



Arcidiocesi di Benevento

UFFICIO DIOCESANO VOCAZIONI

# QUARESIMA

...è tempo di Verità!!





# QUARESIMA ...è tempo di Verità!!



*...È un itinerario quaresimale costruito e pensato per vivere "vocazionalmente" questo tempo di grazia che la Chiesa offre.*

*Già il titolo esprime quale idea valorizzare per esercitarsi a compiere quel passo importante facendo spazio a Gesù Verità: il tempo di fermarsi!!!*

*In un contesto più che mai moderno e supertecnologico è giunto il tempo... di dare tempo!*

*Oggi c'è tanto bisogno di fare pausa e fermarsi per riflettere sul senso della vita, sul valore di ciò che si ha accanto, sulla profondità che si dà alle relazioni...*

*Sì, proprio così. Fermarsi è importante perché realizza quello stacco tra ciò che si è sempre fatto e ciò che si sogna di realizzare e raggiungere: "Chi sono?"; "Che cosa sto facendo?"; "Dove sto andando?".*

*Bisogna fermarsi per guardare indietro e scorgere ciò che è stato, ciò che si è lasciato.*

*Fermarsi per guardare avanti tenendo lo sguardo proteso verso strade nuove che conducono alla Verità.*

*Fermarsi e dare valore a quel tempo opportuno che dona vita e ossigeno alla totalità della persona aprendo così quella strada verso Gesù Verità, la sola a dare una svolta, a cambiare direzione, a orientare mente, cuore e azioni alla conversione.*

*Il tempo è collegato al divenire, alla continuità in cui è inserita una realtà, un'esperienza, un avvertimento. Questo tempo offre l'opportunità di cogliere il "divenire" di Dio: un Dio con noi,*

*l'Incarnazione, quel Gesù che diventa Amico, Confidente, Compagno di viaggio.*

*Con questa certezza sarà possibile sperimentare la grandezza della "continuità": vivere stabilmente l'alleanza, l'amicizia con Gesù, cioè sentire ardentemente nel cuore la necessità di essere innestati in Lui e con Lui percorrere la via che porta alla Verità testimoniata con la vita.*

*E allora con grande gioia "diamo tempo al tempo" per compiere questo cammino quaresimale raccontando la Verità e dando voce al grande dono che Dio ha fatto: la vocazione!!!*

## Obiettivi

*C'è un momento in cui bisogna fermarsi; prendersi un po' di tempo e rimettere ordine nella propria vita sia fisica che spirituale.*

*L'obiettivo principale di questo itinerario è proprio quello di dare valore al bene più prezioso: il tempo. È una risorsa importante che si è chiamati a valorizzare; è attraverso il suo impiego "positivo" che si riusciranno a valorizzare competenze, relazioni, amicizie, sentimenti, insomma, dare un significato a ciò che si fa.*

*Per valorizzare il tempo c'è bisogno dell'intervento della persona, quindi, è opportuno stabilire un:*

### • **Tempo opportuno**

*Valorizzare il tempo ma soprattutto*

*...è tempo di verità!!*



scoprire che ogni istante della vita può essere vissuto come *kairos*, cioè quel tempo in cui Dio incontra l'umanità, incontra me.

- **Tempo interiore**

Tempo di grazia per fermarsi e riflettere su se stessi, su ciò che circonda l'uomo e sul tempo che si sta vivendo.

- **Tempo d'amore**

Condividere la bellezza della Parola di Dio e della Chiesa per sentire il legame con Gesù e ascoltare la Sua voce che chiama all'essenzialità e alla radicalità del Vangelo.

- **Tempo attivo**

Riscoprire il perdono nella gioia di scoprirsi liberi dalle proprie schiavitù e così non sciupare i giorni che Dio dona per realizzare con Lui il progetto di vita.

# Criteri

Per ogni Domenica di quaresima ci saranno quattro verbi che faranno da guida: ASCOLTARE, ACCOGLIERE, VIVERE, PREGARE.

## 1 È tempo di...ASCOLTARE

Fermarsi per dare spazio all'ascolto della Parola di Dio; liberarsi dalle distrazioni e preoccupazioni quotidiane per cercare Dio, per mettersi in contatto con Lui nella preghiera, nella meditazione. Imparare a fare silenzio per essere in relazione con

Dio.

## 2 È tempo di...ACCOGLIERE

Fermarsi per accogliere l'insegnamento della Chiesa e capire come si potrà tradurlo in stile di vita. Durante questo itinerario ci sarà come compagno di viaggio Papa Francesco con il messaggio per la Quaresima: "Si è fatto povero per arricchirci con la sua povertà" (cfr. 2Cor 8,9).

## 3 È tempo di...VIVERE

Fermarsi per mettere in pratica attraverso dinamiche e lavoro di gruppo la Verità interiorizzata per cercare di comprendere quale progetto Dio ha pensato per ciascuno. È riflettere sulla propria vocazione e come rispondere a questo invito che il Signore offre ad ognuno dei Suoi figli.

## 4 È tempo di...PREGARE

Fermarsi per aprire il cuore lodando e ringraziando l'amore di Dio Padre mediante la preghiera dei Salmi. Pregare senza stancarsi è l'obiettivo di ogni cristiano perché attraverso di essa si esprime la fede e il desiderio di stare con Lui.

*Don Crescenzo Rotondi*

Un grazie di cuore va ai seminaristi Daniele Paradiso che ha curato i commenti dei Vangeli e Luca Cennerazzo che ha curato la pagina dedicata alla preghiera.



...è tempo di verità!



# Prima domenica di Quaresima



## VANGELO (Mt 4,1-11)

Gesù digiuna per quaranta giorni nel deserto ed è tentato.

### ✚ Dal Vangelo secondo Matteo

In quel tempo, Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame. Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane».

Ma egli rispose: «Sta scritto: "Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio"».

Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù; sta scritto infatti: "Ai tuoi angeli darò ordini a tuo riguardo ed essi ti

porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra"». Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: "Non metterai alla prova il Signore Dio tuo"».

Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». Allora Gesù gli rispose: «Vattene, satana! Sta scritto infatti: "Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto"».

Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano.

All'inizio di questo cammino quaresimale lo Spirito c'invita a percorrere il deserto, luogo dove dimora il silenzio, dove poter conoscere noi stessi, dove si possono contemplare con pace le meraviglie del creato, luogo di spensieratezza ma anche pieno di insidie, di prove, di difficoltà.

C'invita a conoscere Gesù nella sua umanità che, nella sua vita terrena, ha vissuto tutte le nostre emozioni: gioie e dolori, pace e sconforto, amore e tristezza; Lui ha conosciuto tutte le sfaccettature dell'esistenza umana all'infuori del peccato, scontrandosi anche con le tentazioni e la morte...

Attraverso le tentazioni di Gesù, e le risposte che Lui dà al tentatore, il Vangelo ci porta ad entrare nel cammino della maturazione spirituale, dove ognuno di noi è chiamato a rispondere alle tentazioni ed insidie che la vita ci pone dinanzi.

La prima tentazione riguarda l'avere: i piaceri carnali dell'uomo: spesso l'uomo è concentrato solo a soddisfare i fabbisogni materiali, come il cibo, il divertimento, lo svago e cose simili; Gesù risponde affermando che la vita dell'uomo non si nutre solo delle cose terrene ma soprattutto delle cose celesti, in particolare della Parola di Dio... Gesù ci sta dicendo che la vita, per essere vissuta pienamente, va nutrita della totalità del messaggio evangelico.

La seconda tentazione riguarda l'essere, l'apparire: Una tentazione dalla quale anche la nostra chiesa non è

certo esente: farsi pubblicità, contarsi, far vedere quanto valiamo e quanto siamo bravi, chiamati a scendere in piazza come tanti altri manifestanti per dimostrare in realtà quanto siamo potenti e influenti sulla nostra società; Gesù non ha bisogno di mettersi in mostra né di farsi pubblicità e risponde al diavolo citando il testo di Dt 6,16 ("non metterai alla prova il Signore tuo Dio"). Gesù ci sta dicendo

che le nostre azioni devono avere origine da Dio e in Dio se vogliamo fare veramente del bene verso il prossimo.

La terza tentazione riguarda il potere e l'autonomia dal volere divino: Nel testo di Matteo appare con una certa chiarezza che il potere è qualcosa di diabolico; è il diavolo che lo concede a chi lo adora. Ancora una volta Gesù risponde ricordando la Scrittura, qui il testo di Dt 8,13: solo di fronte a Dio l'uomo si inginocchia. Gesù c'invita a dire no ad ogni logica del potere avendo lo sguardo fisso verso Dio Padre, perché solo se avremo gli occhi puntati verso ciò che è sommo Bene, saremo in grado di rendere grande la nostra vita.



## IMPEGNO settimanale

in questa settimana m'impegno a conoscere meglio me stesso, analizzando i diversi atteggiamenti che sono dentro di me, positivi e negativi, allontanando quelli negativi per coltivare quelli positivi (quelli che Gesù ci ha indicato)



# Prima domenica di Quaresima

## MESSAGGIO di Papa Francesco



*Cari fratelli e sorelle,*

in occasione della Quaresima, vi offro alcune riflessioni, perché possano servire al cammino personale e comunitario di conversione. Prendo lo spunto dall'espressione di san Paolo: «Conoscete infatti la grazia del Signore nostro Gesù Cristo: da ricco che era, si è fatto povero per voi, perché voi diventaste ricchi per mezzo della sua povertà» (2 Cor 8,9). L'Apostolo si rivolge ai cristiani di Corinto per incoraggiarli ad essere generosi nell'aiutare i fedeli di Gerusalemme che si trovano nel bisogno. Che cosa dicono a noi, cristiani di oggi, queste parole di san Paolo? Che cosa dice oggi a noi l'invito alla povertà, a una vita povera in senso evangelico?

*La grazia di Cristo*

Anzitutto ci dicono qual è lo stile di Dio. Dio non si rivela con i mezzi della potenza e della ricchezza del mondo, ma con quelli della debolezza e della povertà: «Da ricco che era, si è fatto povero per voi...». Cristo, il Figlio eterno di Dio, uguale in potenza e gloria con il Padre, si è fatto povero; è sceso in mezzo a noi, si è fatto vicino ad ognuno di noi; si è spogliato, "svuotato", per rendersi in tutto simile a noi (cfr Fil 2,7; Eb 4,15). È un grande mistero l'incarnazione di Dio! Ma la ragione di tutto questo è l'amore divino, un amore che è grazia, generosità, desiderio di prossimità, e non esita a donarsi e sacrificarsi per le creature amate. La carità, l'amore è condividere in tutto la sorte dell'amato. L'amore rende simili, crea uguaglianza, abbatte i muri e le distanze.

E Dio ha fatto questo con noi. Gesù, infatti, «ha lavorato con mani d'uomo, ha pensato con intelligenza d'uomo, ha agito con volontà d'uomo, ha amato con cuore d'uomo. Nascendo da Maria Vergine, egli si è fatto veramente uno di noi, in tutto simile a noi fuorché nel peccato» (Conc. Ecum. Vat. II, Cost. past. Gaudium et spes, 22).



ACCogliere

È tempo di ...

...è tempo di verità!!

# Prima domenica di Quaresima



## ATTIVITÀ

### **Materiale**

Cartoncino A/4, cartellone bristol e matite colorate.

### **Svolgimento**

Letto il Vangelo, ogni partecipante dovrà disegnare su un cartoncino la sua più grande tentazione.

Dopo che ciascuno ha completato il suo disegno, tutti i cartoncini verranno incollati su un cartellone.

Ogni partecipante dovrà spiegare il significato del suo disegno e il modo in cui vivrà il suo "Deserto".

### **Rifletto...**

- ✓ Perché il "tempo forte" della Quaresima è fissato in quaranta giorni?
- ✓ Il numero quaranta ritorna altre volte nella Bibbia? Quando?
- ✓ Quali sono le "insidie" del tentatore?
- ✓ In che modo Gesù ci ha insegnato a dominare le seduzioni?
- ✓ Quali sono le risposte di Gesù?

VIVERE

È tempo di ...



...è tempo di verità!



# Prima domenica di Quaresima



**Chi partecipa:** Gruppo.

**Quando:** Sera.

**Occorrente:** Testo della Bibbia, una lampada, canto allo Spirito Santo, preghiera allo Spirito Santo, musiche per sottofondi e canto finale.

**Riferimento biblico:** Salmo 50.

Invocare lo Spirito Santo con il canto e la preghiera.

## LECTIO

Leggere attentamente il salmo in modo solistico e ad alta voce. Breve pausa di silenzio ed ognuno rilegge il salmo in silenzio più volte. Si possono fare delle risonanze. Si suggerisce una musica in sottofondo adatta al momento.

## MEDITATIO

Breve meditazione del sacerdote\diacono o catechista o animatore del gruppo. Spunti di meditazione sul Salmo 50.

Il salmo è attribuito dalla tradizione a Davide che lo avrebbe composto dopo che il profeta Natan si recò da lui per accusarlo dell'adulterio con Betsabea e l'assassinio di Uria. Esso mostra la profondità del peccato ed indica la via del perdono. Si possono individuare diversi momenti.

- Introduzione al tema del perdono dei peccati (vv 3-5). Nell'angoscia per il suo peccato Davide innalza le mani verso Dio chiedendo la sua misericordia, conscio che senza di essa non gli resta altro che soccombere. E' afferrato dal peso delle sue colpe, dall'angoscia interiore.
- Confessione ed analisi dei peccati (vv 6-8). La profondità della grazia si sperimenta solo dove è conosciuta la profondità del peccato. Ogni peccato è diretto contro Dio e rompe il vivo contatto con Lui. Davide si rende conto di ciò nel momento in cui scrive: "quello che è male ai tuoi occhi io l'ho fatto". La confessione del peccato apre l'uomo all'esperienza di Dio per mezzo di due realtà: la severità del giudizio e tutta la grazia di Dio. La verità delle proprie colpe, però, non deve spaventare; non bisogna temere il giudizio di Dio. Infatti l'umiliante conoscenza del proprio peccato è proprio la prova che nel cammino della conversione e della penitenza si compie la volontà di Dio. Vera e propria richiesta di perdono (vv 9-11). Il dono della chiarezza delle proprie colpe dà la fiducia necessaria ad una supplica di perdono; supplica a Dio di non guardare i peccati ma di cancellarli. Forte la simbologia liturgica: "purificami con issopo e sarò mondato\ lavami e sarò più bianco della neve".
- Rinnovo interiore (vv 12-15). Con il perdono, l'autentica conversione non è ancora giunta a termine. E' necessaria una rigenerazione interiore "crea in me o Dio un cuore puro, rinnova in me uno spirito saldo". L'uomo da solo non riesce a realizzare la rinascita interiore. Se il peccato è parte della sua natura, la vittoria su di esso è possibile solo se Dio interviene ed agisce nel cuore dell'uomo ferito dal peccato.
- Lode e ringraziamento (vv 16 e ss.). Il salmo si chiude con un ringraziamento e la lode a Dio: "apri Signore le mie labbra e la mia bocca proclami la tua lode". Ringraziamento che non è fatto con olocausti ma con la sincerità del cuore.

## CONTEMPLATIO

Ognuno medita in silenzio per l'interiorizzazione. Si suggerisce una musica di sottofondo.

## ORATIO

Signore, Dio della salvezza, a Te rendo grazie cantando con il cuore che, libero, si apre alla vita. Ti amo, Signore mia forza, che hai assunto la mia debolezza per rendermi vittorioso sul male. AMEN.

## ACTIO

Ognuno personalmente si impegna a ripetere e vivere un verso del salmo, dal quale è stato colpito, durante la settimana.

È tempo di ... **PREGARE**

... è tempo di verità!



# Seconda domenica di Quaresima



**VANGELO** (Mt 17,1-9)

*Il suo volto brillò come il sole.*

## + Dal Vangelo secondo Matteo

In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni suo fratello e li condusse in disparte, su un alto monte. E fu trasfigurato davanti a loro: il suo volto brillò come il sole e le sue vesti divennero candide come la luce. Ed ecco apparvero loro Mosè ed Elia, che conversavano con lui.

Mentre scendevano dal monte, Gesù ordinò loro: «Non parlate a nessuno di questa visione, prima che il Figlio dell'uomo non sia risorto dai morti».

*Questa pagina di Vangelo è carica di speranza; non a caso essa è inserita lungo il cammino verso Gerusalemme, dove Gesù vivrà la sua passione e morte.*

*In questo brano possiamo cogliere due insegnamenti:*

1) attraverso la teofania di Dio (che richiama il Battesimo di Gesù) comprendiamo che il popolo non è chiamato più ad ascoltare la legge ed i profeti ma il suo amato Figlio: Gesù Cristo; è Lui la nuova guida, il nuovo pastore che condurrà il gregge (noi suoi fedeli).

2) questa teofania di Dio annuncia la venuta del regno messianico, un regno completamente diverso dal nostro, carico di luce, che passa attraverso le tenebre della passione vincendolo...

La Trasfigurazione di Gesù ci dona la speranza e la luce nei momenti di particolare sofferenza che viviamo nella nostra vita... confidiamo in Lui sempre!



Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: «Signore, è bello per noi essere qui! Se vuoi, farò qui tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». Egli stava ancora parlando, quando una nube luminosa li coprì con la sua ombra. Ed ecco una voce dalla nube che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'amato: in lui ho posto il mio compiacimento. Ascoltatelo».

All'udire ciò, i discepoli caddero con la faccia a terra e furono presi da grande timore. Ma Gesù si avvicinò, li toccò e disse: «Alzatevi e non temete». Alzando gli occhi non videro nessuno, se non Gesù solo.

## IMPEGNO settimanale

*m'impegno ad avere Gesù come guida di riferimento della mia vita e ad avere fiducia in Lui soprattutto nei momenti di maggiore difficoltà.*

ASCOLTARE

È tempo di...

...e tempo di verità!



# Seconda domenica di Quaresima



## MESSAGGIO di Papa Francesco

**Lo scopo** del farsi povero di Gesù non è la povertà in se stessa, ma – dice san Paolo – «...perché voi diventaste ricchi per mezzo della sua povertà». Non si tratta di un gioco di parole, di un'espressione ad effetto! E' invece una sintesi della logica di Dio, la logica dell'amore, la logica dell'Incarnazione e della Croce. Dio non ha fatto cadere su di noi la salvezza dall'alto, come l'elemosina di chi dà parte del proprio superfluo con pietismo filantropico. Non è questo l'amore di Cristo! Quando Gesù scende nelle acque del Giordano e si fa battezzare da Giovanni il Battista, non lo fa perché ha bisogno di penitenza, di conversione; lo fa per mettersi in mezzo alla gente, bisognosa di perdono, in mezzo a noi peccatori, e caricarsi del peso dei nostri peccati. E' questa la via che ha scelto per consolarci, salvarci, liberarci dalla nostra miseria. Ci colpisce che l'Apostolo dica che siamo stati liberati non per mezzo della ricchezza di Cristo, ma per mezzo della sua povertà. Eppure san Paolo conosce bene le «impenetrabili ricchezze di Cristo» (Ef 3,8), «erede di tutte le cose» (Eb 1,2).

Che cos'è allora questa povertà con cui Gesù ci libera e ci rende ricchi? È proprio il suo modo di amarci, il suo farsi prossimo a noi come il Buon Samaritano che si avvicina a quell'uomo lasciato mezzo morto sul ciglio della strada (cfr Lc 10,25ss). Ciò che ci dà vera libertà, vera salvezza



e vera felicità è il suo amore di compassione, di tenerezza e di condivisione. La povertà di Cristo che ci arricchisce è il suo farsi carne, il suo prendere su di sé le nostre debolezze, i nostri peccati, comunicandoci la misericordia infinita di Dio. La povertà di Cristo è la più grande ricchezza: Gesù è ricco della sua sconfinata fiducia in Dio Padre, dell'affidarsi a Lui in ogni momento, cercando sempre e solo la sua volontà e la sua gloria. È ricco come lo è un bambino che si sente amato e ama i suoi genitori e non dubita un istante del loro amore e della loro tenerezza. La ricchezza di Gesù è il suo essere il Figlio, la sua relazione unica con il Padre è la prerogativa sovrana di questo Messia povero. Quando Gesù ci invita a prendere su di noi il suo "giogo soave", ci invita ad arricchirci di questa sua "ricca povertà" e "povera ricchezza", a condividere con Lui il suo Spirito filiale e fraterno, a diventare figli nel Figlio, fratelli nel Fratello Primogenito (cfr Rm 8,29).

È stato detto che la sola vera tristezza è non essere santi (L. Bloy); potremmo anche dire che vi è una sola vera miseria: non vivere da figli di Dio e da fratelli di Cristo.

ACCOGLIERE

È tempo di ...

...è tempo di verità!!



# Seconda domenica di Quaresima



## ATTIVITÀ

### **Materiale**

Cartone e candele.

### **Svolgimento**

Tutti i partecipanti, insieme, dovranno costruire con del cartone un monte "simbolico".

Terminato il lavoro tutti i membri del gruppo, a turno, accenderanno una candela che verrà posizionata sul monte.

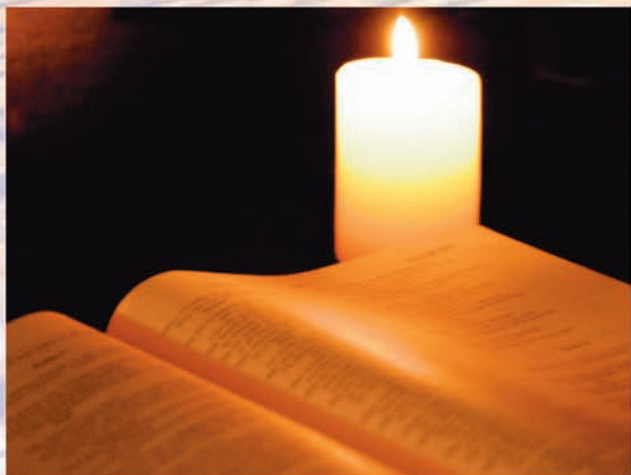
Dopo aver osservato in silenzio la luce delle candele, tutti i partecipanti, ad occhi chiusi immagineranno la luce entrare dentro di sé, nel proprio cuore.

Ogni persona può condividere con il gruppo le proprie riflessioni o scriverle su un quaderno.

Insieme con gli altri si cercherà di rispondere a questa domanda: cosa posso fare per mantenere viva questa fiamma nel mio cuore?

### **Rifletto...**

- ✓ Qual è stato l'annuncio dato da Gesù ai suoi discepoli?
- ✓ Perché Gesù sceglie un monte per trasfigurarsi?
- ✓ Che significato ha la trasfigurazione?
- ✓ Chi sono i due testimoni che appaiono e conversano con Gesù?
- ✓ Che cosa dice la voce che parla dalla nube luminosa?



VIVERE

È tempo di ...

...È tempo di verità!



# Seconda domenica di Quaresima



**Chi partecipa:** Gruppo.

**Quando:** Sera.

**Occorrente:** Testo della Bibbia, una lampada, canto allo Spirito Santo, preghiera allo Spirito Santo, musiche per sottofondi e canto finale.

**Riferimento biblico:** Salmo 32.

Invocare lo Spirito Santo con il canto e la preghiera.

## LECTIO

Leggere attentamente il salmo in modo solistico e ad alta voce. Breve pausa di silenzio ed ognuno rilegge il salmo in silenzio più volte. Si possono fare delle risonanze. Si suggerisce una musica in sottofondo adatta al momento.

## MEDITATIO

Breve meditazione del sacerdote\diacono o catechista o animatore del gruppo.

Spunti di meditazione sul Salmo 32.

A giudicare dall'introduzione il salmo è un inno festivo destinato alla recitazione comunitaria con l'accompagnamento di cetra, arpa e "grida di gioia". Molto probabilmente è un inno per la festa dell'Alleanza e contiene una forte energia religiosa tipica delle celebrazioni dell'Antico Testamento. Anzitutto, dopo l'invito alla gioia, sono affermati i principi di fede, gli elementi su cui si fonda la fede. La fede trova la sua ragione nella verità della parola di Dio e nella fedeltà del suo agire. Dio non è una divinità pagana dal cui umore e stato d'animo arbitrario dipendono i fedeli; Lui è il Dio della certezza delle promesse. L'uomo, in modo incondizionato, può confidare in Lui per tutte le sue azioni. La verità e la potenza della parola di Dio si manifestano dapprima nella creazione dove il soffio stesso della sua bocca è sufficiente a creare il cielo e le stelle. Come Dio parlò, così avvenne. Dio è anche dietro la storia dei popoli che con la sua mano invisibile la guida secondo il suo piano eterno. I grandi popoli, nonostante la loro potenza, sono stati resi vani poiché erano contro Dio. Israele, invece, nel suo mutevole destino storico ha ben compreso che unicamente il piano di Dio ha stabilità eterna. Ciò non significa che l'uomo è privo di responsabilità; l'uomo, infatti, è responsabile verso Dio perché è chiamato ad "attualizzare" la storia della salvezza nel culto, riconoscendo Dio come Signore.

## CONTEMPLATIO

Ognuno medita in silenzio per l'interiorizzazione. Si suggerisce una musica di sottofondo.

## ORATIO

O Cristo, icona maestosa della gloria del Padre, quale Figlio diletto, apri davanti a noi la via dell'obbedienza alla fede che sembra impossibile, ardua ed oscura. Da soli non sapremmo percorrerla, ma con Te, speranza dell'insostenibile, il sentiero è sicuro. AMEN.

## ACTIO

Ognuno personalmente si impegna a ripetere e vivere un verso del Salmo, dal quale è stato colpito, durante la settimana.

È tempo di ... PREGARE

QUARESIMA  
È tempo di verità!



# Terza domenica di Quaresima



**VANGELO** (forma breve: Gv 4,5-15,19-26.)  
*Sorgente di acqua che zampilla per la vita eterna.*

## + Dal Vangelo secondo Giovanni

In quel tempo, Gesù giunse a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua.

Le dice Gesù: «Dammi da bere». I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi. Allora la donna samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?». I Giudei infatti non hanno rapporti con i Samaritani. Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: Dammi da bere!, tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva». Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?».

Gesù le risponde: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno. Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna». «Signore – gli dice la donna –, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua. Vedo che tu sei un profeta! I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare».

Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorate ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma viene l'ora – ed è questa – in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così infatti il Padre vuole che siano quelli che lo adorano. Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità».

Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa». Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con

te».

Molti Samaritani di quella città credettero in lui. E quando giunsero da lui, lo pregavano di rimanere da loro ed egli rimase là due giorni. Molti di più credettero per la sua parola e alla donna dicevano: «Non è più per i tuoi discorsi che noi crediamo, ma perché noi stessi abbiamo udito e sappiamo che questi è veramente il salvatore del mondo».

*Questa pagina di Vangelo ci fa scoprire, in maniera progressiva, chi è veramente Gesù; e lo fa utilizzando lo strumento più umano della conoscenza: il dialogo.*

*Gesù all'inizio del discorso è riconosciuto come un semplice giudeo ma, man mano che il dialogo avanza, fa comprendere alla samaritana che ha dinanzi a sé un uomo che è più di un semplice giudeo; ella comprende che Gesù è più grande di Giacobbe, che può compiere prodigi, che ha il carisma del profeta, fino a*

*quando Gesù non farà la sua più alta autorivelazione che esiste nel Vangelo: Gesù afferma di essere "Io Sono", il Messia, il Cristo, il Salvatore del mondo.*

*Un'altra caratteristica di questo dialogo sono gli insegnamenti che Lui dà per far comprendere la sua figura messianica: Gesù ha con sé la sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna; Gesù spiega come adorare il Padre: "In Spirito e Verità", niente più culto in templi inerti, fatti di pietra ma pregare ed adorare il Padre attraverso lo Spirito Santo ed attraverso la Sua persona (perché la Verità è Gesù: "io sono la via, la verità e la vita").*

*Gesù c'invita ad avere Lui come centro della nostra fede.*



## IMPEGNO settimanale

*m'impegno ad instaurare un dialogo fraterno con Gesù, affinché possa comprendere che Lui è davvero Figlio di Dio e nostro fratello, dialogo che avviene attraverso la preghiera e la meditazione della Parola di Dio.*



# Terza domenica di Quaresima



## MESSAGGIO di Papa Francesco

### La nostra testimonianza

Potremmo pensare che questa "via" della povertà sia stata quella di Gesù, mentre noi, che veniamo dopo di Lui, possiamo salvare il mondo con adeguati mezzi umani. Non è così. In ogni epoca e in ogni luogo, Dio continua a salvare gli uomini e il mondo mediante la povertà di Cristo, il quale si fa povero nei Sacramenti, nella Parola e nella sua Chiesa, che è un popolo di poveri. La ricchezza di Dio non può passare attraverso la nostra ricchezza, ma sempre e soltanto attraverso la nostra povertà, personale e comunitaria, animata dallo Spirito di Cristo.

Ad imitazione del nostro Maestro, noi cristiani siamo chiamati a guardare le miserie dei fratelli, a toccarle, a farcene carico e a operare concretamente per alleviarle. La miseria non coincide



con la povertà; la miseria è la povertà senza fiducia, senza solidarietà, senza speranza. Possiamo distinguere tre tipi di miseria: la miseria materiale, la miseria morale e la miseria spirituale. La miseria materiale è quella che comunemente viene chiamata povertà e tocca quanti vivono in una condizione non degna della persona umana: privati dei diritti

fondamentali e dei beni di prima necessità quali il cibo, l'acqua, le condizioni igieniche, il lavoro, la possibilità di sviluppo e di crescita culturale.

Di fronte a questa miseria la Chiesa offre il suo servizio, la sua diakonia, per andare incontro ai bisogni e guarire queste piaghe che deturpano il volto dell'umanità. Nei poveri e negli ultimi noi vediamo il volto di Cristo; amando e aiutando i poveri amiamo e serviamo Cristo.

Il nostro impegno si orienta anche a fare in modo che cessino nel mondo le violazioni della dignità umana, le discriminazioni e i soprusi, che, in tanti casi, sono all'origine della miseria. Quando il potere, il lusso e il denaro diventano idoli, si antepongono questi all'esigenza di una equa distribuzione delle ricchezze. Pertanto, è necessario che le coscienze si convertano alla giustizia, all'uguaglianza, alla sobrietà e alla condivisione.

ACCOLLIERE

È tempo di ...

...e tempo di verità!!



# Terza domenica di Quaresima



## ATTIVITÀ

### **Materiale**

Fotografie o immagini che rappresentano la conversione, il cambiamento (esempio: un fiore che sboccia, etc)

### **Svolgimento**

Ogni partecipante porterà una fotografia o un'immagine che simboleggia il cambiamento. Tutte le immagini verranno depositate in una scatola.

Poi, a turno, casualmente, ogni membro prenderà un'immagine/fotografia dalla scatola. Quella sarà l'immagine simbolica di sé che dovrà realizzare nella settimana.

Ogni persona dovrà dire quali sensazioni ed emozioni prova nel guardare l'immagine che gli è capitata e il messaggio che percepisce.

### **Rifletto...**

- ✓ In quale villaggio della Samaria giunge Gesù?
- ✓ Chi incontra?
- ✓ Perché la donna rimane meravigliata dalla richiesta di Gesù?
- ✓ Quali parole usa Gesù per far capire alla donna che vuole farle il grande dono della fede e della salvezza?
- ✓ Qual è la reazione della donna dopo l'incontro con Gesù?



VIVERE

È tempo di ...

...È tempo di verità!!

# Terza domenica di Quaresima



## LITURGIA PENITENZIALE

**Chi partecipa:** Gruppo.

**Quando:** Sera.

**Occorrente:** Canto allo Spirito Santo, preghiera allo Spirito Santo, musiche per sottofondi e canto finale. Rito della penitenza. Cartoncini a forma di spina e cartoncini a forma di cuore in numero variabile in base ai partecipanti. Due cestini.

### Riferimento biblico:

Vangelo della domenica e Salmo 94.

Posizionare davanti all'altare i due cestini. Uno vuoto; l'altro con i cartoncini a forma di cuore sul retro dei quali sono trascritti passi del Salmo 94 e del vangelo della domenica o di altre passi biblici a scelta. Iniziare l'incontro con l'invocazione allo Spirito Santo. Svolgere la liturgia penitenziale secondo le forme indicate nel Rito della Penitenza. Spunti per la meditazione e l'esame di coscienza tratti dal "Diario- La misericordia divina nella mia anima" di S. Maria Faustina Kowalska:

"E desidero nuovamente dire alcune parole all'anima che vuole tendere decisamente alla santità e riportare frutto cioè vantaggio dalla confessione. La prima, totale sincerità e apertura. Il più santo e il più saggio dei confessori non può infondere a viva forza in un'anima ciò che desidera, se l'anima non è sincera ed aperta...

La seconda parola, l'umiltà. Un'anima non ricava adeguati vantaggi dal sacramento della confessione, se non è umile. La superbia tiene l'anima nelle tenebre. Essa non sa e non vuole penetrare nel profondo della sua miseria: si maschera e fugge da tutto ciò che dovrebbe guarirla.

La terza parola è l'obbedienza. Un'anima disobbediente non riporterà alcuna vittoria, anche se fosse Gesù stesso a confessarla direttamente. Il confessore più esperto non può essere di alcun aiuto ad una tale anima. Un'anima disobbediente si espone a grandi sventure e non progredirà affatto nella perfezione e non se la caverà nella vita spirituale".

Alla fine della liturgia i presenti sono invitati a portare all'altare i cartoncini a forma di spina e riporli nel cestino vuoto come segno della consegna delle proprie colpe a Dio e a ritirare un cartoncino a forma di cuore per portarlo con sé.

**PREGARE**  
È tempo di ...

# QUARESIMA

... è tempo di verità!



# Quarta domenica di Quaresima



**VANGELO** (forma breve: Gv 9,1.6-9.13-17.34-38)  
*Andò, si lavò e tornò che ci vedeva.*

## + Dal Vangelo secondo Giovanni

In quel tempo, Gesù passando vide un uomo cieco dalla nascita; sputò per terra, fece del fango con la saliva, spalmò il fango sugli occhi del cieco e gli disse: «Va' a lavarti nella piscina di Siloe», che significa "Inviato". Quegli andò, si lavò e tornò che ci vedeva. Allora i vicini e quelli che lo avevano visto prima, perché era un mendicante, dicevano: «Non è lui quello che stava seduto a chiedere l'elemosina?». Alcuni dicevano: «È lui»; altri dicevano: «No, ma è uno che gli assomiglia». Ed egli diceva: «Sono io!».

Condussero dai farisei quello che era stato cieco: era un sabato, il giorno in cui Gesù aveva fatto del fango e gli aveva aperto gli occhi. Anche i farisei dunque gli chiesero di nuovo come aveva acquistato la vista. Ed egli disse loro: «Mi ha messo del fango sugli occhi, mi sono lavato e ci vedo». Allora alcuni

dei farisei dicevano: «Quest'uomo non viene da Dio, perché non osserva il sabato». Altri invece dicevano: «Come può un peccatore compiere segni di questo genere?». E c'era dissenso tra loro. Allora dissero di nuovo al cieco: «Tu, che cosa dici di lui, dal momento che ti ha aperto gli occhi?». Egli rispose: «È un profeta!». Gli replicarono: «Sei nato tutto nei peccati e insegni a noi?». E lo cacciarono fuori.

Gesù seppe che l'avevano cacciato fuori; quando lo trovò, gli disse: «Tu, credi nel Figlio dell'uomo?». Egli rispose: «E chi è, Signore, perché io creda in lui?». Gli disse Gesù: «Lo hai visto: è colui che parla con te». Ed egli disse: «Credo, Signore!». E si prostrò dinanzi a lui.

*In questo brano ci troviamo di fronte a due relazioni dell'uomo dinanzi alla figura di Gesù.*

*Egli compie un miracolo prodigioso, guarisce un cieco nato che, nella sua semplicità, riconosce che Gesù viene da Dio; dall'altra parte abbiamo i farisei, i maestri della Legge di Dio, gli esperti delle scienze*

*sacre, che non riconoscono, nonostante l'evidenza del miracolo, che Gesù viene da Dio.*

*Qui notiamo una sottile ironia che l'evangelista usa per donarci un grande insegnamento:*

*quelli che avrebbero dovuto riconoscere Gesù, coloro che avevano la capacità (almeno in apparenza) di vedere in profondità erano i veri ciechi; mentre colui che era cieco, incapace di vedere, con la sua piccola e semplice fede, ha fatto esperienza di Gesù ed ha riacquisito la vista, è riuscito ad andare oltre con i propri occhi prostrandosi ai Suoi piedi.*

*Da qui ricaviamo tre riflessioni utili per il nostro cammino quaresimale:*

1) se davvero vogliamo mettere Gesù al centro della nostra fede, se davvero vogliamo guardare in profondità la nostra esistenza, allora dobbiamo

staccarci da alcune dinamiche del nostro animo che tendono a rendere ciechi i nostri occhi (orgoglio, presunzione di sapere tutto sulla fede e su Dio) e scegliere la via della semplicità e dell'umiltà per poter incontrare Gesù nella nostra vita.

2) nel mondo purtroppo ci saranno sempre persone che, nonostante

vedono i "segni" che ogni tanto Dio manda nel mondo, rinnegheranno Gesù ed il Suo amore per loro (questa dinamica umana si chiama durezza di cuore, ed è la più pericolosa per la nostra fede).

3) Gesù è venuto a donarci la luce della fede, è venuto a donarci nuovi occhi per guardare quanto è grande il Suo amore per noi, è venuto a portare la luce e la gioia là dove tutto era tenebra e tristezza.



## IMPEGNO settimanale

*m'impegno a dire no all'orgoglio e sì all'umiltà (nelle parole e nelle azioni) per lasciarmi illuminare da Gesù ed entrare, sempre più in profondità, nei Suoi insegnamenti*



# Quarta domenica di Quaresima



## MESSAGGIO di Papa Francesco

*Non meno preoccupante* è la miseria morale, che consiste nel diventare schiavi del vizio e del peccato. Quante famiglie sono nell'angoscia perché qualcuno dei membri – spesso giovane – è soggiogato dall'alcol, dalla droga, dal gioco, dalla pornografia!



Quante persone hanno smarrito il senso della vita, sono prive di prospettive sul futuro e hanno perso la speranza! E quante persone sono costrette a questa miseria da condizioni sociali ingiuste, dalla mancanza di lavoro che le priva della dignità che dà il portare il pane a casa, per la mancanza di uguaglianza rispetto ai diritti all'educazione e

alla salute. In questi casi la miseria morale può ben chiamarsi suicidio incipiente. Questa forma di miseria, che è anche causa di rovina economica, si collega sempre alla miseria spirituale, che ci colpisce quando ci allontaniamo da Dio e rifiutiamo il suo amore. Se riteniamo di non aver bisogno di Dio, che in Cristo ci tende la mano, perché pensiamo di bastare a noi stessi, ci incamminiamo su una via di fallimento. Dio è l'unico che veramente salva e libera.

Il Vangelo è il vero antidoto contro la miseria spirituale: il cristiano è chiamato a portare in ogni ambiente l'annuncio liberante che esiste il perdono del male commesso, che Dio è più grande del nostro peccato e ci ama gratuitamente, sempre, e che siamo fatti per la comunione e per la vita eterna. Il Signore ci invita ad essere annunciatori gioiosi di questo messaggio di misericordia e di speranza! È bello sperimentare la gioia di diffondere questa buona notizia, di condividere il tesoro a noi affidato, per consolare i cuori affranti e dare speranza a tanti fratelli e sorelle avvolti dal buio. Si tratta di seguire e imitare Gesù, che è andato verso i poveri e i peccatori come il pastore verso la pecora perduta, e ci è andato pieno d'amore. Uniti a Lui possiamo aprire con coraggio nuove strade di evangelizzazione e promozione umana.

ACCOGLIERE

È tempo di ...

...è tempo di verità!!



# Quarta domenica di Quaresima



## ATTIVITÀ

### Materiale

Bende di stoffa

### Svolgimento

Ogni partecipante verrà bendato in modo da non poter vedere. Durante i minuti di "cecità" ogni persona dovrà immaginare tutto ciò che di bello non riesce a vedere durante la sua giornata. Successivamente, tolte le bende, ciascun membro potrà condividere in gruppo la propria esperienza oppure scrivere le proprie riflessioni su un quaderno facendosi guidare da queste domande: *come mi rendo "cieco" alla bellezza della Vita? Quante volte durante la mia giornata resto indifferente ai miracoli della Vita?*

### Rifletto...

- ✓ Quali gesti compie Gesù per ridare la vista all'uomo cieco dalla nascita?
- ✓ Come reagiscono i vicini e i farisei?
- ✓ Perché?
- ✓ Cosa chiede Gesù al cieco che lo incontra dopo essere stato cacciato dai farisei?
- ✓ Cosa risponde il cieco?



VIVERE

È tempo di ...

...è tempo di verità!

# Quarta domenica di Quaresima



**Chi partecipa:** Gruppo.

**Quando:** Sera.

**Occorrente:** Testo della Bibbia, una lampada, canto allo Spirito Santo, preghiera allo Spirito Santo, musiche per sottofondi e canto finale.

**Riferimento biblico:** Salmo 22.

Invocare lo Spirito Santo con il canto e la preghiera.

## LECTIO

Leggere attentamente il salmo in modo solistico e ad alta voce. Breve pausa di silenzio ed ognuno rilegge il salmo in silenzio più volte. Si possono fare delle risonanze. Si suggerisce una musica in sottofondo adatta al momento.

## MEDITATIO

Breve meditazione del sacerdote\diacono o catechista o animatore del gruppo. Spunti di meditazione sul Salmo 22.

Il Salmo 22 è caratterizzato dalla delicatezza delle immagini e da un'atmosfera di serenità e di pace, date da una fiducia incrollabile in Dio. La pace descritta non è dovuta alla spensieratezza oziosa; al contrario, è la pace di un cuore che dopo tante lotte ed amare esperienze riesce a trovare la quiete nella comunione con Dio. Forte è l'immagine di Dio come pastore, simbolo di premura del creatore verso l'intero popolo di Israele ma anche dell'intera umanità. Proprio l'immagine del pastore suscita nel salmista una profonda speranza: "Non manco di nulla" o anche "nulla mi mancherà". Egli con il ricordo rive i giorni luminosi della sua gioventù; quando godeva di una vita spensierata come agnello ai verdi pascoli in sosta al ruscello. Questo ricordo, rivissuto, ora si volge a Dio che riempì l'orante di una nuova forza vitale. Dio è, inoltre, la guida del pellegrino nella via della vita "anche se vado per una valle oscura non temo alcun male, perché tu sei con me". Certo, all'uomo, non è risparmiato il cammino per valli oscure, non sono risparmiate ore di angoscia ed agonia; ma a sostenerlo vi è sempre il Dio di Israele come guida, rifugio e consolazione lungo il difficile pellegrinaggio verso il futuro senza timore e con speranza. Tanto salda è la certezza del salmista nella benedizione divina operante nella sua vita che esulta con esuberante felicità: "Bontà e fedeltà mi saranno compagne tutti i giorni della mia vita". La sua felicità interiore è al culmine e non può essere più turbato dalle sue tristi esperienze.

## CONTEMPLATIO

Ognuno medita in silenzio per l'interiorizzazione. Si suggerisce una musica di sottofondo.

## ORATIO

Signore Gesù, custodiscici premurosamente nel cammino della vita incontro al Padre. Resta con noi Signore quando le tenebre scendono intorno a noi; quando il peccato sembra oscurare il cielo sopra di noi. Resta con noi, Signore, nelle prove della fede e fa' che possiamo sempre esultare: "abiterò nella casa del Signore per lunghi giorni". AMEN.

## ACTIO

Ognuno personalmente si impegna a ripetere e vivere un verso del Salmo, dal quale è stato colpito, durante la settimana.

È tempo di ... PREGARE



# Quinta domenica di Quaresima



**VANGELO** (forma breve 11, 3-7.17.20-27.33b-45)

✚ **Dal vangelo secondo Giovanni**  
*Io sono la risurrezione e la vita.*

In quel tempo, le sorelle di Lazzaro mandarono a dire a Gesù: «Signore, ecco, colui che tu ami è malato». All'udire questo, Gesù disse: «Questa malattia non porterà alla morte, ma è per la gloria di Dio, affinché per mezzo di essa il Figlio di Dio venga glorificato». Gesù amava Marta e sua sorella e Lazzaro. Quando sentì che era malato, rimase per due giorni nel luogo dove si trovava. Poi disse ai discepoli: «Andiamo di nuovo in Giudea!».

Quando Gesù arrivò, trovò Lazzaro che già da quattro giorni era nel sepolcro. Marta, come udi che veniva Gesù, gli andò incontro; Maria invece stava seduta in casa. Marta disse a Gesù: «Signore, se tu fossi stato qui, mio fratello non sarebbe

morto! Ma anche ora so che qualunque cosa tu chiederai a Dio, Dio te la concederà». Gesù le disse: «Tuo fratello risorgerà». Gli rispose Marta: «So che risorgerà nella risurrezione dell'ultimo giorno».

Gesù le disse: «Io sono la risurrezione e la vita; chi crede in me, anche se muore, vivrà; chiunque vive e crede in me, non morirà in eterno. Credi questo?». Gli rispose: «Sì, o Signore, io credo che tu sei il Cristo, il Figlio di Dio, colui che viene nel mondo».

Gesù si commosse profondamente e, molto turbato, domandò: «Dove lo avete posto?». Gli dissero: «Signore, vieni a vedere!». Gesù scoppì in pianto. Dissero allora i Giudei: «Guarda come lo amava!». Ma alcuni di loro dissero: «Lui, che ha aperto gli occhi al cieco, non poteva anche far sì che costui non morisse?».

Allora Gesù, ancora una volta commosso profondamente, si recò al sepolcro: era una grotta e contro di essa era posta una pietra. Disse Gesù: «Togliete la pietra!». Gli rispose Marta, la sorella del morto: «Signore, manda già cattivo odore: è lì da quattro giorni». Le disse Gesù: «Non ti ho detto che,

se crederai, vedrai la gloria di Dio?». Tolsero dunque la pietra. Gesù allora alzò gli occhi e disse: «Padre, ti rendo grazie perché mi hai ascoltato. Io sapevo che mi dai sempre ascolto, ma l'ho detto per la gente che mi sta attorno, perché credano che tu mi hai mandato». Detto questo, gridò a gran voce: «Lazzaro, vieni fuori!». Il morto uscì, i piedi e le mani legati con bende, e il viso avvolto da un sudario. Gesù disse loro: «Liberatelo e lasciatelo andare».

Molti dei Giudei che erano venuti da Maria, alla vista di ciò che egli aveva compiuto, credettero in lui.

*Nel Vangelo di Giovanni questo miracolo è posto alla fine di tutti i miracoli di Gesù, l'ultimo "segno" prima della sua passione, morte e Risurrezione.*

*Gesù è fonte di risurrezione e di vita per l'uomo, per l'uomo che crede in Lui:*

*Con Gesù anche la morte è vinta, la nostra vita ha acquistato un valore infinito, eterno.*

*Tante persone desiderano la vita eterna; b  colui che crede in Gesù Cristo, Figlio di Dio riceve proprio questo dono. La morte non   che un passaggio ormai, una condizione temporanea, la via che conduce alla vera felicit , alla gioia senza fine, la via che conduce al Paradiso.*

*Viviamo la nostra vita avendo come centro della nostra unica fede Gesù e la vita non cesser  mai di esistere in noi.*



**IMPEGNO**  
settimanale

*m'impegno a dire un "s " definitivo a  
Ges , avendo la consapevolezza che  
  Lui che mi dona la vita eterna.*



# Quinta domenica di Quaresima



## MESSAGGIO di Papa Francesco

*Cari fratelli e sorelle*, questo tempo di Quaresima trovi la Chiesa intera disposta e sollecita nel testimoniare a quanti vivono nella miseria materiale, morale e spirituale il messaggio evangelico, che si riassume nell'annuncio dell'amore del Padre misericordioso, pronto ad abbracciare in Cristo ogni persona. Potremo farlo nella misura in cui saremo conformati a Cristo, che si è fatto povero e ci ha arricchiti con la sua povertà. La Quaresima è un tempo adatto per la spogliazione; e ci farà bene domandarci di quali cose possiamo privarci al fine di aiutare e arricchire altri con la nostra povertà.



Non dimentichiamo che la vera povertà duole: non sarebbe

valida una spogliazione senza questa dimensione penitenziale.

Diffido dell'elemosina che non costa e che non duole.

Lo Spirito Santo, grazie al quale «[siamo] come poveri, ma capaci di arricchire molti; come gente che non ha nulla e invece possediamo tutto» (2 Cor 6,10), sostenga questi nostri propositi e rafforzi in noi l'attenzione e la responsabilità verso la miseria umana, per diventare misericordiosi e operatori di misericordia.

Con questo auspicio, assicuro la mia preghiera affinché ogni credente e ogni comunità ecclesiale percorra con frutto l'itinerario quaresimale, e vi chiedo di pregare per me. Che il Signore vi benedica e la Madonna vi custodisca.

ACCOGLIERE

È tempo di ...

QUARESIMA  
...è tempo di verità!!



# Quinta domenica di Quaresima



## ATTIVITÀ

### **Materiale**

foglio A/4 e matita

### **Svolgimento**

Chiudi gli occhi per alcuni minuti ed immagina di scrivere una lettera al Signore. Cosa Gli scriveresti?

Successivamente prendi una penna e scrivi ciò che hai immaginato.

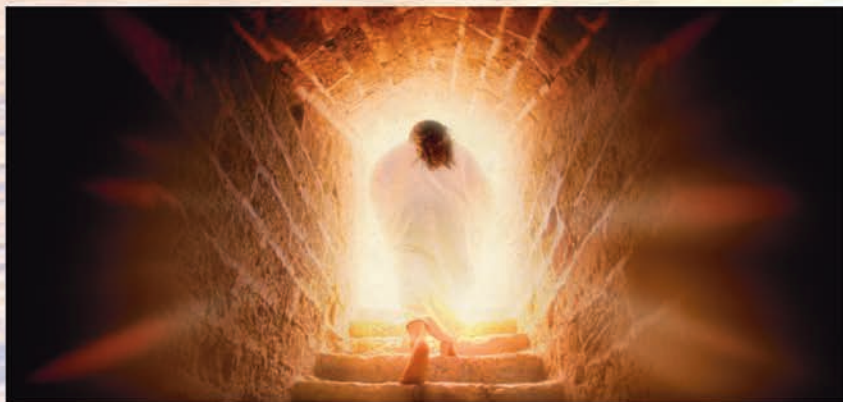
Apri il tuo cuore.

Al termine del lavoro, tutte le lettere in forma anonima verranno depositate in un'urna.

Ogni membro prenderà una lettera dall'urna e la leggerà ad alta voce.

### **Rifletto...**

- ✓ Chi sono gli amici tanto cari a Gesù?
- ✓ Cosa dice Marta correndo incontro a Gesù?
- ✓ Cosa risponde Gesù a Marta?
- ✓ Che gesti compie Gesù davanti al sepolcro di Lazzaro?
- ✓ Cosa dice?
- ✓ Che significato hanno le parole di Gesù?



# QUARESIMA

...è tempo di verità!

VIVERE

È tempo di ...



# Quinta domenica di Quaresima



**Chi partecipa:** Gruppo.

**Quando:** Sera.

**Occorrente:** Testo della Bibbia, una lampada, canto allo Spirito Santo, preghiera allo Spirito Santo, musiche per sottofondi e canto finale.

**Riferimento biblico:** Salmo 129.

Invocare lo Spirito Santo con il canto e la preghiera.

## LECTIO

Leggere attentamente il salmo in modo solistico e ad alta voce. Breve pausa di silenzio ed ognuno rilegge il salmo in silenzio più volte. Si possono fare delle risonanze. Si suggerisce una musica in sottofondo adatta al momento.

## MEDITATIO

Breve meditazione del sacerdote\diacono o catechista o animatore del gruppo. Spunti di meditazione sul Salmo 129.

Il Salmo 129 è un salmo penitenziale intriso della consapevolezza che ci si può risollevare dalla profonda angoscia del peccato nella certezza della grazia e del perdono divini. "Dal profondo a Te grido, o Signore": da un'angoscia abissale interiore ma anche esteriore, l'anima dell'orante si innalza verso Dio. Ciò che tormenta non è tanto l'angoscia fisica ed il terrore della morte ma il senso di essere separato da Dio a causa del baratro del peccato. Senza Dio l'uomo è perduto; solo Dio può ricostruire il ponte che l'uomo ha demolito con le proprie colpe. Davanti alla santità di Dio nessun vivente è giusto. Nella domanda. "se consideri le colpe Signore\Signore chi ti può resistere?" vi è la consapevolezza della mostruosa potenza del peccato che paralizza l'uomo. Tuttavia Dio è là per donare il perdono al peccatore pentito. In quanto solo Lui possiede la forza e la potenza di superare il peccato, è un Dio che suscita timore. Timore non inteso come paura ma come consapevolezza della propria miseria dinanzi ad un Dio che è solo amore. Dio toglie il peccato ma non opera come acquietamento della coscienza religiosa del fedele che, al contrario, dinanzi alla grandezza del creatore acquista piena conoscenza dei propri limiti ed errori e della necessità di entrare e vivere nel circolo di amore con Dio. La redenzione dal peccato non resta però un fatto individuale. L'orante la lega alla certezza della generale redenzione del popolo di Israele di cui è membro ma soprattutto se ne sente membro. Nella parte finale del salmo vi è, dunque, l'eco della promessa di salvezza per l'intera comunità. Ciò è contrassegno non solo della fede dell'Antico Testamento ma di ogni autentica espressione di fede che non si arresta al singolo fedele ma percorre le strade della comunione.

## CONTEMPLATIO

Ognuno medita in silenzio per l'interiorizzazione. Si suggerisce una musica in sottofondo adatta.

## ORATIO

Signore Gesù, sovrano del silenzio, in mezzo al tumulto delle nostre passioni rendici capaci di tacere davanti a Te, di modo che la nostra anima acquisti consapevolezza delle sue colpe. Tu sei la vita e condividi il nostro morire quotidiano; Tu ci farai sempre uscire dai sepolcri in cui noi cadiamo per la debolezza della nostra fede. Purificati dal tuo perdono, noi non vogliamo più peccare. Confermaci nel tuo amore ed accresci in noi la virtù della fede. AMEN.

## ACTIO

Ognuno personalmente si impegna a ripetere e vivere un verso del Salmo, dal quale è stato colpito, durante la settimana.

È tempo di ... **PREGARE**



È tempo di ...



QUARESIMA  
...è tempo di verità!!