

Quaresima 2021



PREGHIERA IN FAMIGLIA
PREGHIERA IN FAMIGLIA



Presentazione



Carissime famiglie, per la quaresima 2021, l'Ufficio diocesano della pastorale per la famiglia, vi offre uno strumento di preghiera e riflessione della domenica, per aiutarvi in questo tempo di preparazione alla Pasqua. Viviamo in un tempo segnato pesantemente dalla crisi economica dovuta alla pandemia che si sta evolvendo in crisi politica, sociale e morale sollecitandoci a verificare quali siano le nostre mete, i nostri obiettivi di vita e come stiamo agendo per conseguirli.

Purtroppo dobbiamo anche constatare che nella società vi è un deficit di coscienza morale abbastanza generalizzato e molti vengono meno ai doveri di cura e promozione alla vita e del bene comune, della solidarietà con la comunità cittadina, regionale e nazionale.

Per uscire dalla crisi, è necessario tuttavia anche un coinvolgimento e un rinnovamento generale. In realtà occorre che ciascuno di noi sappia aprirsi a stili di vita ispirati al Vangelo, a partire dai compiti e dagli obblighi che gli competono in famiglia, nella professione o in ogni altra attività in cui è coinvolto. Dovremmo sentire questa necessità di cambiamento come un obbligo morale che ci fa più giusti verso gli altri e più santi agli occhi di Dio.

Anche in tempi di difficoltà, di incertezza di preoccupazione per il futuro siamo chiamati a guardare a Gesù, vivo e presente nella nostra vita, segno dell'amore del Padre per ciascuno di noi.

Capita di pensare che essere cristiani autentici sia uno sforzo riservato ad inguaribili ottimisti.

Gesù, mandato a noi proprio per rivelarci il Padre ed il suo amore, ci dice che non è così e ci chiede solo di aprire il cuore e accorgerci dei piccoli miracoli che quotidianamente ci vengono donati.

"La risurrezione di Cristo è l'approdo verso una vita non più sottomessa alla caducità del tempo, una vita immersa nell'eternità di Dio. Nella risurrezione di Gesù inizia una nuova condizione dell'essere uomini, che illumina e trasforma il nostro cammino di ogni giorno e apre un futuro qualitativamente diverso e nuovo per l'intera umanità. Questa è la via non solo per trasformare noi stessi, ma per trasformare il mondo, per dare alla città terrena un volto nuovo che favorisca lo sviluppo dell'uomo e della società secondo la logica della solidarietà, della bontà, nel profondo rispetto della dignità propria di ciascuno." (Benedetto XVI)

Questo piccolo sussidio vuole essere un invito e un'opportunità domenicale per vivere come famiglia un cammino di approfondimento della vita cristiana, ha l'intenzione essere un aiuto per la preghiera alle coppie e alle famiglie per il periodo di Quaresima. La sua struttura è molto semplice anche se articolata:

- Brano del vangelo del giorno
- Breve commento per la riflessione
- Una lettura brano di E.G. (*EVANGELII GAUDIUM* ESORTAZIONE APOSTOLICA DI PAPA FRANCESCO - 2013)
- Una traccia da vivere in famiglia
- Breve preghiera insieme
- Un segno in casa
- Un impegno concreto
- Preghiera intorno alla mensa della famiglia

Vi auguriamo che questo semplice libretto vi aiuti a dedicare un po' di tempo prezioso a Dio e che Dio ve lo restituisca ricolmo della sua Grazia.

Un ringraziamento particolare a tutta l'équipe dell'ufficio famiglia e in modo particolare al nostro Vescovo Paolo ci ha incoraggiato in questo lavoro reso migliore anche dai suoi preziosi suggerimenti.

Raffaello e Diva con don Marek
E tutta l'équipe del
Ufficio diocesano per la famiglia

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

T. Amen.

La grazia e l'amore misericordioso di Dio, sia con tutti noi!

† *Dal Vangelo secondo Matteo (Mt 6, 1-6/16-18)*

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «State attenti a non praticare la vostra giustizia davanti agli uomini per essere ammirati da loro, altrimenti non c'è ricompensa per voi presso il Padre vostro che è nei cieli. Dunque, quando fai l'elemosina, non suonare la tromba davanti a te, come fanno gli ipocriti nelle sinagoghe e nelle strade, per essere lodati dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, mentre tu fai l'elemosina, non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra, perché la tua elemosina resti nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

E quando pregate, non siate simili agli ipocriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente.

In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà. E quando digiunate, non diventate malinconici come gli ipocriti, che assumono un'aria disfatta per far vedere agli altri che digiunano. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu digiuni, profumati la testa e lavati il volto, perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà».

✚ Per riflettere

Tutto ciò che è intorno a noi ci fa pensare che esista solo ciò che si vede. La fede, invece, ci aiuta a capire che l'essenziale è nascosto nel cuore. Dobbiamo creare in noi le condizioni per riflettere su noi stessi, sulle nostre relazioni con le persone, le cose e riorientarle verso Dio.

La fede va vissuta apertamente e senza paura. Semmai è un richiamo a porre le giuste basi della fede stessa come rapporto personale con Dio.

Oggi sembra che la tensione del "pubblico" o del "social" abbia preso il sopravvento, si crede di esistere solamente se si è avvertiti, seguiti televisivamente o ricompensati dai "like" degli altri, forse come contraltare ad uno spazio e un tempo di solitudine, che non sappiamo più sopportare. Nella fede invece si apre lo spazio di amore di uno sguardo, come il neonato che mentre succhia il latte, si nutre della luce degli occhi della mamma che lo guarda.

All'inizio di un cammino quaresimale in cui avremo la possibilità di purificare e rinnovare il nostro sguardo sul mondo e sugli altri, siamo quindi invitati a riavvertire quella sana e bella sensazione di essere sotto lo sguardo di Dio.

Gli occhi di un Padre, che ci vede e ci accoglie così come siamo, sono certamente il punto di partenza migliore, ma anche l'approdo finale di ogni percorso.

Da Evangelii Gaudium

“Invito ogni cristiano, in qualsiasi luogo e situazione si trovi, a rinnovare oggi stesso il suo incontro personale con Gesù Cristo o, almeno, a prendere la decisione di lasciarsi incontrare da Lui, di cercarlo ogni giorno senza sosta. Non c’è motivo per cui qualcuno possa pensare che questo invito non è per lui, perché “nessuno è escluso dalla gioia portata dal Signore”.

Chi rischia, il Signore non lo delude, e quando qualcuno fa un piccolo passo verso Gesù, scopre che Lui già aspettava il suo arrivo a braccia aperte. [...] Torna a caricarci sulle sue spalle una volta dopo l’altra.

Nessuno potrà toglierci la dignità che ci conferisce questo amore infinito e incrollabile.

Egli ci permette di alzare la testa e ricominciare, con una tenerezza che mai ci delude e che sempre può restituirci la gioia. Non fuggiamo dalla risurrezione di Gesù, non diamoci mai per vinti, accada quel che accada. Nulla possa più della sua vita che ci spinge in avanti!”. (EG.3)

Preghiamo insieme:

*Donaci, Signore il coraggio di coltivare la speranza e la gioia,
di andare avanti posando i nostri passi sulle tue orme*

Impegno

Per questi giorni ci impegniamo a ridurre i rumori nella nostra casa (TV, cellulare, chiacchiere superflue...)

Segno in casa

In un luogo visibile della casa, poniamo una ciotola vuota, segno dello spazio che vogliamo creare dentro di noi per l’incontro con il Signore in questa Quaresima.

PREGHIERA ATTORNO ALLA MENSA DI FAMIGLIA

Signore Gesù,

*che hai digiunato quaranta giorni nel deserto
per insegnarci che non di solo pane vive l'uomo,
concedici lo spirito della sobrietà e del digiuno*

*perché sostenuti dalla tua Parola
possiamo convertirci nel nostro cammino
verso il tuo Regno, benedetto ora e sempre. Amen*

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

T. Amen.

La grazia e l'amore misericordioso di Dio, sia con tutti noi!

† *Dal Vangelo secondo Marco (Mc 1, 12-15)*

In quel tempo, lo Spirito sospinse Gesù nel deserto e nel deserto rimase quaranta giorni, tentato da Satana. Stava con le bestie selvatiche e gli angeli lo servivano.

Dopo che Giovanni fu arrestato, Gesù andò nella Galilea, proclamando il vangelo di Dio, e diceva: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete nel Vangelo».

■ **Per riflettere**

Inizia la Quaresima, il tempo che ogni anno ci viene donato per tornare all'essenziale, per tornare a noi stessi, per fare in modo che l'anima ci raggiunga, per incontrare Dio.

Questo tempo di essenzialità ci prepara alla grande festa della Pasqua e dobbiamo vegliare finché le tante iniziative proposte dalle parrocchie in queste settimane non ci giungano abitudinarie e fiacche. Non lasciamo la maschera che indossiamo per indossare la maschera del penitente pensando, così, di far piacere a Dio. Il problema non è mangiare il prosciutto di venerdì, o mettere da parte dei soldi per le missioni, né fare le facce da mortificati, ma vivificare la nostra fede.

Come Gesù è entrato nel deserto per decidere come affrontare la sua missione, così anche noi entriamo del deserto per mettere a fuoco le scelte che vogliamo fare.

Convertirsi è stare a contatto con quegli aspetti di noi che ci chiudono all'incontro con l'altro, per conoscerli e modificarli. Solo così saremo più liberi e la novità del Vangelo potrà irrompere nella nostra vita.

■ **Da *Evangelii Gaudium***

“La Parola di Dio ci invita anche a riconoscere che siamo popolo: ‘Un tempo voi eravate non-popolo, ora invece siete popolo di Dio’ (1 Pt 2,10). Per essere evangelizzatori autentici occorre anche sviluppare il gusto spirituale di rimanere vicini alla vita della gente, fino al punto di scoprire che ciò diventa fonte di una gioia superiore.

La missione è una passione per Gesù ma, al tempo stesso, è una passione per il suo popolo. Quando sostiamo davanti a Gesù crocifisso, riconosciamo tutto il suo amore che ci dà dignità e ci sostiene, però, in quello stesso momento, se non siamo ciechi, incominciamo a percepire che quello sguardo di Gesù si allarga e si rivolge pieno di affetto e di ardore verso tutto il suo popolo. Così riscopriamo che Lui vuole servirsi di noi per arrivare sempre più vicino al suo popolo amato. Ci prende in mezzo al popolo e ci invia al popolo, in modo che la nostra identità non si comprende senza questa appartenenza”. (EG 268)

Un traccia da vivere in famiglia

Avere uno sguardo nuovo è... passione

“Desideri, sentimenti, emozioni, quello che i classici chiamavano ‘passioni’, occupano un posto importante nel matrimonio”

(Amoris Laetitia n.143)

Nell'Amoris Laetitia il capitolo quarto è dedicato all'amore di coppia e in particolare vengono dedicati alcuni numeri al mondo delle emozioni (143-146) e alla dimensione erotica dell'amore (150-152) in cui troviamo alcuni passaggi meravigliosi:

“Pertanto, in nessun modo possiamo intendere la dimensione erotica dell'amore come un male permesso o come un peso da sopportare per il bene della famiglia, bensì come dono di Dio che abbellisce l'incontro tra gli sposi. Trattandosi di una passione sublimata dall'amore che ammira la dignità dell'altro, diventa una ‘piena e limpiddissima affermazione d'amore’ che ci mostra di quali meraviglie è capace il cuore umano, e così per un momento si percepisce che l'esistenza umana è stata un successo”.

Preghiamo insieme:

Signore, il tuo Regno si è fatto vicino, aiuta la nostra fede a credere nel tuo Vangelo, ad accoglierlo perché dia senso alla nostra vita, alla storia, alla missione che ci hai affidato. Allarga il nostro orizzonte come spazio di libertà, di impegno per tutti, come luogo abitato dalla tua Parola, in cui il povero, il debole, il malato, l'immigrato trovino accoglienza, dimora, per vivere insieme la presenza e l'annuncio gioioso della Salvezza. Amen

Impiego

In questa settimana, proviamo a curare la nostra dimensione affettiva facendo memoria che nell'abbraccio, nel bacio, nell'intimità coniugale facciamo esperienza di quel Cristo che si dona in carne e ossa a noi ogni giorno nella coppia.

Segno in casa

Nella ciotola vuota che la scorsa settimana abbiamo posto in un luogo visibile della casa, in questi giorni possiamo deporre una piccola pietra per ogni volta che avremo superato una divisione o una qualsiasi chiusura che sentiamo verso un fratello.

PREGHIERA ATTORNO ALLA MENSA DI FAMIGLIA

Signore, entriamo nel tempo santo di Quaresima: resta con noi in questi quaranta giorni. Aiutaci a prepararci bene alla grande festa di Pasqua, benedici noi ed il cibo che stiamo per prendere, perché possiamo rallegrarci dei tuoi doni e servirti nei fratelli e nelle sorelle che ci metti accanto. Amen

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

T. Amen.

La grazia e l'amore misericordioso di Dio, sia con tutti noi!

† *Dal Vangelo secondo Marco (Mc 9, 2-10)*

In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e li condusse su un alto monte, in disparte, loro soli. Fu trasfigurato davanti a loro e le sue vesti divennero splendenti, bianchissime: nessun lavandaio sulla terra potrebbe renderle così bianche. E apparve loro Elia con Mosè e conversavano con Gesù.

Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: «Rabbi, è bello per noi essere qui; facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». Non sapeva infatti che cosa dire, perché erano spaventati. Venne una nube che li coprì con la sua ombra e dalla nube uscì una voce: «Questi è il Figlio mio, l'amato: ascoltatelo!».

E improvvisamente, guardandosi attorno, non videro più nessuno, se non Gesù solo, con loro. Mentre scendevano dal monte, ordinò loro di non raccontare ad alcuno ciò che avevano visto, se non dopo che il Figlio dell'uomo fosse risorto dai morti. Ed essi tennero fra loro la cosa, chiedendosi che cosa volesse dire risorgere dai morti.

■ **Per riflettere**

Siamo invitati a fissare il nostro sguardo sulle vesti di Gesù. Vesti bianchissime, sfolgoranti: le vesti splendenti della risurrezione. Gesù, prima di dirigersi decisamente verso Gerusalemme mostra ai discepoli la via da seguire per ritornare al Padre. Egli, facendosi uomo, si è rivestito delle vesti di peccato, ora consegnandosi nelle loro mani, li riveste di una vita nuova.

Molti cristiani oggi non sentono il bisogno di “salire sul monte” per incontrare Cristo e là vedere se stanno bene con Lui.

Se ci fermiamo alle apparenze “della carne e del sangue” (cioè, della nostra umanità) non incontreremo mai il Cristo, il Salvatore. Egli trasfigura la nostra opaca umanità in luce d'amore. Impone il silenzio fino alla risurrezione per metterci in grado di capire chi siamo e dove andiamo. Lasciamoci guidare da Gesù, come imperativamente ordina il Padre: “Ascoltatelo”. Per capire il Figlio di Dio bisogna salire e incontrarlo nella pienezza della sua divinità, elevandoci oltre le dimensioni rigide delle dottrine, entrando nel modo di pensare di Dio e non degli uomini.

■ **Da *Evangelii Gaudium***

La gioia del Vangelo è quella che niente e nessuno ci potrà mai togliere (Gv 16,22). I mali del nostro mondo – e quelli della Chiesa – non dovrebbero essere scuse per ridurre il nostro impegno e il nostro fervore. Consideriamoli come sfide per crescere. Inoltre, lo sguardo di fede è capace di riconoscere la luce che sempre lo Spirito Santo diffonde in mezzo all'oscurità, senza dimenticare che ‘dove abbondò il peccato, sovrabbondò la grazia’ (Rm5,20). La nostra fede è sfidata a intravedere il vino in cui l'acqua può essere trasformata, e a scoprire il grano che cresce in mezzo alla zizzania”. (EG 84)

Un traccia da vivere in famiglia

Avere uno sguardo nuovo è... Gioia

“Nel matrimonio è bene avere cura della gioia dell’amore”

(Amoris Laetitia n.126)

Nella vita di coppia la gioia è un elemento fondamentale e insostituibile, potremmo dire che è il barometro della coppia stessa, si nutre dell’amore e si esprime nell’amore.

“L’amore per l’altro implica tale gusto di contemplare e apprezzare ciò che è bello e sacro del suo essere personale, che esiste al di là dei miei bisogni. Questo mi permette di ricercare il suo bene anche quando so che non può essere mio o quando è diventato fisicamente sgradevole, aggressivo o fastidioso... L’esperienza estetica dell’amore si esprime in quello sguardo che contempla l’altro come un fine in sé stesso, quand’anche sia malato, vecchio o privo di attrattive sensibili”. (AL 127)

Preghiamo insieme:

Vieni Signore Gesù e rivestici ogni giorno di te come nel giorno del nostro battesimo, per essere nel mondo luce per tutti coloro che oggi incontreremo sul nostro cammino. Amen

Impiego

Ogni componente della famiglia alla fine del pasto esprime una preghiera di ringraziamento per i doni ricevuti (“per cosa ringraziamo questa oggi\stasera?”).

Segno in casa

I genitori e i figli sono invitati a cercare insieme la veste battesimale ricevuta nel giorno del battesimo o a rivedere insieme l’album delle foto del battesimo.

PREGHIERA ATTORNO ALLA MENSA DI FAMIGLIA

Signore, tu sei la Via, la Verità e la Vita.

*Apri il nostro cuore alla tua Parola,
perché l'uomo non vive di solo pane.*

*La luce della tua Trasfigurazione
ci aiuti a riconoscerti
come nostro Signore e Salvatore. Amen*

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

T. Amen.

La grazia e l'amore misericordioso di Dio, sia con tutti noi!

† *Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 2, 13-25)*

Si avvicinava la Pasqua dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme. Trovò nel tempio gente che vendeva buoi, pecore e colombe e, là seduti, i cambiamonete. Allora fece una frusta di cordicelle e scacciò tutti fuori del tempio, con le pecore e i buoi; gettò a terra il denaro dei cambiamonete e ne rovesciò i banchi, e ai venditori di colombe disse: «Portate via di qui queste cose e non fate della casa del Padre mio un mercato!». I suoi discepoli si ricordarono che sta scritto: «Lo zelo per la tua casa mi divorerà». Allora i Giudei presero la parola e gli dissero: «Quale segno ci mostri per fare queste cose?». Rispose loro Gesù: «Distruggete questo tempio e in tre giorni lo farò risorgere». Gli dissero allora i Giudei: «Questo tempio è stato costruito in quarantasei anni e tu in tre giorni lo farai risorgere?».

Ma egli parlava del tempio del suo corpo. Quando poi fu risuscitato dai morti, i suoi discepoli si ricordarono che aveva detto questo, e credettero alla Scrittura e alla parola detta da Gesù. Mentre era a Gerusalemme per la Pasqua, durante la festa, molti, vedendo i segni che egli compiva, credettero nel suo nome. Ma lui, Gesù, non si fidava di loro, perché conosceva tutti e non aveva bisogno che alcuno desse testimonianza sull'uomo. Egli infatti conosceva quello che c'è nell'uomo.

■ Per riflettere

Di fronte a Gesù che scaccia i mercanti dal tempio, due sono le reazioni. I discepoli esprimono la reazione del credente che si interroga su cosa il Signore voglia dire attraverso ciò che sta accadendo. Gesù è consumato dall'amore verso il Padre e questo dovrebbe accadere anche in noi. Diverso l'atteggiamento dei giudei il cui comportamento si radica nella nostra umanità: quale segno ci mostri Dio per convincerci della tua presenza?

La nostra sapienza e la nostra scienza ha purtroppo bisogno di segni di concretezza e il ragionamento non sempre ci conduce alla certezza. Oggi sono molteplici e virali i segni capaci di plasmare e snaturare la nostra civiltà. Dio non può essere presente nel *“tempio del mondo”* quando esso non è più il luogo dell'incontro, la *“tenda del convegno e dell'alleanza”*, ma è *“civiltà paradossalmente ferita dall'anonimato”* (EG 169) e dall'indifferenza.

Per ricostruire le condizioni affinché Dio risieda nuovamente in noi, occorre ripristinare quei segni capaci di riportare l'uomo a porsi delle domande, a interrogarsi e aprire il cuore, segni che sono inefficaci per chi non è nella giusta disposizione della conversione.

Chiedere a Dio occhi e orecchi per vedere i suoi segni è condizione indispensabile in quanto la fede senza le opere è morta in se stessa (Gc 2,17).

■ Da *Evangelii Gaudium*

“In una civiltà paradossalmente ferita dall'anonimato e, al tempo stesso, ossessionata per i dettagli della vita degli altri, spudoratamente malata di curiosità morbosa, la Chiesa ha bisogno di uno sguardo di vicinanza per contemplare, commuoversi e fermarsi davanti all'altro tutte le

volte che sia necessario. In questo mondo i ministri ordinati e gli altri operatori pastorali possono rendere presente la fragranza della presenza vicina di Gesù ed il suo sguardo personale. La Chiesa dovrà iniziare i suoi membri sacerdoti, religiosi e laici a questa ‘arte dell’accompagnamento’, perché tutti imparino sempre a togliersi i sandali davanti alla terra sacra dell’altro (Es 3,5). Dobbiamo dare al nostro cammino il ritmo salutare della prossimità, con uno sguardo rispettoso e pieno di compassione ma che nel medesimo tempo sani, liberi e incoraggi a maturare nella vita cristiana”. (EG 169)

Un traccia da vivere in famiglia

Avere uno sguardo nuovo è... Accompagnare

“Si rende indispensabile accompagnare gli sposi nei primi anni di vita matrimoniale per arricchire e approfondire la decisione consapevole e libera di appartenersi e di amarsi sino alla fine” (Amoris Laetitia n.217)

In coppia si apprende e sperimenta l’arte dell’accompagnamento, si impara a stare “a lato” dell’altro senza invaderne gli spazi. Si impara che l’altro è sempre una terra straniera nonostante lo conosciamo da tanti anni, che l’altro va rispettato nei suoi tempi, nelle sue idee. Questo ci permette di essere prossimi lasciando l’altro libero di accoglierci e di farsi accompagnare, di farsi “guidare” nei momenti tristi e bui che in alcuni momenti oscurano il nostro cammino. Solo nella relazione con l’altro possiamo sperimentare la presenza viva e vivificante di Cristo nella nostra vita che ci parla, sostiene e ama attraverso colui che ci ha posto come compagno di viaggio, anche se fosse per poche centinaia di metri.

Preghiamo insieme:

Signore, donaci la forza di stare in piedi nelle difficoltà che la vita ci riserva; dacci la capacità di essere testimoni nei drammi delle nostre esistenze; fa’ che affidandoci a Te possiamo trovare spiragli di luce nei momenti bui; aumenta in noi il desiderio di Te! La tua vicinanza ci rafforza nella fede, nella preghiera; ci fa sentire più sicuri, più sereni con Te accanto. Ci abilita, così, a farci prossimo, nell’accoglienza e nella condivisione, al fratello e alla sorella che ci sta accanto, che incontriamo nella nostra quotidianità. Amen

Impiego

In questa settimana, prestiamo attenzione alle parole, alle scelte, ai gesti che compiamo ogni giorno per verificare che tipo di accompagnamento e vicinanza abbiamo con chi ci è vicino

Segno in casa

Accendi una candela nella preghiera che precede il pranzo.

PREGHIERA ATTORNO ALLA MENSA DI FAMIGLIA

Signore, che ci hai ricondotti al Padre buono e misericordioso, attiraci a te, non lasciare che siamo affascinati dal male. Aprici ai bisogni dei fratelli e liberaci dalle chiusure del nostro egoismo.

Benedici noi e questa nostra mensa, perché ci rallegriamo sempre per i doni della tua Provvidenza. Amen

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

T. Amen.

La grazia e l'amore misericordioso di Dio, sia con tutti noi!

† *Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 3, 14-21)*

In quel tempo, Gesù disse a Nicodemo: «Come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell'uomo, perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna.

Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna. Dio, infatti, non ha mandato il Figlio nel mondo per condannare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui. Chi crede in lui non è condannato; ma chi non crede è già stato condannato, perché non ha creduto nel nome dell'unigenito Figlio di Dio.

E il giudizio è questo: la luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno amato più le tenebre che la luce, perché le loro opere erano malvagie. Chiunque infatti fa il male, odia la luce, e non viene alla luce perché le sue opere non vengano riprovate. Invece chi fa la verità viene verso la luce, perché appaia chiaramente che le sue opere sono state fatte in Dio»

■ **Per riflettere**

La presenza viva e vivificante di Gesù, non è semplicemente un evento che entra puntuale nella storia; è piuttosto un farsi storia dello Spirito Santo giorno per giorno. Un farsi storia nella realtà che ci circonda, nelle nostre parole, nei nostri gesti, nei nostri peccati e nei nostri atti di eroismo. La luce è venuta nel mondo, come ci annuncia in modo dirompente Giovanni, e da quell'istante, instancabile, essa rimbalza dà luogo a luogo, da cuore a cuore, rendendo vivi i colori della vita, scaldando il gelo annidato nelle sofferenze e nei peccati dell'umanità, riaccendendo il desiderio là dove il grigiore della noia rischia di spegnerlo.

L'invito che ci regaliamo in questa settimana è guardare oltre il confine della nostra vita, della nostra preghiera, delle nostre liturgie, delle nostre opere di apostolato, in cerca di quella stessa luce di Cristo.

Vivi le tue giornate con la convinzione che chi ti è accanto, ciò che incontri nel tuo andare è già opera della Grazia. Vivi gli incontri che farai ascoltando quello che il tuo prossimo, che pensi ateo e non cristiano, ha da dirti per conto di Gesù; lasciati abbagliare dalla luce discreta che luoghi e persone apparentemente lontane hanno da riflettere nella tua esistenza.

■ **Da *Evangelii Gaudium***

La fede significa anche credere in Lui, credere che veramente ci ama, che è vivo, che è capace di intervenire misteriosamente, che non ci abbandona, che trae il bene dal male con la sua potenza e con la sua infinita creatività. Significa credere che Egli avanza vittorioso nella storia insieme con "quelli che stanno con lui...i chiamati, gli eletti, i fedeli" (Ap 17,14).

Crediamo al Vangelo che dice che il Regno di Dio è già presente nel mondo, e si sta sviluppando qui e là, in diversi modi: come il piccolo seme che può arrivare a trasformarsi in una grande pianta (Mt 13,31-32), come una manciata di lievito, che fermenta una grande massa (cfr Mt

13,33) e come il buon seme che cresce in mezzo alla zizzania (cfr Mt 13,24-30), e ci può sempre sorprendere in modo gradito. È presente, viene di nuovo, combatte per fiorire nuovamente. La risurrezione di Cristo produce in ogni luogo germi di questo mondo nuovo; e anche se vengono tagliati, ritornano a spuntare, perché la risurrezione del Signore ha già penetrato la trama nascosta di questa storia, perché Gesù non è risuscitato invano. Non rimaniamo al margine di questo cammino della speranza viva!”. (EG 278)

Un traccia da vivere in famiglia

Avere uno sguardo nuovo è... Presenza

“La presenza del Signore abita nella famiglia reale e concreta, con tutte le sue sofferenze, lotte, gioie e i suoi propositi quotidiani”
(Amoris Laetitia n.315)

Nella relazione di coppia, si sperimenta il già e non ancora del Regno di Dio, la relazione è il luogo in cui la fede si concretizza nella quotidianità, se “*Crediamo al Vangelo che dice che il Regno di Dio è già presente nel mondo, e si sta sviluppando qui e là, in diversi modi*” (EG278). La coppia vive una sua spiritualità che ha tempi e modi propri del matrimonio, che non sono sempre uguali e ripetitivi ma che obbligatoriamente cambiano con il cambiare della famiglia nelle sue varie stagioni di vita.

Preghiamo insieme:

Signore dell'universo fa' che l'amore che ci unisce attinga sempre da te parole, gesti, sguardi e non li cerchi altrove. Tieni nella tua mano ogni nostro pensiero.

Spalanca il nostro cuore ad accoglierti sempre come il Padre affidabile che sa rendere ben salda la nostra casa. Amen

Impiego

Affrontare apertamente e senza preconcetti una piccola questione spinosa, o un argomento del quale fatichiamo a parlare. Guardarsi negli occhi per un minuto.

Segno in casa

Creare una decorazione da appendere alla finestra, segno dello sguardo della famiglia verso il mondo

PREGHIERA ATTORNO ALLA MENSA DI FAMIGLIA

*Sii benedetto, Signore, per questo spazio di conversione
nei giorni di questo tempo di Quaresima.*

*Tu, paziente e misericordioso, attendi sempre che torniamo a te
e continui a benedirci con i tuoi doni:*

fa' che i nostri cuori si aprano agli inviti del tuo Amore.

*Benedici, Signore, i tuoi figli qui riuniti
nella gioia di questa Domenica. Amen.*

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

T. Amen.

La grazia e l'amore misericordioso di Dio, sia con tutti noi!

† *Dal Vangelo secondo Giovanni* (Mt 1, 16-18/21-24)

Giacobbe generò Giuseppe, lo sposo di Maria, dalla quale è nato Gesù, chiamato Cristo. Così fu generato Gesù Cristo: sua madre Maria, essendo promessa sposa di Giuseppe, prima che andassero a vivere insieme si trovò incinta per opera dello Spirito Santo. Giuseppe suo sposo, poiché era uomo giusto e non voleva accusarla pubblicamente, pensò di ripudiarla in segreto. Mentre però stava considerando queste cose, ecco, gli apparve in sogno un angelo del Signore e gli disse: «Giuseppe, figlio di Davide, non temere di prendere con te Maria, tua sposa. Infatti il bambino che è generato in lei viene dallo Spirito Santo; ella darà alla luce un figlio e tu lo chiamerai Gesù: egli infatti salverà il suo popolo dai suoi peccati». Quando si destò dal sonno, Giuseppe fece come gli aveva ordinato l'angelo del Signore e prese con sé la sua sposa; senza che egli la conoscesse, ella diede alla luce un figlio ed egli lo chiamò Gesù.

✚ Per riflettere

Oggi la Chiesa celebra la solennità di San Giuseppe, sposo di Maria. È come una parentesi nell'austerità della quaresima. Ma nella gioia di questa festa, nulla ci impedisce di poter continuare sulla via della conversione, propria dei giorni della Quaresima. Giuseppe è colui che, alzando lo sguardo, si sforza di adattarsi al piano di Dio. E Giuseppe è anche colui che, guardando gli altri, cerca sempre di interpretare in modo buono tutte le loro azioni per salvaguardare il loro buon nome. È in questi due aspetti positivi che san Giuseppe ci appare nel vangelo di oggi. Su ognuno di noi Dio ha un piano d'amore, perché «Dio è amore» (1Gv 4,8). Ma le difficoltà della nostra vita a volte significano che non sappiamo scoprirlo. E perciò spesso ci lamentiamo e rifiutiamo la croce che il Signore ci dà.

La Quaresima è una buona opportunità per scoprire ciò che Dio si aspetta da noi e dalle nostre famiglie per rafforzare il nostro desiderio di realizzarlo.

È anche l'ideale dell'amore coniugale e familiare incarnato da Gesù, Maria e Giuseppe e sottolineato nell'Esortazione apostolica a cinque anni dalla promulgazione, per cui Papa Francesco proprio in questo giorno ha deciso di aprire l'anno della Famiglia, sarà un anno di riflessione oltre che sulla figura di San Giuseppe anche e soprattutto sull'esortazione apostolica "Amoris Laetitia" e sarà un'opportunità per approfondire i contenuti del documento.

✚ Da *Amoris Laetitia*

La presenza del Signore abita nella famiglia reale e concreta, con tutte le sue sofferenze, lotte, gioie e i suoi propositi quotidiani. Quando si vive in famiglia, lì è difficile fingere e mentire, non possiamo mostrare una maschera. Se l'amore anima questa autenticità, il Signore vi regna con la sua gioia e la sua pace. La spiritualità dell'amore familiare è fatta di migliaia di gesti reali e concreti. In questa varietà di doni e di incontri che fanno maturare la comunione, Dio ha la

propria dimora. Questa dedizione unisce «valori umani e divini», perché è piena dell'amore di Dio. In definitiva, la spiritualità matrimoniale è una spiritualità del vincolo abitato dall'amore divino. (A.L. 315)

Preghiamo insieme:

*San Giuseppe, eletto da Dio per essere lo sposo purissimo di Maria e il padre putativo di Gesù,
Tu che fosti il fedele custode della sacra famiglia, benedici e proteggi la nostra famiglia e tutte
le famiglie cristiane.*

*Tu che hai sperimentato nella vita la prova, la fatica e la stanchezza, aiutaci a liberaci
dall'epidemia che ci sta colpendo affinché possiamo ritornare sereni alle nostre consuete
occupazioni e lodarti e ringraziarti con cuore rinnovato. Amen*

Impiego

Interroghiamoci, alla luce della esortazione apostolica Amoris Laetitia, sulla nostra spiritualità coniugale e familiare, quali gesti reali e concreti esprimiamo il nostro amore familiare

PREGHIERA ATTORNO ALLA MENSA DI FAMIGLIA

*Ti ringraziamo o Padre,
per il cibo che ci hai dato
anche in questo giorno*

*Benedici questo pane posto sulla nostra mensa
e dona pace alla nostra famiglia
e a tutte le famiglie del mondo.*

Sii benedetto nei secoli dei secoli. Amen

21 marzo 2021

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.

T. Amen.

La grazia e l'amore misericordioso di Dio, sia con tutti noi!

† *Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 12, 20-23)*

In quel tempo, tra quelli che erano saliti per il culto durante la festa c'erano anche alcuni Greci. Questi si avvicinarono a Filippo, che era di Betsàida di Galilea, e gli domandarono: «Signore, vogliamo vedere Gesù». Filippo andò a dirlo ad Andrea, e poi Andrea e Filippo andarono a dirlo a Gesù. Gesù rispose loro: «È venuta l'ora che il Figlio dell'uomo sia glorificato. In verità, in verità io vi dico: se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto.

Chi ama la propria vita, la perde e chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna. Se uno mi vuole servire, mi segua, e dove sono io, là sarà anche il mio servitore. Se uno serve me, il Padre lo onorerà. Adesso l'anima mia è turbata; che cosa dirò? Padre, salvami da quest'ora? Ma proprio per questo sono giunto a quest'ora! Padre, glorifica il tuo nome». Venne allora una voce dal cielo: «L'ho glorificato e lo glorificherò ancora!». La folla, che era presente e aveva udito, diceva che era stato un tuono. Altri dicevano: «Un angelo gli ha parlato». Disse Gesù: «Questa voce non è venuta per me, ma per voi. Ora è il giudizio di questo mondo; ora il principe di questo mondo sarà gettato fuori. E io, quando sarò innalzato da terra, attirerò tutti a me». Diceva questo per indicare di quale morte doveva morire.

■ Per riflettere

Per credere in Gesù è necessario vedere Gesù... e per vedere veramente Gesù dobbiamo riconoscere con umiltà la grandezza del nostro peccato, perché solo i peccatori, perdonati da quel Gesù che dalla croce ci abbraccia, capiscono veramente il significato della Pasqua come in una visione faccia a faccia. E' necessario quindi un incontro in profondità, oltre le apparenze, qualcosa di più di una conoscenza di Lui "per sentito dire". Molto spesso siamo convinti di aver visto Gesù, ma la realtà è che ci siamo fermati in superficie e guardiamo il Crocifisso senza coglierne il messaggio, senza essere veramente "toccati" da un amore che non è di questo mondo. Proviamo allora a ripetere ogni giorno la preghiera dei Greci: "Vogliamo vedere Gesù" ...come se non lo avessimo mai visto, come se fosse la prima volta... anche perché, a dire il vero, non finiremo mai di conoscere Gesù. E se in alcuni momenti ci prende la sindrome di "ormai so tutto" ...è il caso di darci una ridimensionata. Dio ha donato tutto se stesso per liberarci dalla morte eterna, ma se noi ci ostiniamo a non voler vedere i nostri peccati, perché troppo impegnati a vedere quelli degli altri, il nostro cuore diventerà così duro da non riuscire a vedere veramente Gesù, o almeno lo vedremo come a noi fa più comodo. Perché non riusciamo a riconoscere la Sua voce? Forse perché la vita a cui aspiriamo è tutta rose e fiori... comoda, senza problemi economici o di salute, ma soprattutto una vita senza regole. Vogliamo insomma amare Gesù e il mondo. Ma con Lui, bisogna fare una scelta e non essere neutrali: o Lui o il mondo. Chiediamo al buon Dio di rafforzare la nostra fede, in modo da avere ogni giorno il desiderio di Lui, di avere ogni giorno la curiosità di conoscerlo sempre più in profondità, di dire ogni giorno "voglio vedere Gesù!"

Da Evangelii Gaudium

L’Ideale cristiano inviterà sempre a superare il sospetto, la sfiducia permanente, la paura di essere invasi, gli atteggiamenti difensivi che il mondo attuale ci impone. Molti tentano di fuggire dagli altri verso un comodo privato, o verso il circolo ristretto dei più intimi, e rinunciano al realismo della dimensione sociale del Vangelo. Perché, così come alcuni vorrebbero un Cristo puramente spirituale, senza carne e senza croce, si pretendono anche relazioni interpersonali solo mediate da apparecchi sofisticati, da schermi e sistemi che si possano accendere e spegnere a comando. Nel frattempo, il Vangelo ci invita sempre a correre il rischio dell’incontro con il volto dell’altro, con la sua presenza fisica che interpella, col suo dolore e le sue richieste, con la sua gioia contagiosa in un costante corpo a corpo. L’autentica fede nel Figlio di Dio fatto carne è inseparabile dal dono di sé, dall’appartenenza alla comunità, dal servizio, dalla riconciliazione con la carne degli altri. Il Figlio di Dio, nella sua incarnazione, ci ha invitato alla rivoluzione della tenerezza”. (EG 88)

Un traccia da vivere in famiglia

Avere uno sguardo nuovo è ... Uscire

“L’amore dà sempre vita.

Per questo, l’amore coniugale non si esaurisce all’interno della coppia.”

(Amoris Laetitia n.165)

L’amore, se autentico, è fecondo e ci rende capaci di testimonianza anche senza fare nulla di speciale. Sono le stesse caratteristiche dell’amore che dicono al mondo che Cristo ama tutti e fa sì che diventiamo coraggiosi di uscire dalle nostre comodità, dalle nostre certezze per diventare “scomodi” annunciatori della verità, capaci di andare controcorrente per ricordare al mondo che c’è più gioia nel dare che nel ricevere, che la vita va vissuta fino in fondo e che solo attraverso la complessità delle piccole e grandi croci quotidiane possiamo sperimentare la vera Gioia della Risurrezione!

Preghiamo insieme:

Signore, donaci la forza di posare a terra le nostre pietre con cui ogni giorno ti allontaniamo. Fa che i nostri occhi siano capaci di vedere le tue meraviglie. Rendi il nostro cuore non più ostile, ma desideroso di poterti incontrare. Non più chiuso, ma aperto alla Tua novità! Amen

Impiego

Questa settimana cerchiamo di lasciare una cosa o un’idea o un’abitudine a cui siamo molto legati, ma che vediamo costituisce ostacolo alle nostre relazioni positive con gli altri.

Segno in casa

Sulla tavola della domenica collichiamo accanto al pane una piccola ciotola con chicchi di grano

PREGHIERA ATTORNO ALLA MENSA DI FAMIGLIA

Signore Dio nostro, che effondi lo Spirito di Gesù per fare di noi un popolo rinnovato con il perdono dei peccati: sii con noi in questo nostro pasto e fa’ che la lode salga a te dai nostri cuori in Cristo, tuo Figlio e nostro Signore. Amen