto dalla carità, da ogni gesto di generosità che dona ai poveri e ai bisognosi il frutto di una privazione. Non è un caso che nelle diocesi e nelle parrocchie vengano promosse le Quaresime di fraternità e carità per essere accanto agli ultimi.

**La Quaresima, inoltre, è un tempo privilegiato per la preghiera.** Sant'Agostino dice che il digiuno e l'elemosina sono «le due ali della preghiera» che le permettono di prendere più facilmente il suo slancio e di giungere sino a Dio. E san Giovanni Crisostomo esorta: «Abbellisci la tua casa di modestia e umiltà con la pratica della preghiera. Così prepari per il Signore una degna dimora, così lo accogli in splendida reggia».