



*Nostra Signora di Loreto*  
SANTUARIO PARROCCHIA  
GENOVA ✦ OREGINA

P.za Oregina, 44, 16134 Genova  
010212024

www.nsloretogenova.it  
parrocchia@nsloretogenova.it  
SS. Messe Feriali 9.00 (Lun. Mar. Gio. Ven.)  
Mercoledì h. 19,00  
Prefestive 17.00 - Festive 11.00

Stampato in proprio

OTTOBRE 2023

## Gli elementi del discernimento: conoscere sé stessi

Dopo la pausa estiva riallacciamo il filone del commento alla catechesi di papa Francesco sul tema del discernimento.

La volta scorsa il tema trattato era stato quello della preghiera, intesa come familiarità e confidenza con Dio. Preghiera non come i pappagalli, ma come familiarità e confidenza con Dio; preghiera dei figli al Padre; preghiera con il cuore aperto.

Il pontefice prosegue la catechesi toccando un tema complementare: quello della conoscenza di sé stessi. Conoscere sé stessi non è facile e chiama in causa le nostre facoltà umane: la memoria, l'intelletto, la volontà, gli affetti. Spesso non sappiamo discernere perché non ci conosciamo abbastanza, e così non sappiamo che cosa veramente vogliamo.

Anche a noi succede a volte che non sappiamo bene cosa vogliamo, che non ci conosciamo bene?

Alla base di dubbi spirituali e crisi vocazionali si trova non di rado un dialogo insufficiente tra la vita religiosa e la nostra dimensione umana, cognitiva e affettiva.

Un autore di spiritualità notava come molte difficoltà sul tema del discernimento rimandano a problemi di altro genere, che vanno riconosciuti ed esplorati: «Sono giunto alla convinzione che l'ostacolo più grande al vero discernimento (e ad una vera crescita nella preghiera) non è la natura intangibile di Dio, ma il fatto che non conosciamo sufficientemente noi stessi, e non vogliamo nemmeno conoscerci per come siamo veramente. Quasi tutti noi ci nascondiamo dietro a una maschera, non solo di fronte agli altri, ma anche quando ci guardiamo allo specchio» (Th. Green, *Il grano e la zizzania*).

Tutti abbiamo la tentazione di mantenere delle maschere, anche davanti a noi stessi.

La dimenticanza della presenza di Dio nella nostra vita va di pari passo con l'ignoranza su noi stessi - ignorare Dio e ignorare noi - ignoranza sulle caratteristiche della nostra personalità e sui nostri desideri più profondi.

Conoscere sé stessi non è difficile, ma è faticoso: implica un paziente lavoro di scavo interiore. Richiede la capacità di fermarsi, di "disattivare il pilota automatico", per acquistare consapevolezza sul nostro modo di fare, sui sentimenti che ci abitano, sui pensieri ricorrenti che ci condizionano, spesso a nostra insaputa. Richiede anche di distinguere tra le emozioni e le facoltà spirituali.

"Sento" non è lo stesso di "sono convinto"; "mi sento di" non è lo stesso di "voglio".

Così si arriva a riconoscere che lo sguardo che abbiamo su noi stessi e sulla realtà è talvolta un po' distorto. Accorgersi di questo è una grazia! Infatti, molte volte può accadere che convinzioni errate sulla realtà, basate sulle esperienze del passato, ci influenzano fortemente, limitando la nostra libertà di giocare per ciò che davvero conta nella nostra vita.

Vivendo nell'era dell'informatica, sappiamo quanto sia importante conoscere le password per poter entrare nei programmi dove si trovano le informazioni più personali e preziose.

Ma anche la vita spirituale ha le sue "password": ci sono parole che toccano il cuore perché rimandano a ciò per cui siamo più sensibili.

Il tentatore, cioè il diavolo, conosce bene queste parole-chiave, ed è importante che le conosciamo anche noi, per non trovarci là dove non vorremmo.

La tentazione non suggerisce necessariamente cose cattive, ma spesso cose disordinate, presentate con una importanza eccessiva.

In questo modo ci ipnotizza con l'attrattiva che queste cose suscitano in noi, cose belle ma illusorie, che non possono mantenere quanto promettono, e così ci lasciano alla fine con un senso di vuoto e di tristezza. Quel senso di vuoto e tristezza è un segnale che abbiamo preso una strada che non era giusta, che ci ha disorientato. Possono essere, per esempio, il titolo di studio, la carriera, le relazioni... tutte cose in sé lodevoli, ma verso le quali, se non siamo liberi, rischiamo di nutrire aspettative irreali, come ad esempio la conferma del nostro valore.

Per questo è importante conoscersi, conoscere le password del nostro cuore, ciò a cui siamo più sensibili, per proteggerci da chi si presenta con parole suadenti per manipolarci, ma anche per riconoscere ciò che è davvero importante per noi, distinguendolo dalle mode del momento o da slogan appariscenti e superficiali.

Un aiuto per questo lavoro è l'esame di coscienza. Il papa lo distingue dall'esame prima della confessione. Qui si tratta di un esame di coscienza generale della giornata: cosa è successo nel mio cuore in questa giornata? "Sono accadute tante cose ...". Quali? Perché? Quali tracce hanno lasciato nel cuore?

Fare l'esame di coscienza, cioè la buona abitudine a rileggere con calma quello che capita nella nostra giornata, imparando a notare nelle valutazioni e nelle scelte ciò a cui diamo più importanza, cosa cerchiamo e perché, e cosa alla fine abbiamo trovato.

Soprattutto è utile imparare a riconoscere che cosa sazia il mio cuore. Perché solo il Signore può darci la conferma di quanto valiamo.

Ce lo dice ogni giorno dalla croce: è morto per noi, per mostrarci quanto siamo preziosi ai suoi occhi. Non c'è ostacolo o fallimento che possano impedire il suo tenero abbraccio.

In collegamento a quanto trattato nell'incontro precedente il pontefice conclude che la preghiera e la conoscenza di sé stessi consentono di crescere nella libertà.

Sono elementi basilari dell'esistenza cristiana, elementi preziosi per trovare il proprio posto nella vita.

don Filippo

Il foglio

## IL PARADISO NON È UN DORMITORIO



Nel Vecchio Testamento, come nel mondo persiano, il Paradiso è alquanto indefinito e la sua collocazione trova risposte diverse.

Secondo **Gn 2,10-14** viene descritto come un magnifico giardino frequentato da Dio, dove fiorisce l'albero della vita e della consapevolezza del bene e del male da parte degli esseri umani, per essere da loro coltivato e custodito (**Gn 2,15**) proseguendo così la genesi creativa di Dio e da dove, per la loro ribellione, furono cacciati.

In molte culture i miti paradisiaci parlano di un luogo felice posto fuori dal mondo, come i "Campi Elisi" nella mitologia greca. Nella elaborazione della narrazione del Paradiso si incontrano svariate tematiche: la nostalgia di un luogo felice, l'innato anelito alla felicità, la speranza dell'immortalità, la maturazione dei frutti dell'albero della vita e della percezione del bene e del male, l'esperienza del pudore per la nudità, l'inserito geografico della collocazione (**Gn 10-14**) e, alla fine dei tempi, il superamento totale del male con l'esultanza paradisiaca (**Ap 22,2**).

Nel Nuovo Testamento il termine "Paradiso" compare solo 3 volte: in **Lc 23,43**, dove è assicurato da Gesù al malfattore con lui condannato a morte, nella seconda lettera ai Corinzi (**2Cor 12,4**) dove Paolo parla di un'esperienza sovrumana ascoltando parole indicibili, nell'Apocalisse (**Ap 2,7**) dove, al vincitore dell'esperienza umana, Gesù promette di gustare i frutti dell'albero della vita che sta nel Paradiso di Dio. E ancora nell'Apocalisse si ammira la realizzazione della promessa: "In mezzo alla piazza della città e da una parte e dall'altra del fiume si trova un albero

*di vita che dà dodici raccolti e produce frutti ogni mese; le foglie dell'albero servono a guarire le nazioni"* (**Ap 22,2**).

Alla scuola di Gesù il Paradiso è sinonimo di "Regno di Dio" o di "Regno dei cieli", una realtà trascendente, un dono di Dio celestiale che solo Lui può elargire ma, allo stesso tempo, completamente immanente, terrestre, umano, perché è il luogo dove si concretizza che gli affamati sono saziati, gli afflitti consolati (**Mt 5,3-10**), e dove si amano i nemici e i persecutori (**Mt 5,38**). La Sua presenza, con parole e opere, concretizza la sovranità di Dio sulla terra, percorrendo l'unica strada possibile per raggiungere il Paradiso, la strada dove si incontrano e si amano i poveri e i peccatori.

Gesù accetta i loro inviti a tavola, scandalizzando chi si ritiene giusto e virtuoso, perdona le loro colpe, perché "per essi è il Regno dei cieli" (**Mt 5,3**) e solo i peccatori che riconoscono di essere tali (**Lc 7,41-43**) possono comprendere la bontà di Dio che perdona tutto e sempre, perché riconoscono la loro condizione e sentono il bisogno medico di essere guariti (**Mc 2,17**).

Con tutto ciò, ed altro ancora, concepire il Paradiso come un luogo o una situazione di "riposo", e per di più eterno, è alquanto riduttivo della realizzazione del profondo anelito insito in noi di felicità esaustiva e da tutti agognata, credenti e scettici, ma mai raggiunta da alcuno. Il riposo è un bisogno ristoratore, per lenire travagli e condizionamenti propri della natura umana: fatiche, dolori, ansie, travagli, tutte situazioni inesistenti nel Regno di Dio, annientate dal godimento della felicità gioiosa, paradisiaca, sulla terra del tutto ignota.



Jacopo Tintoretto - *Il Paradiso*



# Ricomincia il CATECHISMO!

DOMENICA 15 OTTOBRE



dalle ore  
10,00

Per tutti i gruppi (escluso il PRIMO ANNO  
che comincerà Domenica 3 Dicembre)  
Informazioni e iscrizioni presso  
la Segreteria Parrocchiale



Per tutti i bambini e ragazzi  
dalla Prima elementare  
alla Terza Media

## Con Cristo costruisco la mia Vita

dal 18 Ottobre



tutti i Mercoledì **SANTA MESSA** alle ore 19,00  
al mattino alle 9,00 Liturgia della Parola

*Avvisi*

# Agenda

**lunedì**

C.P.P. Consiglio Pastorale Parrocchiale  
ogni 2° lunedì 20:45-23:00



CARITAS

DISTRIBUZIONE PASTI

ogni 1° e 3° lunedì 19:00-19:30

**martedì**

**CORO CANDIDO GIUSSO**



ogni martedì

prove in Chiesa  
16:00 - 18:00

**mercoledì**



**ADORAZIONE EUCARISTICA**  
da ottobre a giugno 9:30-10:00

**PREGHIERA PER I MALATI**  
tutti i mercoledì 18,30  
a seguire S. Messa (h. 19,00)



**GRUPPO GIOVANI**  
tutti i mercoledì 21:00



**giovedì**

**PULIZIA CHIESA**  
tutti i giovedì 15:30



**venerdì**



**ADORAZIONE EUCARISTICA**  
da ottobre a giugno 17:30-18:00

**LITURGIA DELLA PAROLA**  
tutti i venerdì 18:00  
sul Vangelo della domenica



**AC**  
**Giovanissimi**  
tutti i venerdì 21:00

**sabato**



ogni sabato 15:00-17:00  
Per bambini e ragazzi dai 6 ai 14 anni

**GRUPPO FAMIGLIE**  
1° sabato del mese 20:00

**GIOVANI&ADULTI**  
3° sabato del mese 20:00



**domenica**

**SS. MESSA**  
**PREFESTIVA (DEL SABATO) 17.00**

**FESTIVA 11.00**