



propone

“I 7 giorni”

Appuntamenti di approfondimento per stare bene.

DOMENICA 2 ottobre

“In cammino - *la passeggiata meditata*”.

Iniziamo il nostro percorso “benessere” con una passeggiata nel bosco dell’Incoronata, a contatto con la natura, con l’obiettivo di riaccendere i sensi, ascoltare, guardare, respirare, colloquiare con il proprio vicino, con il proprio amico di famiglia, lungo un percorso da gustare sino ad arrivare al Santuario e seguire la Santa Messa tutti insieme.

Dalle ore 10 alle ore 12.30 – Bosco e Santuario dell’Incoronata - Foggia

LUNEDI’ 10 ottobre

“Il Perdono – *il segreto per stare bene*”.

Tutte le volte che ci arrabbiamo con qualcuno il nostro corpo produce tossine che poi devono essere smaltite, se l’arrabbiatura è cronica è facile che si cronicizzi anche la produzione di queste tossine, facendoci stare male. Imparare a perdonare è l’antidoto per non stare male. Un gesto d’amore per noi prima e per chi ci fa arrabbiare poi.

Ore 19.30 – Salone parrocchia San Paolo – Conversazione con don Giulio Dal Maso e il dott. Gaetano D'Alessandro

MARTEDI' 18 ottobre

“La Preghiera – *la meditazione quotidiana*”.

Cosa significa pregare? A cosa serve pregare? Sappiamo farlo davvero? Un incontro per sfatare alcuni “miti” e capire meglio cosa è quell’atto vitale per ognuno di noi. Il ringraziamento consapevole, unito alla ricerca della pace interiore assieme alla analisi letterale, sintattica e spirituale della preghiera per eccellenza, quella insegnata direttamente da Gesù: **il Padre Nostro**.

Ore 19.30 – Salone parrocchia San Paolo – Catechesi a cura di don Antonio Menichella

MERCOLEDI' 26 ottobre

“L’Amore - *io prendo te come...*”

L’amore non è solo quello coniugale. D’altra parte “Qualcuno” consigliava di amare come Lui ci aveva amati. E allora analizziamolo questo amore in tutte le sue sfaccettature, da quello per il fratello del tutto “estraneo”, a quello per l’amico, a quello ancor più difficile per il nemico e infine (non a caso dopo il nemico) quello per la propria metà, senza dimenticare mai quello per noi stessi e per chi ci ha creato.

Ore 19.30 - Salone parrocchia San Paolo – Catechesi a cura di don Giulio Dal Maso

GIOVEDI' 3 novembre

“L’equilibrio – *genitori figli: Istruzioni per l’uso*”.

Educazione alla genitorialità, equilibri familiari e desatellizzazione. Le fasi di un bellissimo percorso d’amore in cui non si distingue chi dà da chi riceve. Un momento di confronto per vivere meglio la vita in famiglia e il rapporto con noi stessi.

Ore 19.30 – Salone parrocchia San Paolo – Incontro con il dott. Mimmo Armiento

VENERDI' 11 novembre

“La croce - *accettazione è liberazione*”.

Quale è il significato della croce? Perché Gesù ha accettato silente il suo destino? L'insegnamento della non opposizione del male al male, ma la semina del bene è il fulcro dell'accettazione della “croce” e diventa grazie a quell'esempio e a quel sacrificio segno di salvezza e liberazione. Un appuntamento per capire come affrontare le nostre “croci” quotidiane.

Ore 19.30 – Salone parrocchia San Paolo – Conversazione con don Marco Trivisonne e il dott. Gaetano D'Alessandro

SABATO 26 novembre

“Lo Shabbat – *riposiamoci riflettendo*”.

Letteralmente “smettere” o “sette” secondo un'altra radice etimologica ebraica. E' il giorno del riposo per la tradizione ebraica e siccome riposare non fa mai male, ci riposeremo anche noi concludendo questo percorso con un ritiro spirituale. Lo faremo scoprendo cosa significa il numero 7 nelle scritture bibliche, lo faremo leggendo, parlando di famiglia e visitando una piccola oasi di pace: il santuario della Madonna di Valle Verde ai piedi di Bovino, per poi fare comunità pranzando tutti insieme e chiudendo con la messa vespertina nella cattedrale di Bovino.

Dalle ore 10 alle ore 19 – Santuario di Valle Verde e Bovino – Ritiro con le riflessioni di don Francesco Paolo Gabrielli