



**Eparchia di Lungro**

*"Verso il 1° centenario"*

1919

100

2019

**E DIELA - H KYPIAKH**

**LA DOMENICA**

**26 FEBBRAIO 2017**

**Domenica dei Latticini. San Porfirio, vescovo di Gaza.  
Tono VIII. Eothinon VIII. Divina Liturgia di San Giovanni Crisostomo.**



## CATECHESI MISTAGOGICA

C'è un' *anteprima* della Quaresima in questa domenica dei Latticini. Inizia un cammino e un periodo di riscoperta della Fede. Nella tradizione bizantina si tende di rimarcare nel cibo un segno di preparazione. Del resto, tutti sanno che il giorno del Venerdì Santo è giorno di digiuno, e i venerdì di quaresima non si mangia carne.

È possibile esprimere la propria fede attraverso gli alimenti? Sì, ma il digiuno e l'astinenza sono vani se non corrispondono a una vera conversione del cuore come ci illustra questo tropario della pre-quaresima: "Digiunando dai cibi, anima mia, senza purificarti dalle passioni, invano ti rallegri per l'astinenza, perché se essa non diviene per te occasione di correzione, sei in odio a Dio come menzognera e ti rendi simile ai perfidi demoni che non si cibano mai. Non rendere dunque inutile il digiuno peccando, ma rimani irremovibile sotto gli impulsi sregolati, facendo conto di stare presso il

Salvatore crocifisso, o meglio di essere crocifissa insieme a Colui che per te è stato crocifisso, gridando a lui: ricordati di me Signore, quando verrai nel tuo regno".

Da un'altra parte Gesù è stato esplicito: non è ciò che entra nella tua bocca che è il problema, ma ciò che esce dal tuo cuore. Chiarissimo! E tuttavia ha voluto essere presente in mezzo a noi in due cibi: il PANE e il VINO. È la potenza del simbolo, del segno. La nostra vita è legata al cibo, senza del quale noi moriamo.

Per questo se la nostra fede è ben oltre il cibo stesso, esso spesso assume un valore simbolico molto preciso. Le norme e le prescrizioni dell'Antico Testamento, così come del resto in quasi tutte le Religioni di ogni era e ogni latitudine, erano sempre a favore dell'uomo stesso. Consigli per una vita sana, libera, dove è l'uomo a condurre le danze e non si lascia condurre dal cibo. Gesù ci libera definitivamente dalle norme oggettive sul cibo per indicarci una via più alta, quella dello Spirito e della Fede, che è poi la via dell'Amore. È lì l'"inghippo"! Non deve essere il cibo a condurre l'uomo, ma l'uomo il cibo. È così che allora anche gli impegni circa il cibo diventano segno del prevalere dello spirituale che, appunto, non si distacca affatto dal carnale - materiale, ma anzi lo supporta, lo completa e senza di esso rimarrebbe "disumano"...

Ultimamente si può constatare quanto frequente e devastante sia il fenomeno dell'anoressia e della bulimia. Nel cibo si concentra tutto il disagio interiore di tanti giovani, in prevalenza ragazze. E l'alcool, "nettare degli dei", non è forse usato in maniera sproporzionata per colmare vuoti (depressioni) interiori? Le indicazioni della Quaresima non sono dunque da prendersi in forma "farisaica" (facile assicurarsi un venerdì "infarcito" di totani ripieni di verdure alla moda, fritti di mare, e aragoste pregiate), ma come segni di un cammino spirituale profondo, fatto di Fede, Speranza e Amore: dove nell'incontro con un TU che dona la vita per te, non solo nella morte ma nella resurrezione, l'uomo trova il suo essere, la sua verità, chi è davvero. Pensate alla gioia della festa condivisa, che trova espressione nella condivisione di un cibo che renda le persone capaci di relazionarsi intorno alla mensa, senza annebbiarsi la coscienza; basti pensare al senso di una attività umana degna ed equilibrata, che si sostiene grazie al cibo; basti pensare alla stupenda diversità di tante tradizioni, storie e culture umane espresse nel cibo. Ecco allora che le indicazioni sul cibo quaresimale diventano il "giro di chiave" per far partire il motore di un cammino di ricerca del Volto dell'Amore, che a Pasqua esploderà in una vita nuova, nella gioia e nella condivisione.

## 1<sup>a</sup> ANTIFONA

**Agathòn tò exomologhìsthe  
tò Kirio, kè psàllin tò onòmati  
su, Ìpsiste.**

*Tès presvìes tìs Theotòku, Sòter,  
sòson imàs.*

Shumë bukur është të  
lavdërojmë Zotin e të këndojmë  
ëmrin tënd, o i Lartë.

*Me lutjet e Hyjlindëses,  
Shpëtimtar, shpëtona.*

Buona cosa è lodare il Signore,  
e inneggiare al tuo nome, o  
Altissimo.

*Per l'intercessione della Madre  
di Dio, o Salvatore, salvaci.*

## 2ª ANTIFONA

**O Kìrios evasilefsen, efprèpian enedhìsato, enedhìsato o Kìrios dhìnamin kè periezòsato.**

*Sòson imàs, Iiè Theù, o anastàs ek nekròn, psàllondàs si: Alliluia.*

Zoti mbretëron, veshet me hieshi, Zoti veshet me fuqi dhe rrethohet.

*Shpëtona, o i Biri i Perëndisë, që u ngjalle nga të vdekurit, neve që të këndojmë: Alliluia.*

Il Signore regna, si è rivestito di splendore, il Signore si è ammantato di forza e se n'è cinto.

*O Figlio di Dio, che sei risorto dai morti, salva noi che a te cantiamo: Alliluia.*

## 3ª ANTIFONA

**Dhëfte agalliasòmetha tò Kirio, alalàxomen tò Theò tò Sotiri imòn.**

*Ex ìpsus katilthes, o èfsplanchnos, \* tafin katedhèxo trüimeron, \* ina imàs eleftheròsis tòn pathòn: \* I zoì kè i Anàstasis imòn, Kìrie, dhòxa si.*

Ejani të gëzohemi në Zotin dhe t'i ngrëjmë zërin Perëndisë, Shpëtimtarit tonë.

*Ti erdhe së larti, o lipisjar; \* pranove varrim të triditshëm, \* se të na lirosh neve nga çdo pësim: \* ti ç'je jeta edhe ngjallja jonë, \* o Zot, lavdi tyj. (H.L.f.25)*

Venite, esultiamo nel Signore, cantiamo inni di giubilo a Dio, nostro Salvatore.

*Sei disceso dall'alto, o misericordioso, accettando la sepoltura di tre giorni, per liberarci dalle passioni: Signore, vita e risurrezione nostra, gloria a te.*

## ISODHIKON

**Dhëfte proskinisomen ke prospèsomen Christò.**

*Sòson imàs, Iiè Theù, o anastàs ek nekròn, psàllondàs si: Alliluia.*

Ejani t'i falemi e t'i përmýsemi Krishtit.

*Shpëtona, o i Biri i Perëndisë, që u ngjalle nga të vdekurit, neve që të këndojmë: Alliluia.*

Venite, adoriamo e prostriamoci davanti a Cristo.

*O Figlio di Dio, che sei risorto dai morti, salva noi che a te cantiamo: Alliluia.*

## APOLITIKION

### TONO VIII

**Ex ìpsus katilthes, o èfsplanchnos, \* tafin katedhèxo trüimeron, \* ina imàs eleftheròsis tòn pathòn: \* I zoì kè i Anàstasis imòn, Kìrie, dhòxa si.**

Ti erdhe së larti, o lipisjar; \* pranove varrim të triditshëm, \* se të na lirosh neve nga çdo pësim: \* ti ç'je jeta edhe ngjallja jonë, \* o Zot, lavdi tyj. (H.L.f.25)

Sei disceso dall'alto, o misericordioso, accettando la sepoltura di tre giorni, per liberarci dalle passioni: Signore, vita e risurrezione nostra, gloria a te.

## (APOLITIKION DEL SANTO DELLA CHIESA) KONTAKION

### TONO VI

**Tis sofias odhighè, \* froniseos chorighè, \* tòn afrònon pedheftà \* kè ptochón iperaspistà, \* stìrixon, sinètison \* tìn kardhian mu, Dhèspota; \* sí dhìdhu mi lògon, \* o tù Patròs Lògos; \* idhù gàr tà chìli mu \* u mí kolíso en tò krázin si: \* Eleimon, eléison \* tòn parapesònda.**

Udhëheqës i dijës \* dhurues i urtësisë, \* mësues i të paditurvet \* dhe mbrojtës i të varfërvet, \* fortësò dhe mëso zëmren time. \* Ti që je Fjala e Atit, jipmë një fjalë edhe mua, \* ashtu buzët nëng i mbanj \* nga të thërriturit Tyj: o Lipisjar, \* kij lipisi për mua \* të ràturin.

Guida di sapienza ed elargitore di prudenza, che ti compiacci di educare gli stolti e proteggere i poveri, tu o Sovrano, conferma e ammaestra il mio cuore. Tu che sei il Verbo del Padre, donami una parola, poiché io non freno le mie labbra dal gridarti: o misericordioso, abbi pietà di me che miseramente sono caduto.

## APOSTOLOS (Rom 13, 11 - 14, 4)

- *Inneggiate al nostro Dio, inneggiate; inneggiate al nostro re, inneggiate. (Sal 46, 7)*  
- *Popoli tutti, applaudite, acclamate a Dio con voci di gioia. (Sal 46, 2)*

- *Këndoni Perëndisë tonë, këndoni; këndoni Rregjit tonë, këndoni. (Ps 46, 7)*  
- *Gjithë ju popul, batoni duart; thërritni Perëndisë tonë me zëra hareje. (Ps 46, 2)*

### DALLA LETTERA DI PAOLO AI ROMANI

Fratelli, adesso la nostra salvezza è più vicina di quando diventammo credenti. La notte è avanzata, il giorno è vicino. Perciò gettiamo via le opere delle tenebre e indossiamo le armi della luce. Comportiamoci onestamente, come in pieno giorno: non in mezzo a orge e ubriachezze, non fra lussurie e impurità, non in litigi e gelosie. Rivestitevi invece del Signore Gesù Cristo e non lasciatevi prendere dai desideri della carne. Accogliete chi è debole nella fede, senza discuterne le opinioni. Uno crede di poter mangiare di tutto; l'altro, che invece è debole, mangia solo legumi. Colui che mangia, non disprezzi chi non mangia; colui che non mangia, non giudichi chi mangia: infatti Dio ha accolto anche lui. Chi sei tu, che giudichi un servo che non è tuo? Stia in piedi o cada, ciò riguarda il suo padrone. Ma starà in piedi, perché il Signore ha il potere di tenerlo in piedi.

*Alliluia (3 volte).*

- *In te mi rifugio, o Signore, ch'io non resti confuso in eterno. Liberami per la tua giustizia e salvami. (Sal 70, 1)*

*Alliluia (3 volte).*

- *Sii per me un Dio protettore e baluardo inaccessibile ove pormi in salvo. (Sal 70, 3)*

*Alliluia (3 volte).*

### NGA LETRA E PALIT ROMANËVET

Vëllezër, shpëtimi ynë është më afër nani se kur besuam. Nata është po të shkonjë e dita u qas. Le të xheshmi prandaj të bënat e errësirës dhe të veshmi armët e dritës. Qëllemi me nderë si ndë pikë të ditës: jo ndër çavarrë e dëhje, jo ndër papastërti e lëshime, jo ndër të zëna e zili; veshni Zotin tonë Jisu Krishtin, dhe mos ecni pas dëshiravet të mishit. Mblidhni ndë mes të juve të pafuqishmit në besën, pa folur mbydyshimet e tyre. Njëri ka besë se mund të harë gjithsej; jetri, ç'është i likshtë, ha vetëm lakra. Ai çë ha mos të shanjë atë çë s'ha, dhe ai çë s'ha mos të gjykonjë lik atë çë ha, sepse Perëndia e mblodhi. Kush je ti të gjykosh një shërbëtor çë s'është yti? Ndëse rri shtuara o ndëse bie, ky shërbes i nget të zotit ' tij; po do të qëndronjë shtuara, sepse Perëndia ka fuqinë t'e mbanjë shtuara.

*Alliluia (3 herë).*

- *Tek ti shpresova o Zot, mos t'u ndihësja i bjerrë për gjithmonë. Tedrejtësia jote shpëtomë e liromë. (Ps 70, 1)*

*Alliluia (3 herë).*

- *Ji, për mua, Perëndi çë më ndihën dhe vend i fortësuar të më shpëtosh. (Ps 70, 3)*

*Alliluia (3 herë).*

### VANGELO

(Mt 6, 14 - 21)

### VANGJELI

Disse il Signore: «Se voi perdonerete agli uomini le loro colpe, il Padre vostro celeste perdonerà anche a voi; ma se voi non perdonerete agli uomini, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe. E quando digiunate, non assumete aria malinconica come gli ipocriti, che si sfigurano la faccia per far vedere agli uomini che digiunano. In verità vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Tu invece, quando

Tha Zoti: «Ndëse ju i ndjefshit njerëzvet ftesmat e tyre, Áti juaj ç'është ndër qiell do t'ju i ndjenjë edhe juve. Po ndëse ju s'i ndjefshit njerëzvet, edhe Áti juaj s'ju i ndjen ftesmat tuaja. E kur agjëroni, mos bëheni të meruar si ipokritët, çë shëmtojnë faqen e tyre, ashtu çë t'i duken njerëzvet se po agjërojnë. Me të vërtetë ju thom juve: tash e patëtin rrogën e tyre. Po ti, kur agjëron, lyej kryet me val të mershëm

digiuni, profumati la testa e lavati il volto, perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo tuo Padre che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà. Non accumulatevi tesori sulla terra, dove tignola e ruggine consumano e dove ladri scassinano e rubano; accumulatevi invece tesori nel cielo, dove né tignola né ruggine consumano, e dove ladri non scassinano e non rubano. Perché là dov'è il vostro tesoro, sarà anche il vostro cuore».

e laj faqen, se gjindja mos të shohë se ti agjëron, po vet Áti yt, ç'është i fshehtë; e Ati yt, që sheh ndë të fshehurit, do të të japë rrogën. Mos mblidhni për ju thesarë mbi dhé, ku kopicë e ndryshk grisjën e ku kusarë shkallmojnë e vjedhën. Mblidhni përkundra thesarë ndë qiell, ku jo kopicë, jo ndryshk grisjën, e ku kusarë nëng shkallmojnë e s'vjedhjen. Sepse atjë ku është thesari yt, do të jetë edhe zëmra jote».

## KINONIKON

**Enìte tòn Kìrion ek tòn uranòn, enìte aftòn en tìs ipsìstis. Allìluia. (3 volte)**

Lavdëroni Zotin prej qielvet, lavdëronie ndër më të lartat. Allìluia. (3 herë)

Lodate il Signore dai cieli, lodatelo nell'alto dei cieli. Allìluia. (3 volte)

**Eparchia di Lungro (CS) Tel. 0981.945550 - Ufficio Liturgico Eparchiale**

Suppl. al Bollettino Ecclesiastico dell'Eparchia di Lungro, N. 18/22-2005-2009 (Reg.ne Trib. di Castrovillari n. 1-48 del 17-6-1948)

Grafica Pollino - Tel. 0981.483078

e-mail: [info@graficapollino.it](mailto:info@graficapollino.it)