



Comunità Parrocchiale Santa Marina Vergine  
Duomo di Polistena

*Quaresima 2021*



Un cammino di **conversione**  
e di **condivisione** per riscoprirci

*Fratelli tutti*

## Sorelle e fratelli carissimi,

giunge provvidenziale, in questa perdurante situazione di pandemia, il tempo liturgico della Quaresima, con il suo invito alla conversione.

Una conversione che quest'anno vogliamo vivere iniettando, per così dire, nella nostra vita un vaccino speciale: quello della fraternità.

In un mondo in cui "tutto è connesso" ed in cui ci troviamo "tutti sulla stessa barca", siamo chiamati a prenderci responsabilmente cura gli uni degli altri, soprattutto di quanti stentano a camminare e che la società considera un peso.

La Quaresima, con le "pratiche di sempre" che la Chiesa ci indica è allora il "tempo favorevole" per incamminarci sulla strada della fraternità, che parte e ci porta, nello stesso tempo, a quella vita più forte della morte che celebreremo nella Pasqua del Signore.

Il sussidio che anche quest'anno viene offerto, è uno strumento per aiutare ogni famiglia a vivere il cammino quaresimale e a diventare sempre più chiesa domestica.

Già negli anni precedenti, e soprattutto durante il lockdown, ci siamo resi conto di quanto sia bello e arricchente per una famiglia mettersi insieme ad ascoltare la Parola di Dio e a pregare.

Nell'invitarvi caldamente ad utilizzarlo, auguro ad ogni famiglia un operoso cammino quaresimale, accompagnato dal Signore Gesù, che ci ama e continua a dare la vita per noi, perché possiamo impegnarci, a nostra volta, a dare la vita per Lui e per i nostri fratelli.

In quest'anno dedicato a San Giuseppe, vogliamo invocare su tutti noi il suo patrocinio di "padre nell'accoglienza".

## Buona Quaresima a tutti, già pregustando la gioia della Pasqua!

*Polistena, Mercoledì delle Ceneri 2021*

*Don Pino*

### Pregare in Famiglia col Vangelo

Il sussidio, pensato per la famiglia, propone di creare un angolo per la preghiera con il Vangelo e una candela che accenderemo all'inizio della preghiera: ogni settimana - seguendo il sussidio - si legge e commenta il Vangelo della domenica.

Per dare valore al momento del pasto, a TV spenta, raccontiamo la nostra giornata e facciamo diventare questo momento un'occasione di gioia e di condivisione. Impariamo ad apprezzare ciò che abbiamo, a non sprecare il cibo, insegniamo ai nostri figli a ringraziare Dio ogni giorno per ciò che portiamo in tavola.

*In copertina: Safet Zec, Mani per il pane - particolare (2010) - Tempera e collage su carta e tela.*

Nel dipinto le braccia e mani disperate sono tese fino allo spasimo verso il pane per chiedere aiuto, giustizia, libertà, misericordia. L'autore ha vissuto in prima persona il dramma dello sradicamento e dell'esilio. Fuggito dalla sua Bosnia travolta negli anni Novanta da una guerra fratricida, ha trovato rifugio con la famiglia in Italia, diventata una seconda patria. Risiede a Venezia, dove vive e opera. Il pane del lavoro, della condivisione, pane della convivialità e della fatica, alimento quotidiano e semplice. È attorno al pane che ci riscopriamo fratelli, umanità che vive, fatica, spera, gioisce. Queste mani che si protendono possono dire la fame, l'attesa di giustizia, di liberazione e di riscatto. Possono essere le nostre mani che si aprono alla condivisione e alla conversione, per una nuova fraternità.

# MESSAGGIO DI PAPA FRANCESCO PER LA QUARESIMA 2021

“Ecco, noi saliamo a Gerusalemme...”

(Mt 20, 18)

## Quaresima: tempo per rinnovare fede, speranza e carità

### **Cari fratelli e sorelle,**

annunciando ai suoi discepoli la sua passione, morte e risurrezione, a compimento della volontà del Padre, Gesù svela loro il senso profondo della sua missione e li chiama ad associarsi ad essa, per la salvezza del mondo.

Nel percorrere il cammino quaresimale, che ci conduce verso le celebrazioni pasquali, ricordiamo Colui che «umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e a una morte di croce» (*Fil 2,8*). In questo tempo di conversione rinnoviamo la nostra fede, attingiamo l’“acqua viva” della speranza e riceviamo a cuore aperto l’amore di Dio che ci trasforma in fratelli e sorelle in Cristo. Nella notte di Pasqua rinnoviamo le promesse del nostro Battesimo, per rinascere uomini e donne nuovi, grazie all’opera dello Spirito Santo. Ma già l’itinerario della Quaresima, come l’intero cammino cristiano, sta tutto sotto la luce della Risurrezione, che anima i sentimenti, gli atteggiamenti e le scelte di chi vuole seguire Cristo.

Il digiuno, la preghiera e l’elemosina, come vengono presentati da Gesù nella sua predicazione (*cf. Mt 6,1-18*), sono le condizioni e l’espressione della nostra conversione. La via della povertà e della privazione (il digiuno), lo sguardo e i gesti d’amore per l’uomo ferito (l’elemosina) e il dialogo filiale con il Padre (la preghiera) ci permettono di incarnare una fede sincera, una speranza viva e una carità operosa.

### **1. La fede ci chiama ad accogliere la Verità e a diventarne testimoni, davanti a Dio e davanti a tutti i nostri fratelli e sorelle.**

In questo tempo di Quaresima, accogliere e vivere la Verità manifestatasi in Cristo significa prima di tutto lasciarci raggiungere dalla Parola di Dio, che ci viene trasmessa, di generazione in generazione, dalla Chiesa. Questa Verità non è una costruzione dell’intelletto, riservata a poche menti elette, superiori o distinte, ma è un messaggio che riceviamo e possiamo comprendere grazie all’intelligenza del cuore, aperto alla grandezza di Dio che ci ama prima che noi stessi ne prendiamo coscienza. Questa Verità è Cristo stesso, che assumendo fino in fondo la nostra umanità si è fatto Via – esigente ma aperta a tutti – che conduce alla pienezza della Vita.

Il digiuno vissuto come esperienza di privazione porta quanti lo vivono in semplicità di cuore a riscoprire il dono di Dio e a comprendere la nostra realtà di creature a sua immagine e somiglianza, che in Lui trovano compimento. Facendo esperienza di una povertà accettata, chi digiuna si fa povero con i poveri e “accumula” la ricchezza dell’amore ricevuto e condiviso. Così inteso e praticato, il digiuno aiuta ad amare Dio e il prossimo in quanto, come insegna San Tommaso d’Aquino, l’amore è un movimento che pone l’attenzione sull’altro considerandolo come un’unica cosa con sé stessi (*cf. Enc. Fratelli tutti, 93*). La Quaresima è un tempo per credere, ovvero per ricevere Dio nella nostra vita e consentirgli di “prendere dimora” presso di noi (*cf. Gv 14,23*). Digiunare vuol dire liberare la nostra esistenza da quanto la ingombra, anche dalla saturazione di informazioni – vere o false – e prodotti di consumo, per aprire le porte del nostro cuore a Colui che viene a noi povero di tutto, ma «pieno di grazia e di verità» (*Gv 1,14*): il Figlio del Dio Salvatore.

### **2. La speranza come “acqua viva” che ci consente di continuare il nostro cammino.**

La samaritana, alla quale Gesù chiede da bere presso il pozzo, non comprende quando Lui le dice che potrebbe offrirle un’“acqua viva” (*Gv 4,10*). All’inizio lei pensa naturalmente all’acqua materiale, Gesù invece intende lo Spirito Santo, quello che Lui darà in abbondanza nel Mistero pasquale e che infonde in noi la speranza che non delude. Già nell’annunciare la sua passione e morte Gesù annuncia la speranza, quando dice: «e il terzo giorno risorgerà» (*Mt 20,19*). Gesù ci parla del futuro spalancato dalla misericordia del Padre. Sperare con Lui e grazie a Lui vuol dire credere che la storia non si chiude sui

nostri errori, sulle nostre violenze e ingiustizie e sul peccato che crocifigge l'Amore. Significa attingere dal suo Cuore aperto il perdono del Padre.

Nell'attuale contesto di preoccupazione in cui viviamo e in cui tutto sembra fragile e incerto, parlare di speranza potrebbe sembrare una provocazione. Il tempo di Quaresima è fatto per sperare, per tornare a rivolgere lo sguardo alla pazienza di Dio, che continua a prendersi cura della sua Creazione, mentre noi l'abbiamo spesso maltrattata (cfr *Enc. Laudato si'*, 32-33.43-44). È speranza nella riconciliazione, alla quale ci esorta con passione San Paolo: «Lasciatevi riconciliare con Dio» (2 Cor 5,20). Ricevendo il perdono, nel Sacramento che è al cuore del nostro processo di conversione, diventiamo a nostra volta diffusori del perdono: avendolo noi stessi ricevuto, possiamo offrirlo attraverso la capacità di vivere un dialogo premuroso e adottando un comportamento che conforta chi è ferito. Il perdono di Dio, anche attraverso le nostre parole e i nostri gesti, permette di vivere una Pasqua di fraternità.

Nella Quaresima, stiamo più attenti a «dire parole di incoraggiamento, che confortano, che danno forza, che consolano, che stimolano, invece di parole che umiliano, che rattristano, che irritano, che disprezzano» (*Enc. Fratelli tutti [FT]*, 223). A volte, per dare speranza, basta essere «una persona gentile, che mette da parte le sue preoccupazioni e le sue urgenze per prestare attenzione, per regalare un sorriso, per dire una parola di stimolo, per rendere possibile uno spazio di ascolto in mezzo a tanta indifferenza» (*ibid.*, 224).

Nel raccoglimento e nella preghiera silenziosa, la speranza ci viene donata come ispirazione e luce interiore, che illumina sfide e scelte della nostra missione: ecco perché è fondamentale raccogliersi per pregare (cfr *Mt 6,6*) e incontrare, nel segreto, il Padre della tenerezza.

Vivere una Quaresima con speranza vuol dire sentire di essere, in Gesù Cristo, testimoni del tempo nuovo, in cui Dio “fa nuove tutte le cose” (cfr *Ap 21,1-6*). Significa ricevere la speranza di Cristo che dà la sua vita sulla croce e che Dio risuscita il terzo giorno, «pronti sempre a rispondere a chiunque [ci] domandi ragione della speranza che è in [noi]» (1Pt 3,15).

### 3. La carità, vissuta sulle orme di Cristo, nell'attenzione e nella compassione verso ciascuno, è la più alta espressione della nostra fede e della nostra speranza.

La carità si rallegra nel veder crescere l'altro. Ecco perché soffre quando l'altro si trova nell'angoscia: solo, malato, senz'altro, disprezzato, nel bisogno... La carità è lo slancio del cuore che ci fa uscire da noi stessi e che genera il vincolo della condivisione e della comunione.

«A partire dall'amore sociale è possibile progredire verso una civiltà dell'amore alla quale tutti possiamo sentirci chiamati. La carità, col suo dinamismo universale, può costruire un mondo nuovo, perché non è un sentimento sterile, bensì il modo migliore di raggiungere strade efficaci di sviluppo per tutti» (*FT*, 183).

La carità è dono che dà senso alla nostra vita e grazie al quale consideriamo chi versa nella privazione quale membro della nostra stessa famiglia, amico, fratello. Il poco, se condiviso con amore, non finisce mai, ma si trasforma in riserva di vita e di felicità. Così avvenne per la farina e l'olio della vedova di Sarepta, che offre la focaccia al profeta Elia (cfr *1 Re 17,7-16*); e per i pani che Gesù benedice, spezza e dà ai discepoli da distribuire alla folla (cfr *Mc 6,30-44*). Così avviene per la nostra elemosina, piccola o grande che sia, offerta con gioia e semplicità.

Vivere una Quaresima di carità vuol dire prendersi cura di chi si trova in condizioni di sofferenza, abbandono o angoscia a causa della pandemia di Covid-19. Nel contesto di grande incertezza sul domani, ricordandoci della parola rivolta da Dio al suo Servo: «Non temere, perché ti ho riscattato» (*Is 43,1*), offriamo con la nostra carità una parola di fiducia, e facciamo sentire all'altro che Dio lo ama come un figlio. «Solo con uno sguardo il cui orizzonte sia trasformato dalla carità, che lo porta a cogliere la dignità dell'altro, i poveri sono riconosciuti e apprezzati nella loro immensa dignità, rispettati nel loro stile proprio e nella loro cultura, e pertanto veramente integrati nella società» (*FT*, 187).

Cari fratelli e sorelle, ogni tappa della vita è un tempo per credere, sperare e amare. Questo appello a vivere la Quaresima come percorso di conversione, preghiera e condivisione dei nostri beni, ci aiuti a rivisitare, nella nostra memoria comunitaria e personale, la fede che viene da Cristo vivo, la speranza animata dal soffio dello Spirito e l'amore la cui fonte inesauribile è il cuore misericordioso del Padre.

Maria, Madre del Salvatore, fedele ai piedi della croce e nel cuore della Chiesa, ci sostenga con la sua premurosa presenza, e la benedizione del Risorto ci accompagni nel cammino verso la luce pasquale.

Franciscus

## PRIMA SETTIMANA

# “Fratelli tutti” - SCEGLIENDO LA VITA

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

**Tutti i sentieri del Signore sono amore e fedeltà.**

dal Sal 24 (25)

Fammi conoscere, Signore, le tue vie, insegnami i tuoi sentieri.

Guidami nella tua fedeltà e istruiscimi, perché sei tu il Dio della mia salvezza.

**Tutti i sentieri del Signore sono amore e fedeltà.**

Ricordati, Signore, della tua misericordia e del tuo amore, che è da sempre.

Ricordati di me nella tua misericordia, per la tua bontà, Signore.

**Tutti i sentieri del Signore sono amore e fedeltà.**

Buono e retto è il Signore, indica ai peccatori la via giusta;

guida i poveri secondo giustizia, insegna ai poveri la sua via.

**Tutti i sentieri del Signore sono amore e fedeltà.**

*Facciamo un attimo di silenzio perché la Parola di Dio possa entrare in noi e illuminare la nostra vita.*



## VANGELO

*Uno degli adulti, o un figlio che ha completato il cammino di iniziazione cristiana, prende in mano il libro, già aperto alla pagina corrispondente e proclama il Vangelo del giorno.*

### Dal Vangelo secondo Marco (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».

## CONDIVISIONE

*Tutti siedono. Con molta semplicità ognuno dice la parola o la frase del testo che sente rivolta a sé e perché; oppure la parola o la frase del testo che hanno attirato la sua attenzione o si sono impressi nella mente durante la proclamazione. Un bambino può anche chiedere agli adulti, che rispondono. Si badi però a non trasformare questo momento in una discussione.*

## ASCOLTIAMO PAPA FRANCESCO

*Si resta seduti. Uno dei presenti propone il testo per la riflessione.*

**Desidero mettere in risalto la solidarietà, che «come virtù morale e atteggiamento sociale, frutto della conversione personale, esige un impegno da parte di una molteplicità di soggetti, che hanno responsabilità di carattere educativo e formativo. Il mio primo pensiero va alle famiglie, chiamate a una missione educativa primaria e imprescindibile. Esse costituiscono il primo luogo in cui si vivono e si trasmettono i valori dell'amore e della fraternità, della convivenza e della condivisione, dell'attenzione e della cura dell'altro. Esse sono anche l'ambito privilegiato per la trasmissione della fede, cominciando da quei primi semplici gesti di devozione che le madri insegnano ai figli. Per quanto riguarda gli educatori e i formatori che, nella scuola o nei diversi centri di aggregazione infantile e giovanile, hanno l'impegnativo compito di educare i bambini e i giovani, sono chiamati ad essere consapevoli che la loro responsabilità riguarda le dimensioni morale, spirituale e sociale della persona. I valori della libertà, del**

rispetto reciproco e della solidarietà possono essere trasmessi fin dalla più tenera età. [...] Anche gli operatori culturali e dei mezzi di comunicazione sociale hanno

responsabilità nel campo dell'educazione e della formazione, specialmente nelle società contemporanee, in cui l'accesso a strumenti di informazione e di comunicazione è sempre più diffuso». (FT 114)

Chi non vive la gratuità fraterna fa della propria esistenza un commercio affannoso, sempre misurando quello che dà e quello che riceve in cambio. Dio, invece, dà gratis, fino al punto che aiuta persino quelli che non sono fedeli, e «fa sorgere il suo sole sui cattivi e sui buoni» (Mt 5,45). Per questo Gesù raccomanda: «Mentre tu fai l'elemosina, non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra, perché la tua elemosina resti nel segreto» (Mt 6,3-4). Abbiamo ricevuto la vita gratis, non abbiamo pagato per essa. Dunque tutti possiamo dare senza

aspettare qualcosa, fare il bene senza pretendere altrettanto dalla persona che aiutiamo. È quello che Gesù diceva ai suoi discepoli: «Gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date» (Mt 10,8). (FT 140)

## RIFLETTIAMO

---

Il Vangelo ci presenta Gesù che spinto dallo Spirito Santo vive la solitudine del deserto dove viene tentato.

Nel testo non sono elencate le tentazioni ma l'evangelista ci dona un grande insegnamento: le tentazioni non vanno evitate ma superate con la forza dello Spirito Santo e il deserto, luogo di sofferenza e di assenza, diventa luogo di rinascita e ascolto.

Ma cosa sono per noi oggi le tentazioni? Non è semplice rispondere, forse possiamo riflettere meglio partendo dalla domanda opposta: cosa ci chiede Dio?

Più volte nei Vangeli leggiamo che Gesù invita i discepoli ad amarsi gli uni gli altri come Lui li ama. Se quindi questo è il più grande comandamento allora la tentazione più grande è quella contro l'amore. L'individualismo e l'indifferenza sono tentazioni silenziose che a poco a poco ci allontanano dall'amore di Dio e dei fratelli.

Papa Francesco ci ha ricordato il compito della famiglia nella trasmissione dei valori dell'amore e della fraternità.

Senza accorgercene anche nella nostra famiglia potrebbe essere sempre in agguato l'individualismo. Anche noi rischiamo di non amarci veramente se chiudiamo gli occhi di fronte ai bisogni dell'altro.

Gesù oggi ci chiede di convertirci, di cambiare, di abbandonare le vecchie abitudini e di tornare ad amare i fratelli come Lui ci ama, a partire proprio dalla nostra famiglia. E se aprire il nostro cuore agli altri può risultare difficile, non dimentichiamo che Gesù cammina con noi.

Viviamo questa Quaresima come un cammino di crescita che dal deserto ci conduce verso la luce della resurrezione!

## IN PREGHIERA

---

*È tempo di affacciarsi alla finestra: l'alba è già spuntata.*

*È tempo di scendere per strada: il giorno è già cominciato.*

*È tempo di lucidare la porta perché il tuo Regno è vicino e presto busserai alla nostra casa.*

*È tempo di spazzare il cuore perché possa recuperare il profumo del paradiso che abbiamo perduto a causa del peccato.*

*È tempo di uscire dalla schiavitù che ci ha rattristato e immiserito e cominciare ad attraversare il deserto per tornare alla nostra terra, dove c'è la sorgente delle nostre origini.*

*Accompagnaci, Signore, durante questo cammino quaresimale perché il nostro piede non si fermi e il cuore non si stanchi. Amen.*

**PADRE NOSTRO....**

## MUOVIAMO I NOSTRI PASSI

---

In questa settimana, non lasciamoci vincere dalla tentazione della divisione ma cerchiamo di costruire maggiore unità all'interno della nostra famiglia e dei luoghi dove normalmente trascorriamo il nostro tempo.

## SECONDA SETTIMANA

# “Fratelli tutti” - IRRADIANDO SPERANZA

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

**Camminerò alla presenza del Signore nella terra dei viventi.**

*dal Sal 115 (116)*

Ho creduto anche quando dicevo: «Sono troppo infelice».

Agli occhi del Signore è preziosa la morte dei suoi fedeli.

**Camminerò alla presenza del Signore nella terra dei viventi.**

Ti prego, Signore, perché sono tuo servo; io sono tuo servo, figlio della tua schiava: tu hai spezzato le mie catene.

A te offrirò un sacrificio di ringraziamento e invocherò il nome del Signore.

**Camminerò alla presenza del Signore nella terra dei viventi.**

Adempirò i miei voti al Signore davanti a tutto il suo popolo, negli atrii della casa del Signore, in mezzo a te, Gerusalemme.

**Camminerò alla presenza del Signore nella terra dei viventi.**

*Facciamo un attimo di silenzio perché la Parola di Dio possa entrare in noi e illuminare la nostra vita.*



### VANGELO

*Uno degli adulti, o un figlio che ha completato il cammino di iniziazione cristiana, prende in mano il libro, già aperto alla pagina corrispondente e proclama il Vangelo del giorno.*

**✠ Dal Vangelo secondo Marco (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: «Rabbì, 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.

### CONDIVISIONE

*Tutti siedono. Con molta semplicità ognuno dice la parola o la frase del testo che sente rivolta a sé e perché; oppure la parola o la frase del testo che hanno attirato la sua attenzione o si sono impressi nella mente durante la proclamazione. Un bambino può anche chiedere agli adulti, che rispondono. Si badi però a non trasformare questo momento in una discussione.*

### ASCOLTIAMO PAPA FRANCESCO

**Desidero dare voce a tanti percorsi di speranza. Dio, infatti, continua a seminare nell'umanità semi di bene. La recente pandemia ci ha permesso di recuperare e apprezzare tanti compagni e compagne**

di viaggio che, nella paura, hanno reagito donando la propria vita. Siamo stati capaci di riconoscere che le nostre vite sono intrecciate e sostenute da persone ordinarie che, senza dubbio, hanno scritto gli avvenimenti decisivi della nostra storia condivisa: medici, infermieri e infermiere, farmacisti, addetti ai supermercati, personale delle pulizie, badanti, trasportatori, uomini e donne che lavorano per fornire servizi essenziali e sicurezza, volontari, sacerdoti, religiose, ... hanno capito che nessuno si salva da solo.

Invito alla speranza, che «ci parla di una realtà che è radicata nel profondo dell'essere umano, indipendentemente dalle circostanze concrete e dai condizionamenti storici in cui vive. Ci parla di una sete, di un'aspirazione, di un anelito di pienezza, di vita realizzata, di un misurarsi con ciò che è grande, con ciò che riempie il cuore ed eleva lo spirito verso cose grandi, come la verità, la bontà e la bellezza, la giustizia e l'amore. [...] La speranza è audace, sa guardare oltre la comodità personale, le piccole sicurezze e compensazioni che restringono l'orizzonte, per aprirsi a grandi ideali che rendono la vita più bella e dignitosa». Camminiamo nella speranza. (FT 54-55)

## RIFLETTIAMO

---

La trasfigurazione è quel momento speciale in cui tre discepoli vivono un momento bellissimo, per poter affrontare lo scandalo che Gesù subirà. È un dono che Gesù offre loro per dividerlo con gli altri. È il salire in disparte con lui e la possibilità di vedere il Maestro in vesti splendide, che a tempo opportuno daranno loro il coraggio di compiere quel passaggio da discepoli ad apostoli.

Quest'esperienza di trasfigurazione non era destinata agli occhi di chiunque. Solo Pietro, Giacomo e Giovanni, cioè i tre discepoli a cui Gesù aveva permesso, in precedenza, di rimanere con lui mentre ridava la vita ad una fanciulla, poterono contemplare lo splendore glorioso di Cristo. Proprio loro stavano per sapere, così, che il Figlio di Dio sarebbe risorto dai morti, proprio loro sarebbero stati scelti, più tardi, per essere con lui al Getsemani.

Anche noi allora abbiamo la possibilità di essere quei privilegiati e di incontrare veramente il Signore nella nostra vita. Ma anche per noi l'incontro non è fine a sé stesso. Siamo chiamati a fidarci della promessa del Signore, a scendere dal monte e a riprendere il cammino per le strade degli uomini, affrontando insieme a loro l'oscurità del Venerdì Santo ed il momento doloroso della Croce. Si tratta allora di capovolgere la nostra vita, riconoscendo non a parole ma con i fatti che le gioie e le speranze, le tristezze e le angosce degli uomini d'oggi, dei poveri soprattutto e di tutti coloro che soffrono, sono pure le gioie e le speranze, le tristezze e le angosce dei discepoli di Cristo (GS 1).

## IN PREGHIERA

---

*Non basta stare sul monte a contemplare la bellezza del tuo volto.*

*Tu vuoi che saliamo i difficili sentieri della vita insieme al tuo Figlio prediletto non tanto per vedere i suoi miracoli, ma per ascoltare la sua Parola.*

*Ascoltare non significa soltanto udire, ma soprattutto accogliere nel cuore il desiderio e la volontà di colui che ci parla.*

*Troppe volte, Signore, la tua Parola resta prigioniera nelle nostre orecchie e non scende a mettere in movimento i sentimenti positivi del cuore.*

*Scuoti, Signore, questo nostro torpore: non permettere che cediamo alla tiepidezza e al compromesso. Rendi decisi i nostri passi sulle vie tracciate dallo Spirito e da semplici ascoltatori facci diventare operatori ed esecutori innamorati della tua Parola. Amen.*

PADRE NOSTRO....

## MUOVIAMO I NOSTRI PASSI

---

Di fronte al dilagare di pessimismo, paura, diffidenza, lamentela ,scegliamo un gesto concreto per portare speranza in uno degli ambienti dove trascorriamo maggiormente le nostre giornate.

## TERZA SETTIMANA

# “Fratelli tutti” - DIVENTANDO PAROLA

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

### **Signore, tu hai parole di vita eterna.**

*dal Sal 18 (19)*

La legge del Signore è perfetta, rinfranca l'anima;  
la testimonianza del Signore è stabile, rende saggio il semplice

### **Signore, tu hai parole di vita eterna.**

I precetti del Signore sono retti, fanno gioire il cuore;  
il comando del Signore è limpido, illumina gli occhi.

### **Signore, tu hai parole di vita eterna.**

Il timore del Signore è puro, rimane per sempre;  
i giudizi del Signore sono fedeli, sono tutti giusti.

### **Signore, tu hai parole di vita eterna.**

Più preziosi dell'oro, di molto oro fino,  
più dolci del miele e di un favo stillante.

### **Signore, tu hai parole di vita eterna.**

*Facciamo un attimo di silenzio perché la Parola di Dio possa entrare in noi e illuminare la nostra vita*



## VANGELO

*Uno degli adulti, o un figlio che ha completato il cammino di iniziazione cristiana, prende in mano il libro, già aperto alla pagina corrispondente e proclama il Vangelo del giorno.*

### **Dal Vangelo secondo Giovanni (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: «Distrugete 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.

## CONDIVISIONE

*Tutti siedono. Con molta semplicità ognuno dice la parola o la frase del testo che sente rivolta a sé e perché; oppure la parola o la frase del testo che hanno attirato la sua attenzione o si sono impressi nella mente durante la proclamazione. Un bambino può anche chiedere agli adulti, che rispondono. Si badi però a non trasformare questo momento in una discussione.*

## ASCOLTIAMO PAPA FRANCESCO

---

La storia del buon samaritano si ripete: risulta sempre più evidente che l'incultura sociale e politica fa di molti luoghi del mondo delle strade desolate, dove le dispute interne e internazionali e i saccheggi di opportunità lasciano tanti emarginati a terra sul bordo della strada. Nella sua parabola, Gesù non presenta vie alternative, come ad esempio: che cosa sarebbe stato di quell'uomo gravemente ferito o di colui che lo ha aiutato se l'ira o la sete di vendetta avessero trovato spazio nei loro cuori? Egli ha fiducia nella parte migliore dello spirito umano e con la parabola la incoraggia affinché aderisca all'amore, recuperi il sofferente e costruisca una società degna di questo nome. (FT 71)

Oggi siamo di fronte alla grande occasione di esprimere il nostro essere fratelli, di essere altri buoni samaritani che prendono su di sé il dolore dei fallimenti, invece di fomentare odi e risentimenti. Come il viandante occasionale della nostra storia, ci vuole solo il desiderio gratuito, puro e semplice di essere popolo, di essere costanti e instancabili nell'impegno di includere, di integrare, di risollevar chi è caduto; anche se tante volte ci troviamo immersi e condannati a ripetere la logica dei violenti, di quanti nutrono ambizioni solo per sé stessi e diffondono la confusione e la menzogna. Che altri continuino a pensare alla politica o all'economia per i loro giochi di potere. Alimentiamo ciò che è buono e mettiamoci al servizio del bene. (FT 77)

## RIFLETTIAMO

---

Se c'è un messaggio comune tra le Dieci Parole e la legge dell'amore incarnata in Gesù, figlio di Dio, è proprio l'invito a non trasformare Dio in un idolo, a non farlo diventare oggetto di mercato. Dio diventa idolo quando diventa un oggetto da possedere, da controllare e da compiacere; un talismano da usare per tutelare personali interessi, per superare senza fatica prove che invece dovremmo affrontare di persona. Dio è oggetto di mercato quando si pretende di comprarlo a forza di preghiere e atti di contrizione. La pretesa cioè di pagare un prezzo che ti assicura di poter guadagnare i favori divini: ecco cosa vuol dire fare della casa di Dio un mercato. Invece si tratta di ascoltare una Parola che ci chiama a vivere la logica dell'amore, si tratta di trasformare noi stessi alla luce di quella Parola divina ascoltata e celebrata, diventando testimoni grazie allo stile della nostra vita. È quell'amore testimoniato dai tanti volontari delle nostre parrocchie che si impegnano nella distribuzione di beni e servizi a chi è nel bisogno, anche a causa della pandemia. È quell'amore che testimonia chi si impegna per la tutela dell'ambiente, per consegnare una casa comune vivibile per chi verrà dopo di noi. Una vita trasformata dalla Parola diventa capace di trasformare il mondo. Che rapporto ho con Dio? Come prego? In che modo? Chi mi incontra potrebbe vedere anche il volto di Dio in me? (d. Matteo Z.)

## IN PREGHIERA

---

Trasforma la tua Chiesa, o Signore: dilata il suo sguardo e sostieni la sua voce perché possa raggiungere tanti uomini e donne e offrire loro il Vangelo. Strappala ai compromessi e rendila povera perché diventi audace.

Trasforma l'esistenza delle nostre famiglie: trovino tempo per te, per ascoltare la tua voce e rispondere ai tuoi appelli. Sappiano restare unite nei tempi difficili, quando si fa più vivo il bisogno di sostenersi a vicenda.  
PADRE NOSTRO....

## MUOVIAMO I NOSTRI PASSI

---

Ci impegniamo ad amare gli altri diminuendo i consumi non indispensabili nella nostra casa (usare solo l'acqua necessaria, spegnere luci inutili, ecc..).

## QUARTA SETTIMANA

# “Fratelli tutti” - CREDENDO NEL DONO

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

**Rit. Il ricordo di te, Signore, è la nostra gioia.**

*dal Sal 136 (137)*

Lungo i fiumi di Babilonia, là sedevamo e piangevamo ricordandoci di Sion.

Ai salici di quella terra appendemmo le nostre cetre. **Rit.**

Perché là ci chiedevano parole di canto coloro che ci avevano deportato, allegre canzoni, i nostri oppressori: «Cantateci canti di Sion!». **Rit.**

Come cantare i canti del Signore in terra straniera?

Se mi dimentico di te, Gerusalemme, si dimentichi di me la mia destra. **Rit.**

Mi si attacchi la lingua al palato se lascio cadere il tuo ricordo, se non innalzo Gerusalemme al di sopra di ogni mia gioia. **Rit.**

*Facciamo un attimo di silenzio perché la Parola di Dio possa entrare in noi e illuminare la nostra vita*



## VANGELO

*Uno degli adulti, o un figlio che ha completato il cammino di iniziazione cristiana, prende in mano il libro, già aperto alla pagina corrispondente e proclama il Vangelo del giorno.*

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

In quel tempo, Gesù disse a Nicodèmo: «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».

## CONDIVISIONE

*Tutti siedono. Con molta semplicità ognuno dice la parola o la frase del testo che sente rivolta a sé e perché; oppure la parola o la frase del testo che hanno attirato la sua attenzione o si sono impressi nella mente durante la proclamazione. Un bambino può anche chiedere agli adulti, che rispondono. Si badi però a non trasformare questo momento in una discussione.*

## ASCOLTIAMO PAPA FRANCESCO

La nostra relazione, se è sana e autentica, ci apre agli altri che ci fanno crescere e ci arricchiscono. Il più nobile senso sociale oggi facilmente rimane annullato dietro intimismi egoistici con l'apparenza di relazioni intense. Invece, l'amore che è autentico, che aiuta a crescere, e le forme più nobili di amicizia abitano cuori che si lasciano completare. Il legame di coppia e di amicizia è orientato ad aprire il cuore attorno a sé, a renderci capaci di uscire da noi stessi fino ad accogliere tutti. I gruppi chiusi e le coppie autoreferenziali, che si costituiscono come un "noi" contrapposto al mondo intero, di solito sono forme idealizzate di egoismo e di mera autoprotezione. (FT 89)

## RIFLETTIAMO

---

Dio ha tanto amato il mondo, versetto centrale del Vangelo di Giovanni, versetto dello stupore che rinasce ogni volta, per queste parole buone come il miele, tonificanti come una camminata in riva al mare, fra spruzzi d'onde e aria buona respirata a pieni polmoni; parole da riassaporare ogni giorno e alle quali aggrapparci forte in tutti i passaggi della vita, in ogni caduta, in ogni notte, in ogni delusione.

Dio ha così tanto amato... e la notte di Nicodemo, e le nostre notti si illuminano. Qui possiamo rinascere. Ogni giorno. Rinascere alla fiducia, alla speranza, alla serena pace, alla voglia di amare, di lavorare e creare, di custodire e coltivare persone e talenti e creature, tutto intero il piccolo giardino che Dio mi ha affidato.

Non solo l'uomo, ma è il mondo che è amato, la terra è amata, e gli animali e le piante e la creazione intera. E se egli ha amato la terra, anch'io la devo amare, con i suoi spazi, i suoi figli, il suo verde, i suoi fiori.. E se Egli ha amato il mondo e la sua bellezza fragile, allora anche tu amerai il creato come te stesso, lo amerai come il prossimo tuo: «mio prossimo è tutto ciò che vive» (Gandhi).

La rivelazione di Gesù è questa: Dio ha considerato il mondo, ogni uomo, questo mio niente cui però ha donato un cuore, più importante di se stesso. Per acquistare me ha perduto se stesso. Follia d'amore.

Dio ha amato: la bellezza di questo verbo al passato, per indicare non una speranza o una attesa, ma una sicurezza, un fatto certo, e il mondo intero ne è intriso: «il nostro guaio è che siamo immersi in un oceano d'amore, e non ce ne rendiamo conto» (G. Vannucci). Tutta la storia biblica inizia con un "sei amato" e termina con un "amerai". (P. Beauchamp). Noi non siamo cristiani perché amiamo Dio. Siamo cristiani perché crediamo che Dio ci ama.

Dio non ha mandato il Figlio per giudicare il mondo, ma perché il mondo sia salvato, perché chi crede abbia la vita. A Dio non interessa istruire processi contro di noi, non dico per condannare o per pareggiare i conti, ma neppure per assolverci. La vita degli amati da Dio non è a misura di tribunale, ma a misura di fioritura e di abbraccio, nel paradigma della pienezza.

Perché il mondo sia salvato: salvare vuol dire conservare, e nulla andrà perduto, non un sospiro, non una lacrima, non un filo d'erba; non va perduta nessuna generosa fatica, nessuna dolorosa pazienza, nessun gesto di cura per quanto piccolo e nascosto: Se potrò impedire a un Cuore di spezzarsi, non avrò vissuto invano. Se potrò alleviare il Dolore di una Vita o lenire una Pena, o aiutare un Pettiroso caduto a rientrare nel suo nido non avrò vissuto invano. (Emily Dickinson).

*(Ermes Ronchi)*

## IN PREGHIERA (davanti alla croce)

---

Volgiamo i nostri occhi verso di te, o Dio:

la tua vita innalzata davanti a noi, risani le nostre ferite.

Quando il morso della paura, della vergogna, della disperazione ci brucia,  
volgiamo i nostri occhi verso di te, o Signore!

Quando il morso della calunnia, della violenza, della sofferenza ci ferisce,  
volgiamo i nostri occhi verso di te, o Signore!

Quando il morso delle illusioni, delle false speranze,  
delle gioie sprecate, ci fa perdere la ragione,  
volgiamo i nostri occhi verso di te, o Signore!

Quando il morso della gelosia, dell'ostinazione, del compromesso ci rende duri,  
volgiamo i nostri occhi verso di te, o Signore!

Volgiamo i nostri occhi verso di te, o Dio:

la tua vita innalzata davanti a noi, risani le nostre ferite.

PADRE NOSTRO....

## MUOVIAMO I NOSTRI PASSI

---

Oggi scelgo e porto con me due passi del Vangelo: il primo per leggere e accompagnare la mia storia vocazionale; il secondo per guidarmi ad agire con amore verso i fratelli che incontro.

## QUINTA SETTIMANA

# “Fratelli tutti” - PORTANDO FRUTTO

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

**Crea in me, o Dio, un cuore puro.**

(dal Sal 50 (51))

Pietà di me, o Dio, nel tuo amore;  
nella tua grande misericordia cancella la mia iniquità.  
Lavami tutto dalla mia colpa, dal mio peccato rendimi puro.

**Crea in me, o Dio, un cuore puro.**

Crea in me, o Dio, un cuore puro, rinnova in me uno spirito saldo.  
Non scacciarmi dalla tua presenza e non privarmi del tuo santo spirito

**Crea in me, o Dio, un cuore puro.**

Rendimi la gioia della tua salvezza, sostienimi con uno spirito generoso.  
Inseguirò ai ribelli le tue vie e i peccatori a te ritorneranno.

**Crea in me, o Dio, un cuore puro.**

*Facciamo un attimo di silenzio perché la Parola di Dio possa entrare in noi e illuminare la nostra vita*



## VANGELO

*Uno degli adulti, o un figlio che ha completato il cammino di iniziazione cristiana, prende in mano il libro, già aperto alla pagina corrispondente e proclama il Vangelo del giorno.*

### Dal Vangelo secondo Giovanni (12,20-33)

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.

## CONDIVISIONE

*Tutti siedono. Con molta semplicità ognuno dice la parola o la frase del testo che sente rivolta a sé e perché; oppure la parola o la frase del testo che hanno attirato la sua attenzione o si sono impressi nella mente durante la proclamazione. Un bambino può anche chiedere agli adulti, che rispondono. Si badi però a non trasformare questo momento in una discussione.*

## ASCOLTIAMO PAPA FRANCESCO

---

Un essere umano è fatto in modo tale che non si realizza, non si sviluppa e non può trovare la propria pienezza «se non attraverso un dono sincero di sé». E ugualmente non giunge a riconoscere a fondo la propria verità se non nell'incontro con gli altri: «Non comunico effettivamente con me stesso se non nella misura in cui comunico con l'altro». Questo spiega perché nessuno può sperimentare il valore della vita senza volti concreti da amare. Qui sta un segreto dell'autentica esistenza umana, perché «la vita sussiste dove c'è legame, comunione, fratellanza; ed è una vita più forte della morte quando è costruita su relazioni vere e legami di fedeltà. Al contrario, non c'è vita dove si ha la pretesa di appartenere solo a sé stessi e di vivere come isole: in questi atteggiamenti prevale la morte». (FT 87)

Dall'intimo di ogni cuore, l'amore crea legami e allarga l'esistenza quando fa uscire la persona da sé stessa verso l'altro. Siamo fatti per l'amore e c'è in ognuno di noi «una specie di legge di "estasi": uscire da se stessi per trovare negli altri un accrescimento di essere». Perciò «in ogni caso l'uomo deve pure decidersi una volta ad uscire d'un balzo da se stesso». (FT 88)

## RIFLETTIAMO

---

“Signore, vogliamo vedere Gesù”: la richiesta esprime il profondo desiderio di ogni uomo e di ogni donna di incontrare il Signore. Coloro che la pongono sono greci, stranieri e pagani simpatizzanti della religione ebraica. La risposta di Gesù è sorprendente, perché parla del suo tragico futuro, dell'evento della croce. Lo illustra con la piccola parabola del chicco di grano: “Se il grano, caduto in terra, non muore...” Gesù sarà il chicco di grano caduto in terra e destinato a marcire e dalla terra sarà innalzato sulla croce e non resterà solo, ma attirerà tutti a sé. Egli sarà come il seme capace di moltiplicare il suo frutto, a dare spighe con grande quantità di chicchi. Forse i greci aspettavano di incontrare un grande filosofo, un saggio disposto a condividere la sua dottrina. Ma la saggezza di Cristo è un'altra: il dono di sé nell'amore, che comunica ed effonde vita. Il dono sincero di sé è la chiave di volta per seguire Gesù, per vivere la fraternità, per distinguere i suoi discepoli, per “trovare la propria pienezza”. Siamo tutti quel piccolo chicco grano, che contiene energie invisibili, che ha un cuore pronto a germinare nell'amore e nel servizio, ma “c'è in ognuno di noi una specie di legge di 'estasi': uscire da se stessi per trovare negli altri un accrescimento di essere” Constatiamo nel nostro cammino spiritale il morire e il germogliare nel dono, come il sole che tramonta la sera e risorge all'alba di un nuovo giorno?

## IN PREGHIERA

---

Seguirti, Signore,  
quando pronunci parole che sanno di eternità, è facile.  
Seguirti quando compi prodigi e miracoli, è entusiasmante.  
Ma seguirti sul Calvario, verso il quale vuoi decisamente andare  
non è per niente facile.  
Eppure, se tu non muori non entri nella luce della Risurrezione;  
se tu non muori non sconfiggi la morte.  
Donaci la forza, Signore,  
di starti vicino anche quando la strada è in salita  
perché possiamo essere con te sulla vetta della montagna  
e guardare insieme a te la bellezza delle cime  
sempre così fresche e pulite. Amen.  
PADRE NOSTRO....

## MUOVIAMO I NOSTRI PASSI

---

“Vogliamo vedere Gesù” e riconoscerlo nel prossimo. Se l'incontro con una persona bisognosa di aiuto ci costa fatica, non dobbiamo scappare, ma diamoci un po' di tempo per ascoltare, per dire una parola di speranza, per dare un segno d'affetto.

# *Pregghiera per il Sinodo diocesano*

---

## **O Trinità Santissima,**

per Te siamo, di Te viviamo, con Te operiamo.  
Inonda di forza e di bene ognuno di noi  
e le nostre comunità  
nel deciso desiderio di una Chiesa rinnovata  
dal Tuo amore misericordioso.



## **Dio, Padre Santo e onnipotente,**

che, con sapienza e provvidenza,  
sempre sostieni ciò che hai creato,  
liberando il tuo popolo da ricorrenti  
e opprimenti schiavitù,  
accompagna, da oggi, con speciale predilezione,  
la nostra Chiesa in Sinodo,  
a scoprirTi nei segni dei tempi,  
interpretarli alla Tua luce sicura  
e coglierli come grazia inestimabile.

**Guidaci, per questo, per una via di eternità.**

## **Cristo Gesù, Figlio del Padre,**

Signore e Maestro della Tua Chiesa insieme radunata,  
infondibile vigorosa spinta alla missione,  
per diventare con l'incedere nel tempo  
testimone credibile e attraente  
della Tua presenza e della Tua opera,  
accogliente, aperta, senza chiusure, né pregiudizi.

**Tu sei la Verità, la Tua parola è verità, consacraci nella verità.**

## **Spirito Santo,**

circolo dell'infinito ed eterno amore con il Padre e il Figlio,  
illumina le profondità del nostro essere,  
convertici alla vita buona del Vangelo  
e, sensibili alle novità della nostra epoca,  
rendici operatori della Tua trasformatrice azione  
e passare nel mondo a lode e gloria del Padre.

**Spirito Paraclito, consacraci nella carità.**

## **Eletta Figlia d'Israele e del genere umano,**

Maria, vergine dell'ascolto, umile ancella e Madre del Signore,  
prova di ferma speranza del cammino della Chiesa  
e Sua immagine,  
aiutaci a perseverare con te nella preghiera,  
a crescere in santità,

condotti per mano verso la Patria del cielo.

**Santa Maria del cammino accompagna ogni giorno il nostro "sinodare".**

**Amen**

✠ Francesco MILITO  
Vescovo

# ...Proposte per il digiuno Quaresimale

## La pratica biblica delle "decime" mettere a disposizione della comunità in cui si vive la decima parte di quanto ciascuno dispone

Questa pratica riproposta dall'Arcivescovo di Milano, Mario Delpini, può essere fatta da tutti, anche dai più piccoli, in riferimento alle parole, al tempo, alle abilità, alle azioni da compiere, alla bellezza che ciascuno può trasmettere con le sue intenzioni buone che diventano opere vere.

«Ogni dieci discorsi che fai dedica al vicino di casa una parola amica». Se sei uno studente o un insegnante, «ogni dieci ore dedicate allo studio, dedica un'ora a chi fa fatica a studiare». Se «sei un ragazzo che ha tempo per praticare sport e divertirsi, ogni dieci ore di gioco, dedica un'ora a chi non può giocare, perché è un ragazzo come te, ma troppo solo, troppo malato». Se «sei un cuoco affermato o una casalinga apprezzata per le tue ricette e per i tuoi dolci, ogni dieci torte preparate per casa tua, dedica una torta a chi non ha nessuno che si ricordi del suo compleanno». «Naturalmente la regola delle decime - osserva l'arcivescovo - potrebbe essere anche molto più impegnativa se si passa ad esempi più consistenti: ogni dieci case che affitti... ogni dieci euro che spendi... ogni dieci viaggi che fai... Ma non trascuriamo le cose minime e quotidiane che possiamo fare subito, mentre ci organizziamo e programiamo per le decisioni più impegnative».

## Il "Pasto del Digiuno"

Calcolare quanto può costare uno dei nostri pasti preferiti; esporre presso la nostra tavola un'immagine del bisogno di molti fratelli per ricordarci l'urgenza della nostra con-

versione; consumare un pasto frugale, per esempio un po' di riso o patate, o anche pane ed acqua. Il pasto avverrà in una grande gioia e nella preghiera, prima e dopo; la traccia di preghiera proposta nel sussidio potrà essere utilizzata in questo momento. Ciò che viene così risparmiato potrà essere messo nel salvadanaio della solidarietà.

## Il "Salta...Cena" (per gli adulti) e/o Il "Salta...Merenda" (per i bambini)

Il Venerdì, si propone agli adulti di saltare completamente la cena, ai bambini di saltare la merenda. Il tempo della merenda e/o della cena dedicarlo alla preghiera partecipando i bambini alla VIA CRUCIS delle 16.30 e gli adulti a quella delle ore 21.00. Quello che si sarebbe speso per acquistare il cibo viene messo nel salvadanaio della solidarietà.

## Il salvadanaio della solidarietà

Usiamo il SALVADANAIO DI QUARESIMA per dare il vero significato del "digiuno cristiano" mettendo quello che abbiamo risparmiato vivendo in modo più sobrio, più economico.

Lo porteremo in Chiesa il Giovedì Santo. Il denaro raccolto sarà utilizzato per i poveri.



varamo  
ARTE PASTORALE

## Quaresima in Parrocchia

### Sante Messe

**Feriali:** ore 7.30 e 18.00

**Festivi:** ore 7.30 - 9.00 - 10.00 - 11.30 - 18.00

### Adorazione Eucaristica Individuale

**Tutti i giorni Feriali:**

ore 8.00 - 12.00 e 15.30 - 17.30

il Venerdì ininterrottamente dalle 8.00 alle 17.30

### Via Crucis - Ogni Venerdì:

ore 18.00

ore 20.30

(al posto della cena e animata dai gruppi parrocchiali)

IN DIRETTA sulle pagine

Parrocchia Santa Marina Vergine  
Duomo di Polistena



### Cammini Quaresimali

Bambini Iniziazione Cristiana:

durante i loro incontri settimanali

Ragazzi scuola media: **Sabato, ore 15,30**

Giovanissimi e giovani: **Mercoledì, ore 19,00**

**Dona il tuo** 5 x 1000

a "IL SAMARITANO" odv  
Codice Fiscale 94000330806

