

* 7 GIORNI CON MARIA *

Ricorrenze mariane, curiosità

a cura di
Mariateresa
Truncellito

AGENDA

MARZO

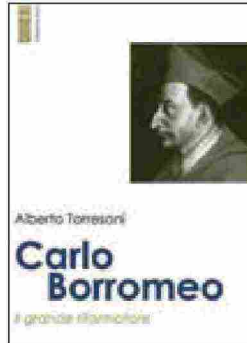
10

DOMENICA


IV di Quaresima

ARTE MARIANA

 Il Museo di San Pietro all'Orto, a Massa Marittima (Grosseto), propone la mostra **Il Sassetta e il suo tempo**. Uno sguardo all'arte senese del primo Quattrocento, dal 14 marzo al 14 luglio: **Stefano di Giovanni**, attivo a Siena dal 1423 al 1450, immise i fermenti del Rinascimento nella tradizione trecentesca. In esposizione, una cinquantina di opere, di cui ventisei del maestro senese e altre di artisti attivi nel medesimo contesto. Tra le molte opere a tema mariano del Sassetta, un'importante scoperta dal curatore della mostra Alessandro Bagnoli sotto una pesante ridipintura: una *Madonna con Bambino*, proveniente dalla pieve di San Giovanni Battista a Molli (Siena).
Info: www.museidimarenna.it



DA LEGGERE

 San Carlo Borromeo (1538-1584) è ricordato per il suo carisma e l'azione di riformatore dopo il Concilio di Trento. Ma c'è anche un Carlo meno noto, inserito nella quotidianità e capace di vivere con passione. In **Carlo Borromeo. Il grande riformatore** (ed. Ares, pp. 192, euro 16,00) Alberto Torresani, storico della Chiesa, aiuta a riscoprire la ricca personalità del grande vescovo ambrosiano mettendo in luce le analogie tra un Cinquecento inquieto e i nostri giorni.



SOSTENIAMO LA RICERCA

 In 5mila piazze italiane, dall'8 al 10 marzo, si terrà **Bentornata Gardensia**, promossa da AISM - Associazione Italiana Sclerosi Multipla per raccogliere fondi destinati alla ricerca. La manifestazione con piantine di gardenie e ortensie, a fronte di una donazione minima di 15 euro, si lega alla Giornata Internazionale della Donna per sottolineare che la SM colpisce le donne in misura doppia rispetto agli uomini. Si può donare anche con il numero solidale 45512. Per individuare le piazze: www.aism.it/gardensia

MARZO

11

LUNEDÌ

San Sofronio

ANNIVERSARI MARIANI

 La statua della **Madonna Miracolosa di Taggia (Imperia)**, in origine chiamata Cuore Immacolato di Maria, raffigura la Vergine con il cuore in mano, con indosso una veste rossa e un manto azzurro, profilato d'oro, dono dello scultore Salvatore Revelli alla sua città nel 1851. La statua ha occhi di cristallo smaltato, di colore azzurro. **Il primo movimento degli occhi avvenne l'11 marzo 1855** – oggi festa patronale – al termine di una settimana di preghiera per la proclamazione del dogma dell'Immacolata Concezione. Il miracolo continuò per alcuni giorni. Il parroco ne informò il vescovo, che avviò un procedimento canonico con circa 120 testimonianze. Il 1° giugno 1856 la statua della Madonna Miracolosa venne solennemente incoronata e un decreto ne riconobbe i miracoli.



piccoli suggerimenti: cucina, bucato, piante...



DOVE ANDARE

Alla 1° edizione **Sail&Ski Garda Dolomiti**, dal 14 al 17 marzo, vela e sci si alterneranno in un evento internazionale che farà assaporare il clima primaverile del Garda e l'atmosfera invernale di Madonna di Campiglio, con tutte le emozioni che lo sport sa regalare. Appassionati del settore ed esperti potranno assistere all'alternarsi di regate e gare di sci: si susseguiranno fino a 6 regate tra le boe del circolo velico Fraglia Vela Riva, mentre sabato al Rifugio Patascoss a Madonna di Campiglio verranno assegnate le pettorine per la gara di sci su una delle piste più celebri del Circo Bianco, con la partecipazione di grandi nomi dello sci.
Info e iscrizioni: www.gardatrentino.it

★ TRUCCHI IN CUCINA ★

Un metodo che permette di risparmiare gas e energia: la cottura passiva. La pasta cuoce a fuoco acceso per 2-4 minuti da quando l'acqua riprende il bollore, poi si spegne il fornello e si copre con il coperchio, lasciando la pasta in acqua per il restante tempo indicato sulla confezione. Molto consigliata anche per finire la cottura dei formati più grossi, come conchiglioni, fusilloni e paccheri, per evitare che si rompano o si sformino: basta spegnere il fuoco qualche minuto prima del tempo di cottura consigliato e concludere a fuoco spento e pentola coperta.

😊 PER RIDERE 😊

Ovviamente nella vita ci sono un mucchio di cose più importanti del denaro. Ma costano un sacco di soldi.

GROUCHO MARX (1890-1977)

MARZO
12
MARTEDÌ
San Luigi Orione

LUOGHI MARIANI

In occasione della mostra **Omar Galliani. L'eco della Sibilla a Palazzo dei Capitani ad Ascoli Piceno**, l'associazione culturale Zoomart presenta il progetto digitale "Omar Galliani ambasciatore del Piceno", un viaggio intrapreso dall'artista nell'estate del 2023 per far scoprire le bellezze culturali del territorio. Fino al 25 aprile i visitatori della mostra potranno scaricare l'applicazione Sinapsi e, inquadrando i QR-code nell'esposizione, ripercorrere il viaggio. Tra le tappe, anche la chiesa di **Santa Maria della Rocca a Offida**, divenuta sede dei benedettini, nella quale l'arte del maestro Galliani si confronta con il Maestro di Offida (XIV-XV sec.) e i suoi dipinti dedicati alla Vergine, tra cui La Madonna del Latte, San Ludovico da Tolosa, Sant'Onofrio e Santo Stefano, e L'Incoronazione della Vergine.
Info: www.diesys.it



PIANTE&FIORI

Il **Calicanto** è un cespuglio anonimo che tra gennaio e febbraio sfoggia una fioritura spettacolare. Produce i fiori direttamente sui rami nudi. Il suo nome deriva dal greco "fiore d'inverno". Alcune leggende ne sottolineano la natura straordinaria: in un freddo giorno d'inverno, un pettoroso stanco cercava riparo su un ramo, ma tutti gli alberi si rifiutavano di dargli ospitalità. Stremato, giunse presso un calicanto che decise di dargli riparo, con le sue ultime foglie ingiallite provò a scaldarlo. Il Signore, visto il bel gesto, volle ricompensare il calicanto facendo cadere sull'albero una pioggia di stelle brillanti e profumate. Fu così che da allora il calicanto fiori in inverno.

LA FRASE

La propria destinazione non è mai un luogo, ma un nuovo modo di vedere le cose.

HENRY MILLER

LA CURIOSITÀ

Sognare di perdere i capelli è un'esperienza comune: il Gruppo Insparya, tra i leader nel settore della cura dei capelli, ne esamina il significato. Sognare di diventare calvi è spesso legato ad ansie e incertezze, per cambiamenti, traslochi, nuovi percorsi professionali o chiusura di relazioni. Ma può simboleggiare anche preoccupazione inconscia per il proprio stato di salute: uno stimolo per iniziare a prendersi cura di sé stessi. Infine, sognare persone che tirano i capelli può evidenziare difficoltà nel delegare: forse è bene cominciare a riporre una maggior fiducia in chi ci sta accanto, concedendogli spazio nelle decisioni importanti.

* 7 GIORNI CON MARIA *

Ricorrenze mariane, curiosità

AGENDA

MARZO

13

MERCLEDÌ

Santa Giuditta

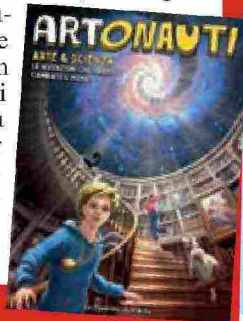


AMICI ANIMALI

✿ Quando ci sono un gatto o un cane in casa, bisogna sapere che circa 700 tra piante ed erbe aromatiche possono rivelarsi tossiche per il 4 zampe: possono causare reazioni lievi, come nausea e diarrea, ma anche gravi come difficoltà respiratorie. Alcune come l'edera hanno un tasso di tossicità basso (ma possono comunque causare vomito, disturbi addominali e diarrea), altre come i gigli sono pericolose per i gatti. L'ingestione dell'oleandro può provocare battito cardiaco irregolare, scialorrea e vomito nonché tremori e convulsioni.

CON I BAMBINI

✖ La collezione di figurine per avvicinare i bambini alla storia dell'arte e alle scienze: il quinto album di figurine **Artonauti - Arte e scienza - Le invenzioni che hanno cambiato il mondo**, è un viaggio alla scoperta delle straordinarie imprese dell'ingegno umano viste attraverso la lente dell'arte. 100 opere d'arte, tra mosaici, dipinti e sculture, da comporre e scoprire attraverso 280 figurine adesive, e 25 Twin Cards, coppie di carte gemelle da collezionare per giocare a memory e approfondire arte e scienza divertendosi.



MARZO

14

GIOVEDÌ

Santa Matilde

RICORRENZE MARIANE

✎ L'11 febbraio 1817, il generale O'Higgins proclamò **Nostra Signora del Monte Carmelo** "Patrona Generalísima de las Armas de Chile", protettrice dell'esercito di liberazione. Ma un anno dopo, le forze spagnole respinsero i Cileni a Santiago, dove il 14 marzo 1818, i residenti e il clero si unirono ai rivoluzionari nel richiedere l'aiuto celeste, giurando che in caso di vittoria avrebbero costruito un santuario alla Nostra Signora del Carmelo. Le preghiere furono esaudite nella battaglia di Maipú il 5 aprile, e fu posta la prima pietra della **Cappella della Vittoria**. In seguito a due terremoti il 16 luglio 1944 fu costruito un nuovo santuario. Progettato in cemento armato antisismico, l'edificio tardo deco è la chiesa più alta del paese. Il 24 ottobre 1974, accanto alla vecchia cappella fu aperto il tempio votivo di Nostra Signora del Monte Carmelo.



PIANTE MARIANE

✎ Il nome latino del **fiordaliso**, *Centaurea*, deriva dalla leggenda del centauro Chirone che fu colpito da una freccia avvelenata con il sangue dell'Idra (un enorme serpente acquatico velenoso), ma la cui ferita fu guarita ricoprendola di fiordalisi. Tra i nomi popolari, ha anche quello di **Corona di Maria**: spesso raffigurato nei dipinti del Medioevo e del Rinascimento dell'**Assunzione della Vergine**, della **Resurrezione** e dell'**Ascensione** e nei manoscritti medievali, è un simbolo di Cristo e della Regina del Cielo: è tra i pochi fiori realmente blu che si trovano in natura, e nell'arte cristiana il colore blu rappresenta la purezza della Madonna.



piccoli suggerimenti: cucina, bucato, piante...

LA RICETTA

Pasta al pesto
di gambi
di prezzemolo

(Ricetta realizzata da Chef
in Camicia per La Molisana)

INGREDIENTI PER 2 PERSONE:

200 g di fusilli integrali,
100 g di gambi di prezzemolo,
30 g di mandorle a lamelle,
1 spicchio d'aglio lessato, 2 acciughe,
peperoncino q.b., 5 g di capperi,
20 g di olive taggiasche,
30 g di grana grattugiato, olio evo



● Lessate la pasta in abbondante acqua salata. ● Tritate finemente i gambi di prezzemolo e tostate una piccola parte delle mandorle in forno a 190° finché saranno dorate (circa 4-5 minuti). ● Pestate nel mortaio l'aglio con una presa di sale, aggiungete le mandorle, le olive e i capperi. ● Rimuovete il composto dal mortaio e inseritevi i gambi di prezzemolo. ● Fate roteare il pestello per rompere la fibra dei gambi di prezzemolo. Rimettete nel mortaio il composto pestato in precedenza, quindi aggiungete olio evo a filo e il grana. Regolate di sale e di pepe. ● Trasferite il pesto in una ciotola, scolatevi la pasta e conditela. ● Impiattate e servite con qualche gambo di prezzemolo tritato e le mandorle a lamelle.

DIFFICOLTÀ



Facile



Vino: Falanghina

MARZO

15

VENERDÌ

Santa Luisa de Marillac

FOLKLORE MARIANO

La festa patronale di **Olopa, Guatemala**, dedicata alla **Divina Pastora**, viene celebrata oggi con numerosi eventi di carattere religioso. La devozione ebbe origine in Spagna da una visione di un sacerdote che diede una descrizione dettagliata dell'immagine all'artista **Miguel Alonso de Tovar** affinché potesse realizzarne un dipinto. Il risultato fu il ritratto della Vergine Maria con il cappello da pastore, con il bambino Gesù sul braccio sinistro e il destro posato su un agnello. La festa in Guatemala si apre con la processione e prosegue con la Fiera del caffè e delle banane. In questa regione sono molto praticate le attività legate all'allevamento, e quindi ci sono eventi dedicati, come sfilate di cavalli provenienti da tutto il Paese. Per tutta la settimana pellegrini visitano il tempio della Divina Pastora, vengono bruciati razzi ed eseguite melodie tradizionali con la marimba.



RIMEDI NATURALI

✓ Come fonte straordinaria di **zuccheri semplici** (fruttosio e glucosio sono presenti dall'85 al 95 per cento), **il miele è un cibo altamente energetico**, con un potere dolcificante superiore allo zucchero nonché fonte di energia che l'organismo può sfruttare più a lungo, grazie alla trasformazione che deve subire, diventando un vero "carburante" per i muscoli. Infatti è consigliato agli atleti prima di iniziare un'attività fisica. **Il suo apporto di vitamine e sali minerali permette di reintegrare ciò che viene perso con la sudorazione.**

PENSA ALLA SALUTE

✓ Per una **salute orale ottimale** gli specialisti in consigliano: sì a fibre e latticini, contenenti caseina, che rafforza lo smalto; sì a frutta e verdura, ricche di fibre, fanno produrre più saliva e svolgono un'azione di naturale pulizia. I kiwi possono prevenire infiammazioni alle gengive; cacao e cioccolato fondente, senza esagerare, contengono sostanze antibatteriche naturali. Attenzione a non eccedere con zuccheri e dolci, che i batteri metabolizzano producendo acidi che rovinano lo smalto; no a succhi di frutta, ricchi di zuccheri che si insinuano tra i denti: ricordarsi di sciacquare la bocca dopo averli bevuti; gli alcolici sono un ostacolo per la salivazione (che invece aiuta la salute dei denti).



* 7 GIORNI CON MARIA *

AGENDA

MARZO

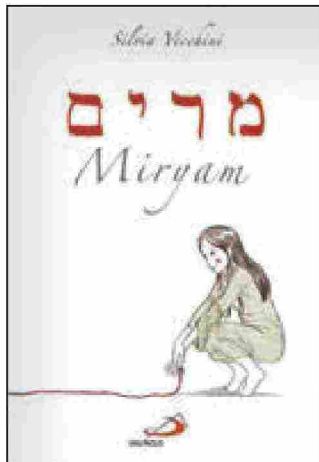
16

SABATO

Sant'Agapito

LETTURE MARIANE

👉 Silvia Vecchini è l'autrice di **Myriam** (Narrativa San Paolo Ragazzi, pp. 312, euro 14,00): nata da una preghiera disperata, cresciuta nel timore, allontanata e nascosta nel tempio della Città santa, torna a Nazaret. Qui viene chiesta in sposa da Yoseph, il carpentiere del villaggio, che tuttavia è spaventato da quell'amore che lo lega a una ragazza il cui segreto sembra sfuggire a tutti. Perfino a lei stessa. Ma presto Miryam scoprirà che la voce che da sempre l'accompagna, la sveglia, la sorprende, la scuote, è quella di una chiamata. **Miryam capirà che la scelta coraggiosa che sta maturando è il primo passo per diventare discepolo del bambino che ha in grembo.**



DA VEDERE

✿ La mostra gratuita **Straordinarie**, alla **Fabbrica del Vapore di Milano** fino al 17 marzo, è il progetto promosso da **Terre des Hommes** e curato da **Renata Ferri** con le fotografie di **Ilaria Magliocchetti Lombi**: 110 ritratti e voci di donne italiane provenienti da molteplici ambiti della società contemporanea. La mostra è parte della campagna #Indifesa che Terre des Hommes porta avanti ormai dal 2012 per promuovere i diritti delle bambine e delle ragazze in Italia e nel mondo, attraverso progetti concreti sul campo, ma anche iniziative di sensibilizzazione per costruire una cultura del rispetto e dell'inclusione contro ogni pregiudizio e discriminazione di genere.

CHI CANTA
PREGA DUE VOLTE...

● Una canzone alla settimana segnalata da padre **Giovanni Calcara**, frate domenicano, per riflettere, pregare, rallegrarsi con la musica. Per ascoltarla e cantarla con gioia basta cercarla su YouTube, digitando il titolo e l'autore.

O MARIA
DOLCE TESORO

Various Artist

Sposa del tuo Figlio

IL SANTO DELLA SETTIMANA



Santa Luisa de Marillac

15 marzo

CALENDARIO

DOMENICA 10 MARZO
IV DI QUARESIMA - SAN MACARIO

LETTURE: 2Cronache 36,14-16.19-23; Salmo 136; Efesini 2,4-10; Giovanni 3,14-21

LUNEDÌ 11 MARZO
SAN SOFRONIO

LETTURE: Isaia 65,17-21; Salmo 29; Giovanni 4,43-54

MARTEDÌ 12 MARZO
SAN LUIGI ORIONE

LETTURE: Ezechiele 47,1-9.12; Salmo 45; Giovanni 5,1-16

MERCOLEDÌ 13 MARZO
SANTA GIUDITTA

LETTURE: Isaia 49,8-15; Salmo 144; Giovanni 5,17-30

GIOVEDÌ 14 MARZO
SANTA MATILDE

LETTURE: Esodo 32,7-14; Salmo 105; Giovanni 5,31-47

VENERDÌ 15 MARZO
SANTA LUISA DE MARILLAC
LETTURE: Sapienza 2,1a,12-22; Salmo 33; Giovanni 7,1-2.10.25-30

SABATO 16 MARZO
SANT'AGAPITO

LETTURE: Geremia 11,18-20; Salmo 7; Giovanni 7,40-53