

# **La Preghiera quotidiana in famiglia**



## **In cammino verso la PASQUA**

**Quaresima 2023**

Tra le sabbie del mio deserto, sotto il sole infuocato del mio tempo,  
cerco un pozzo che abbia acqua pulita,  
capace di togliere la sete d'infinito che è dentro di me.

So che esiste da qualche parte perché sono inquietato dal mistero  
e devo trovarlo prima che scenda la notte.

Attingo acqua dal pozzo del denaro ed ho sempre più sete;  
al pozzo del piacere e sento prosciugarmi la gola.

Attingo acqua al pozzo del successo e mi sento annerbiare la vista,  
al pozzo della pubblicità e mi ritrovo come uno schiavo.

Sono forse condannato a morire di sete,  
inappagato cercatore di certezze assolute?

Ma se scavo dentro di me, sotto la sabbia alta del mio peccato;  
se scavo nei segni del tempo, sotto la sabbia ammicchiata  
dal vento arruffato del quotidiano,  
trovo la sorgente di un'acqua viva e pura, che disseta in eterno,  
tanto che chi ne beve non ha più sete  
perché è generata e filtrata dal tuo amore, o Signore, generoso e gratuito,  
era già promessa nei tempi antichi  
ed ora è sgorgata in abbondanza nel **segno della tua Parola.**  
**Mi disseto a questa sorgente, custodita dalla mia Chiesa,**  
**che per questo si fa ogni giorno fontana del villaggio**  
**per salvare tutti gli assetati del mondo. Amen.**

Questo semplice libretto vuole essere un aiuto per la preghiera alle  
coppie e alle famiglie per il periodo di Quaresima. E' frutto della preghiera  
e riflessione di alcune coppie di sposi sul vangelo del giorno.

La sua struttura è molto semplice:

- Brano del vangelo del giorno
- Breve commento della coppia
- Una preghiera da recitare
- Un impegno concreto

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

Un ringraziamento particolare ad alcune coppie che hanno accettato di condividere con voi la loro preghiera e riflessione.

# Domenica 26 Febbraio

## Dal Vangelo di Matteo 4,1-11

Allora Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto per esser tentato dal diavolo.

E dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, ebbe fame. Il tentatore allora gli si accostò e gli disse: “Se sei Figlio di Dio, dì che questi sassi diventino pane”. Ma egli rispose: “Sta scritto: Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio”.

## Commento

Gesù viene tentato da tanti punti di vista: *materiale*(i sassi divenuti pane), *taumaturgico - spettacolare*(la discesa dal pinnacolo del tempio), *politico*(i regni della terra)

Nella nostra vita familiare le tentazioni sono tante! Spesso sono mascherate da necessità inderogabili, da bisogni così radicati in noi che ci sembra assolutamente giusto soddisfarli anche a discapito degli altri, magari, e a discapito dell'Altro.

Come risolve la questione, Gesù?

Fa riferimento alla Parola di Dio con verità e non con inganno, come invece fa Satana. Forse ha pregato quello stesso Spirito che lo aveva condotto nel deserto.

Anche noi possiamo fare altrettanto: invece di mettere al centro il nostro io, mettiamoci Dio, con la sua Parola e soprattutto con il Suo amore di Padre: da Lui dobbiamo prendere esempio per essere famiglia, sull'esempio di quella di Nazaret.

## Preghiera

**Padre, ti ringraziamo per il dono della famiglia. Aiutaci a vivere la nostra quotidianità in-tre-cciati con te: amati e quindi pronti ad amare; pregando lo Spirito Santo nei momenti di difficoltà perché ci suggerisca come agire secondo l'Amore. Preghiamo per coloro che si sentono soli, perché percepiscano la Tua vicinanza e la Tua tenerezza di Padre.**

## Impegno

Metto da parte le mie esigenze ed i miei bisogni per fare spazio agli altri membri della mia famiglia.

# Lunedì 27 Febbraio

## **Dal Vangelo di Matteo 5, 1-12**

Vedendo le folle, Gesù salì sulla montagna e, messosi a sedere, gli si avvicinarono i suoi discepoli. Prendendo allora la parola, li ammaestrava dicendo: “Beati i poveri in spirito, perché di essi è il regno dei cieli. Beati gli afflitti, perché saranno consolati.

Beati i miti, perché erediteranno la terra.

Beati quelli che hanno fame e sete della giustizia, perché saranno saziati. Beati i misericordiosi, perché troveranno misericordia.

Beati i puri di cuore, perché vedranno Dio.

Beati gli operatori di pace, perché saranno chiamati figli di Dio.

Beati i perseguitati per causa della giustizia, perché di essi è il regno dei cieli.

Beati voi quando vi insulteranno, vi perseguiteranno e, mentendo, diranno ogni sorta di male contro di voi per causa mia.

Rallegratevi ed esultate, perché grande è la vostra ricompensa nei cieli.

## **Commento**

Gesù sale sul monte, come Mosè, ma non per ricevere da Dio la Sua legge, ma per insegnare ai suoi discepoli e alle folle. (“Vedendo le folle”-“Si avvicinarono a lui i suoi discepoli...si mise a parlare e insegnava loro”). Ci sediamo anche noi ad ascoltare Gesù che ha qualcosa da insegnare anche a noi, come persone, come coppia, come famiglia.

Le beatitudini ribaltano la tradizionale visione del mondo, forse ribaltano anche la nostra, ma in una prospettiva di gioia! Per 9 volte Gesù chiama Beati coloro che seguiranno la sua Parola, che è Parola di Dio. Vale la pena, allora, confrontare le nostre scelte di tutti i giorni con il Vangelo, lasciarci rincuorare dalle beatitudini nei momenti di difficoltà o dubbio, condire il nostro quotidiano con Dio!

## **Preghiera**

**Padre, ci chiami “Beati”. Ti chiediamo di riuscire ad avere sempre come riferimento la Tua Parola, soprattutto quando in famiglia viviamo delle difficoltà. Aiutaci ad avere un cuore semplice, mite, giusto, misericordioso, pacifico, puro perché possiamo “rallegrarci ed esultare” ogni giorno perché sei con noi, nonostante tutto!**

## ***Impegno***

Oggi dono un sorriso di Gioia vera ad un mio familiare: sono felice perché Dio mi ama, mi vuole contento, il mio sorriso vuole riflettere quello di Dio.

# **Martedì' 28 Febbraio**

## **Dal Vangelo di Matteo, 5,13-16**

Voi siete il sale della terra; ma se il sale perdesse il sapore, con che cosa lo si potrà render salato? A null'altro serve che ad essere gettato via e calpestato dagli uomini. Voi siete la luce del mondo; non può restare nascosta una città collocata sopra un monte, né si accende una lucerna per metterla sotto il moggio, ma sopra il lucerniere perché faccia luce a tutti quelli che sono nella casa. Così risplenda la vostra luce davanti agli uomini, perché vedano le vostre opere buone e rendano gloria al vostro Padre che è nei cieli.

## ***Commento***

Il sale e la luce: due elementi importantissimi a cui Gesù ci paragona. Gesù usa questi due paragoni per definire ciascuno di noi così com'è adesso; non dice "sarete il sale e la luce se...", dice "siete". Che responsabilità!

Il sale serve per conservare: dobbiamo "conservare" in noi la Parola di Dio.

La luce serve per illuminare: dobbiamo far risplendere la scintilla d'amore che Dio ha messo in ciascuno di noi.

Tutto questo perché chi ci incontra "renda gloria al Padre che è nei cieli."

## ***Pregghiera***

**Padre, grazie per la tua fiducia in noi, tanto da chiamarci ad essere sale e luce nel mondo.**

**Perdonaci se a volte siamo insipidi e un po' oscuri, perdonaci se non sempre Ti facciamo risplendere.**

**Aiutaci, ogni giorno, a riscoprirTi in noi e nella nostra famiglia e ad essere "rappresentanti" del Tuo Amore per ciascuno.**

## ***Impegno***

Provo ad essere “sale e luce” e a scoprirlo negli altri, a partire dalla mia famiglia, da coloro che Dio, come dono gratuito, mi ha messo accanto quotidianamente!

# **Mercoledì' 1 Marzo**

## **Dal Vangelo di Matteo 5,17-19**

Non pensate che io sia venuto ad abolire la Legge o i Profeti; non son venuto per abolire, ma per dare compimento. In verità vi dico: finché non siano passati il cielo e la terra, non passerà neppure un iota o un segno dalla legge, senza che tutto sia compiuto. Chi dunque trasgredirà uno solo di questi precetti, anche minimi, e insegnerà agli uomini a fare altrettanto, sarà considerato minimo nel regno dei cieli. Chi invece li osserverà e li insegnerà agli uomini, sarà considerato grande nel regno dei cieli.

## ***Commento***

Gesù si preoccupa e ci avverte delle conseguenze delle nostre azioni (ancora una volta lascia a ciascuno la libertà di scelta), ma, visto che non siamo soli al mondo, è fondamentale anche quello che noi “insegriamo” agli altri, ovvero l'esempio che diamo con il nostro modo di essere ad ogni persona che incontriamo, piccola o grande che sia, soprattutto all'interno della famiglia.

Ignazio d'Antiochia, già nel II secolo d.C. scriveva: “Si educa molto con quel che si dice, ancor più con quel che si fa, molto di più con quel che si è!”.

## ***Preghiera***

**Padre, ci hai dato una legge chiara da seguire. Donaci una mente attenta e un cuore pronto per declinarla nel nostro quotidiano. Aiutaci ad avere cura di ciò che trasmettiamo a chi ci è accanto.**

## ***Impegno***

Nelle scelte che dovrò compiere oggi mi chiedo “Gesù cosa avrebbe fatto al mio posto?”

# Giovedì' 2 Marzo

## Dal Vangelo di Matteo 5, 20-26

Poiché io vi dico: se la vostra giustizia non supererà quella degli scribi e dei farisei, non entrerete nel regno dei cieli. Avete inteso che fu detto agli antichi: Non uccidere; chi avrà ucciso sarà sottoposto a giudizio. Ma io vi dico: chiunque si adira con il proprio fratello, sarà sottoposto a giudizio. Chi poi dice al fratello: stupido, sarà sottoposto al sinedrio; e chi gli dice: pazzo, sarà sottoposto al fuoco della Geenna. Se dunque presenti la tua offerta sull'altare e lì ti ricordi che tuo fratello ha qualche cosa contro di te, lascia lì il tuo dono davanti all'altare e v'è prima a riconciliarti con il tuo fratello e poi torna ad offrire il tuo dono. Mettiti presto d'accordo con il tuo avversario mentre sei per via con lui, perché l'avversario non ti consegni al giudice e il giudice alla guardia e tu venga gettato in prigione. In verità ti dico: non uscirai di là finché tu non abbia pagato fino all'ultimo spicciolo!

## **Commento**

La legge che Gesù ci spiega in modo chiaro e con esempi sembra molto impegnativa. In realtà, se ci pensiamo e la caliamo nella nostra quotidianità, semplifica molto le relazioni: quanta energia che si spreca ad arrabbiarsi! Questa legge è mossa solo dall'Amore. Amore di Dio per l'uomo e che l'uomo deve avere per il proprio fratello, prima ancora di amare Dio ( "lascia lì il tuo dono davanti all'altare e va' prima a riconciliarti con il tuo fratello"). Dio non è altro rispetto alle persone che abbiamo accanto, è in ciascuna di loro ed è in me: abbiamo la responsabilità di lasciar vedere Dio in noi, attraverso le nostre scelte, a partire dalle relazioni che viviamo; abbiamo la possibilità di vedere Dio in chi ho vicino.

## **Preghiera**

**Padre, a volte si fa proprio fatica a stare insieme davvero: siamo istintivi, rancorosi, poco pronti al perdono e alla fratellanza. Non crediamo fino in fondo che la Tua presenza è intessuta in noi, nei nostri fratelli, nella nostra vita quotidiana così com'è.**

**Ti chiediamo di aiutarci a sentire la tua tenerezza, il tuo abbraccio, perché possiamo amare... come te!**

## ***Impegno***

Riconoscendo Dio in me e in chi ho vicino, soprattutto nella mia famiglia, partendo da qui mi riconcilio, almeno nel mio cuore, con tutti!

# **Venerdì 3 Marzo**

## **CONDANNA A MORTE DI GESÙ**

### **Dal Vangelo di Matteo**

Gesù intanto comparve davanti al governatore, e il governatore l'interrogò dicendo: "Sei tu il re dei Giudei?". Gesù rispose "Tu lo dici". E mentre lo accusavano i sommi sacerdoti e gli anziani, non rispondeva nulla. Allora Pilato gli disse: "Non senti quante cose attestano contro di te?". Ma Gesù non gli rispose neanche una parola, con grande meraviglia del governatore.

### ***Commento***

A stento riuscirono a trovare un valido motivo per condannare Gesù. Il Suo silenzio venne interpretato come una tacita ammissione di colpa. Ma le Sue parole testimoniano la Sua estraneità alle logiche di potere.

Quante volte con le nostre parole "mettiamo a morte" qualcuno: le nostre accuse sono spade taglienti che feriscono. I nostri pregiudizi fanno nascere condanne, ancora prima che siano stati indetti processi.

### ***Preghiera***

**Padre, quante volte ti condanniamo, soprattutto perché le cose non vanno secondo i nostri desideri.**

**Quante volte condanniamo chi ci è accanto, a partire dai familiari, perché non sono come vorremmo noi.**

**Ti chiediamo perdono e il coraggio di non parlare se ciò che diciamo può fare male. Nel dubbio, insomma, se tacere o parlare, aiutaci a tacere, che a parlare siamo sempre in tempo!**

### ***Impegno***

In questa giornata usiamo parole che sappiano guarire, risanare, ricucire

## Sabato 4 Marzo

### Dal Vangelo di Matteo 12, 1-8

In quel tempo Gesù passò tra le messi in giorno di sabato, e i suoi discepoli ebbero fame e cominciarono a cogliere spighe e le mangiavano. Ciò vedendo, i farisei gli dissero: “Ecco, i tuoi discepoli stanno facendo quello che non è lecito fare in giorno di sabato”. Ed egli rispose: “Non avete letto quello che fece Davide quando ebbe fame insieme ai suoi compagni? Come entrò nella casa di Dio e mangiarono i pani dell'offerta, che non era lecito mangiare né a lui né ai suoi compagni, ma solo ai sacerdoti? O non avete letto nella Legge che nei giorni di sabato i sacerdoti nel tempio infrangono il sabato e tuttavia sono senza colpa? Ora io vi dico che qui c'è qualcosa più grande del tempio. Se aveste compreso che cosa significa: Misericordia io voglio e non sacrificio, non avreste condannato individui senza colpa. Perché il Figlio dell'uomo è signore del sabato”.

### **Commento**

“Misericordia io voglio e non sacrificio”: questa è la nuova legge professata da Gesù. E' una legge che pone al centro di tutto l'uomo: Gesù lo testimonia in prima persona, guarendo poco dopo, di sabato, un uomo che aveva una mano paralizzata. Gesù sfida i riti e le tradizioni ebraiche più consolidate in nome di quella misericordia che è del Padre; in nome di quella misericordia che Dio ha nei confronti di tutti noi Suoi figli che, seppur peccatori, ci riconosciamo perdonati e , pertanto, amati.

### **Preghiera**

**Padre, siamo troppo legati ai nostri ritmi, alle nostre abitudini, ai nostri riti e troppo spesso questi finiscono per offuscare il messaggio d'amore che dovremmo vivere nelle relazioni.**

**Aiutaci ad avere un cuore libero per poter vivere come vivresti Tu, attenti a declinare l'Amore nella nostra quotidianità senza lasciarci sopraffare da essa.**

### **Impegno**

Oggi tralasciamo un nostro “rito” per far del bene a una persona.

## **Domenica 5 Marzo**

### ***Dal Vangelo di Giovanni***

Giunse così 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. <sup>7</sup>Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Giunse così 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». [...]«Signore - gli dice la donna -, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua». Le dice: «Va' a chiamare tuo marito e ritorna qui». Gli risponde la donna: «Io non ho marito». Le dice Gesù: «Hai detto bene: «Io non ho marito». Infatti hai avuto cinque mariti e quello che hai ora non è tuo marito; in questo hai detto il vero».

### ***Commento***

La donna samaritana della quale si parla può apparire come una rappresentante dell'uomo moderno, della vita moderna. Ha avuto cinque mariti e ha convissuto con un altro uomo. Ha fatto ampio uso della sua libertà e tuttavia non è diventata più libera, anzi è diventata sempre più vuota.

Il desiderio di trovare la vera felicità, la vera gioia era sempre viva dentro di lei. Per questo si è lasciata avvicinare da Gesù; da quell'incontro la sua vita è cambiata. Gesù le ha offerto acqua viva, le ha offerto una vita piena, la possibilità di essere realmente libera perché colma della Sua presenza.

### ***Preghiera***

**Signore Ti preghiamo, aiutaci a comprendere sempre di più che Tu sei l'acqua viva che può donare profonda felicità al nostro cuore, alle nostre**

**relazioni e alla nostra quotidianità. Tu sei l'acqua che disseta ogni uomo. Vieni ad incontrarci come hai fatto con la donna samaritana!**

### ***Impegno***

Trovo un momento per ringraziare una persona che durante la giornata mi ha reso felice o mi ha donato un motivo di gioia come Gesù ha fatto con la Samaritana.

## **Lunedì 6 Marzo**

### ***Dal Vangelo di Matteo***

Voi avete udito che fu detto: Non commettere adulterio. Ma io vi dico che chiunque guarda una donna per appetirla, ha già commesso adulterio con lei nel suo cuore. Ora, se l'occhio tuo destro ti fa cadere in peccato, cavalo e gettalo via da te; poiché val meglio per te che uno dei tuoi membri perisca, e non sia gettato l'intero tuo corpo nella geenna. E se la tua mano destra ti fa cadere in peccato, mozzala e gettala via da te; poiché val meglio per te che uno dei tuoi membri perisca, e non vada l'intero tuo corpo nella geenna.

### ***Commento***

Radicalità. Gesù chiede a ciascun uomo e a ciascuna donna, impegno, anche a costo di perdere qualcosa di sé. Non è condannabile solo un gesto manifesto, anche l'intenzione di compiere tale gesto è da considerarsi un errore. Cosa o chi stiamo guardando? Cosa permettiamo che entri nel nostro cuore attraverso i nostri occhi? Se ci accorgiamo di essere troppo concentrati a soddisfare i nostri desideri perdendo di vista il rispetto nei confronti della persona che abbiamo di fronte chiediamo aiuto a Gesù: "Non nascondermi il tuo volto, non respingere con ira il tuo servo. Sei tu il mio aiuto, non lasciarmi, non abbandonarmi, Dio della mia salvezza". (Sal 26)

### ***Preghiera***

**Nel silenzio della notte, io ho scelto te.**

**Nello splendore del firmamento, io ho scelto te.**

**Nell'incanto dell'aurora, io ho scelto te.**

**Nelle bufere più tormentose, io ho scelto te.**

**Nell'arsura più arida, io ho scelto te.**

**Nella buona e nella cattiva sorte, io ho scelto te.  
Nella gioia e nel dolore, io ho scelto te.  
Nel cuore del mio cuore, io ho scelto te.**

### ***Impegno***

Scrivo su un foglio un atteggiamento negativo che ho assunto durante la giornata di oggi, lo appendo in un punto visibile della casa e cerco, chiedendo aiuto a Gesù, di smussare quel lato del carattere che mi porta a ferire gli altri.

## **Martedì 7 Marzo**

### ***Dal Vangelo di Matteo***

Fu detto: Chiunque ripudia sua moglie, le dia l'atto del divorzio. Ma io vi dico: Chiunque manda via la moglie, salvo che per ragione di fornicazione, la fa essere adultera; e chiunque sposa colei ch'è mandata via, commette adulterio. Avete udito pure che fu detto agli antichi: Non spergiurare, ma attieni al Signore i tuoi giuramenti. Ma io vi dico: Del tutto non giurate, né per il cielo, perché è il trono di Dio; né per la terra, perché è lo sgabello dei suoi piedi; né per Gerusalemme, perché è la città del gran Re. Non giurar neppure per il tuo capo, poiché tu non puoi fare un solo capello bianco o nero. Ma sia il vostro parlare: Sì, sì; no, no; poiché il di più vien dal maligno.

### ***Commento***

Oltre al comandamento posto da Gesù, in queste parole c'è un intrinseco avvertimento. «Fate attenzione a formare la famiglia, l'importante è la scelta definitiva che conduce a formare una unità completa, fisica - psichica - spirituale! La vera famiglia è sacra, genuina e perenne. Accettatevi tra marito e moglie nonostante tutto, come Gesù ha accettato noi nonostante tutto. Noi siamo imperfetti e Gesù ha accettato la natura umana per aiutarla a perfezionarsi».

E ancora, in merito al giuramento, «Il nome del Signore è santo». Il dono del nome appartiene all'ordine della confidenza e dell'intimità. Per questo l'uomo non può

abusarne. Lo deve custodire in un silenzio di adorazione piena d'amore. Non lo inserirà tra le sue parole, se non per benedirlo, lodarlo e glorificarlo.

### ***Preghiera***

**Benedico il Signore che mi ha dato consiglio;  
anche di notte il mio cuore mi istruisce.  
Io pongo sempre innanzi a me il Signore,  
sta alla mia destra, non posso vacillare. (Sal 15)**

### ***Impegno***

**Trovo un momento per dire a mio marito o a mia moglie un lato di lui/lei che mi piace e che mi porta a sceglierlo/a ogni giorno della mia vita.**

## **Mercoledì' 8 Marzo**

### ***Dal Vangelo di Luca***

I suoi genitori si recavano ogni anno a Gerusalemme per la festa di Pasqua. Quando egli ebbe dodici anni, vi salirono secondo l'usanza; ma, trascorsi i giorni della festa, mentre riprendevano la via del ritorno, il fanciullo rimase a Gerusalemme senza che i genitori se ne accorgessero.

Credendo che egli fosse nella comitiva fecero una giornata di viaggio, e poi si misero a cercarlo tra i parenti e i conoscenti. Non avendolo trovato tornarono in cerca di lui a Gerusalemme.

Dopo tre giorni lo trovarono nel Tempio, seduto in mezzo ai maestri, mentre li ascoltava e li interrogava. E tutti quelli che l'udivano erano pieni di stupore per la sua intelligenza e le sue risposte. Al vederlo restarono stupiti e sua Madre gli disse: "Figlio, perché ci hai fatto questo? Ecco, tuo padre e io ti cercavamo angosciati". Ed egli rispose: "Perché mi cercavate? Non sapevate che io devo occuparmi delle cose del Padre mio?"

### **Commento**

Maria e Giuseppe sul momento non hanno compreso le intenzioni e le parole di Gesù. E' fisiologico che ci siano difficoltà nella vita familiare; non dobbiamo sorprenderci, purché non manchi mai la volontà di superare le incomprensioni, di affrontare con serenità e sapienza i problemi che nascono, le tensioni inevitabili per il crescere dei figli e l'usura del rapporto.

Qui Gesù nomina per la prima volta il "Padre", l'ultima volta sarà sulla croce. La prima e l'ultima parola di Gesù è "Padre". Gesù è venuto per riportare noi nell'obbedienza e nell'amore verso un Dio che è papà. Chiediamo nella preghiera il dono di abbandonarci con fiducia a Lui che ci conosce e ci ama.

### **Preghiera**

**O Signore, aiutami a fare silenzio, a entrare nel tuo cuore, a voler essere insieme con te nella volontà del Padre. Ti preghiamo, Signore, per la nostra famiglia, perché ci conosciamo sempre meglio e ci comprendiamo nei nostri desideri e nei nostri limiti. Che le nostre discussioni non ci dividano, ma ci uniscano nella ricerca del vero e del bene. Amen.**

### **Impegno**

Nel silenzio del cuore incontra il Signore. Ripeti spesso e vivi questa Parola: io devo occuparmi delle cose del Padre mio.

## **Giovedì' 9 Marzo**

### ***Dal Vangelo di Matteo***

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.

### ***Commento***

Le cose in realtà oggi stanno cambiando. Si potrebbe addirittura constatare una sorta di rovesciamento rispetto all'antichità: infatti se c'è un'ostentazione nel mondo attuale, non è l'ostentazione religiosa, semmai il contrario. La preoccupazione che si nasconde nel vangelo di Matteo è quella di una teatralità della vita: il desiderio di essere applauditi in ogni cosa che si fa.

Matteo invita all'elemosina, alla preghiera, al digiuno, vissuti in modo distaccato dalle preoccupazioni esteriori e orientati invece là dove può entrare soltanto colui che vede nel segreto e vede nel nostro cuore. Il Padre sa ciò di cui noi abbiamo bisogno; pregare è il più intimo rapporto che possiamo avere con Dio e come tale va custodito. Elemosina invece è dare del nostro a chi ci chiede e anche a chi non ci chiede; elemosina è avere nel cuore un angolo sempre libero per accogliere chi cuore non ha più; elemosina è farsi prossimo, senza nulla volere in cambio, come il samaritano che soccorre l'incappato nei briganti. Non è dare il soldino per togliersi il "sassolino dalla scarpa".

### ***Preghiera***

**Padre mio, io mi abbandono a Te.**

**Depongo la mia anima nelle tue mani, te la dono, mio Dio con tutto l'amore del mio cuore, perché ti amo.**

**E' per me un'esigenza d'amore il donarmi, il rimettermi nelle tue mani, senza misura, con una confidenza infinita, perché tu sei il Padre mio. Amen.**

### ***Impegno***

Oggi vado a trovare una persona sola e la affido a Gesù nella preghiera.

# Venerdi' 10 Marzo

## "GESU' CADE SOTTO IL PESO DELLA CROCE"

Egli si è caricato delle nostre sofferenze, si è addossato i nostri dolori e noi lo giudicavamo castigato, percosso da Dio e umiliato. Egli è stato trafitto per le nostre colpe, schiacciato per le nostre iniquità. Il castigo che ci dà salvezza si è abbattuto su di lui; per le sue piaghe noi siamo stati guariti. (Is 53, 4-6)

### **Commento**

L'amore non è amato. L'amore non è capito. L'amore è calpestato.

Non mi fa meraviglia che Gesù cada: mi fa meraviglia che un uomo, ridotto a quel modo, stia in piedi e riesca a trascinarsi dietro il legno della croce. Il Suo amore non ha misura; l'adorabile umanità del Salvatore lo porta ad addossarsi tutti i nostri limiti. Egli cade perché cedono le sue povere forze, ma lo Spirito lo aiuta a rialzarsi.

### **Preghiera**

**Signore ti peso come croce che pesa, come spalla che non regge.**

**Tu per non lasciarmi a terra ti carichi anche del mio fardello e cammini come puoi.**

**E tra coloro che tu porti c'è qualcuno che ti accusa di lentezza, dimenticando che il portare vale più dell'arrivare.**

**Chi ama arriva sempre!**

### **Impegno**

Riconoscendomi peccatore e riconoscendo l'adorabile umanità di Gesù, chiudo la mia giornata con un esame di coscienza profondo e sincero in vista della mia prossima Confessione. Programmo e segno sul calendario il giorno che dedicherò a questo Sacramento prima della Santa Pasqua.

# Sabato 11 Marzo

## *Dal Vangelo di Marco*

Partito quindi di là, andò nella sua patria e i discepoli lo seguirono. Venuto il sabato, incominciò a insegnare nella sinagoga. E molti ascoltandolo rimanevano stupiti e dicevano: «Dove gli vengono queste cose? E che sapienza è mai questa che gli è stata data? E questi prodigi compiuti dalle sue mani? Non è costui il carpentiere, il figlio di Maria, il fratello di Giacomo, di Ioses, di Giuda e di Simone? E le sue sorelle non stanno qui da noi?». E si scandalizzavano di lui. Ma Gesù disse loro: «Un profeta non è disprezzato che nella sua patria, tra i suoi parenti e in casa sua». E non vi poté operare nessun prodigio, ma solo impose le mani a pochi ammalati e li guarì.

## **Commento**

È un rincorrersi di meraviglie e di stupori il vangelo di oggi. Si meraviglia la folla per l'eloquenza di Gesù. Si meravigliano alcuni concittadini perché Gesù, il figlio di Giuseppe, fa il predicatore senza avere il patentino. Si meraviglia il Signore della loro incredulità. Nella vita ci possiamo stupire per cose positive, per eventi che ci cambiano l'orizzonte, per alcune scoperte, come la fede, che ci mettono letteralmente le ali. Ma, purtroppo, ci possiamo anche stupire per le cose negative, infarciti dai nostri pregiudizi religiosi. Gesù non è sufficientemente qualificato per dire le cose che stupiscono! E invece di guardare la luna, gli sciocchi di sempre guardano il dito che la indica. Anche noi, purtroppo, a volte ci fermiamo all'apparenza della Chiesa e di chi parla del vangelo. Invece di ascoltare con stupore la buona notizia, ci lasciamo turbare dalle inevitabili incoerenze che talora accompagnano l'annuncio. Stupiamoci, oggi, per le tante cose belle che ci circondano e che riconosciamo come immenso segno della bontà di Dio. E che Dio non abbia a stupirsi, oggi, della nostra incredulità, della nostra poca fede. Perché Dio non è quasi mai come ce lo immaginiamo.

## **Preghiera**

**Pietà di me, o Dio, secondo la tua misericordia;  
nel tuo grande amore cancella il mio peccato.  
Lavami da tutte le mie colpe, mondami dal mio peccato.  
Riconosco la mia colpa, il mio peccato mi sta sempre dinanzi.  
Distogli lo sguardo dai miei peccati, cancella tutte le mie colpe.  
Crea in me, o Dio, un cuore puro, rinnova in me uno spirito saldo.**

**Non respingermi dalla tua presenza e non privarmi del tuo santo spirito.  
Rendimi la gioia di essere salvato, sostieni in me un animo generoso.**

### ***Impegno***

Oggi voglio riconoscere solo i lati positivi della Comunità in cui vivo e ne condivido almeno due con un'altra persona, senza cadere nell'errore del giudizio negativo.

## **Domenica 12 Marzo**

### **Dal Vangelo di Giovanni 8,31-59**

Gesù allora disse a quei Giudei che avevano creduto in lui: «Se rimanete fedeli alla mia parola, sarete davvero miei discepoli; conoscerete la verità e la verità vi farà liberi». Gli risposero: «Noi siamo discendenza di Abramo e non siamo mai stati schiavi di nessuno. Come puoi tu dire: Diventerete liberi?». Gesù rispose: «In verità, in verità vi dico: chiunque commette il peccato è schiavo del peccato. Ora lo schiavo non resta per sempre nella casa, ma il figlio vi resta sempre; se dunque il Figlio vi farà liberi, sarete liberi davvero. ... Allora raccolsero pietre per scagliarle contro di lui; ma Gesù si nascose e uscì dal tempio.

### ***Commento***

Gesù allora disse a quei Giudei che avevano creduto in lui: «Se rimanete fedeli alla mia parola, sarete davvero miei discepoli; conoscerete la verità e la verità vi farà liberi». Gesù chiede un cammino da compiere: dove tutto parte da una fedeltà. Fedeltà nell'ascolto ad una Parola che ci accompagna quotidianamente e a un metterla in pratica nella vita; questo ci rende suoi discepoli, che seguono il maestro dalla "Parola vera"; solo così verremo a conoscenza della Verità su di noi, una verità che dice chi siamo, dove siamo diretti, con quali mezzi raggiungere i nostri obiettivi e soprattutto la Verità su Dio, su Gesù, sul male, sul peccato, sulla morte. Questa

Verità ci rende liberi, liberi perché riscopriamo la nostra condizione di figli e non di schiavi, figli liberi di sbagliare e di ricominciare, di peccare e di ottenere perdono. La fede cristiana è riassunta in questi passi presentati oggi da Gesù. Sta ora a noi seguire questa strada, ad essere veri cristiani, combattendo per i veri valori che Gesù ci insegna, oppure qualche volta raccogliamo “pietre per scagliarle contro di Lui” quando vogliamo un “Dio su misura” pronto a soddisfare i nostri bisogni? Apriamo il nostro cuore senza paura perché “Dio abita là dove lo si lascia entrare”, allora con forza testimoniamo la bellezza dell’essere cristiani veri, dichiariamo la nostra fede con coraggio con la certezza che Dio è con noi e non ci abbandona.

***Preghiera: Dammi la fede***

Mio Dio, com'è assurda la mia vita senza il dono della fede!

Una candela fumigante è la mia intelligenza.

Un braciere colmo di cenere è il mio cuore.

Una fredda e breve giornata d'inverno è la mia esistenza.

Dammi la fede!

Una fede che dia senso al mio vivere,

forza al mio cammino, significato al mio sacrificio,

certezza ai miei dubbi, speranza alle mie delusioni,

coraggio alle mie paure, vigore alle mie stanchezze,

sentieri ai mie smarrimenti, luce alle notti del mio spirito,

riposo e pace alle ansie del cuore.

***impegno***

Oggi voglio testimoniare la bellezza dell’essere cristiano, lasciandomi guidare da Gesù, aprendo il mio cuore alle persone che incontrerò durante la giornata.

## **Lunedì 13 Marzo**

**Dal Vangelo di Matteo 6,7-15**

Pregando poi, non sprecate parole come i pagani, i quali credono di venire ascoltati a forza di parole. Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno ancor prima che glielo

chiediate. Voi dunque pregate così: Padre nostro che sei nei cieli, sia santificato il tuo nome; venga il tuo regno; sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra. Dacci oggi il nostro pane quotidiano, e rimetti a noi i nostri debiti come noi li rimettiamo ai nostri debitori, e non ci indurre in tentazione, ma liberaci dal male. Se voi infatti perdonerete agli uomini le loro colpe, il Padre vostro celeste perdonerà anche a voi; ma se voi non perdonerete agli uomini, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe.

### **Commento**

Voi dunque pregate così: Padre nostro ... Le parole del Padre nostre sono correlate con la nostra esperienza di figli di Dio. Ogni volta che pronuncio il nome "Padre" sento pronunciare la parola "figlio, figlio mio, figli miei". Questo suscita in noi la sensazione di essere capiti a fondo; Lui sa ciò di cui ho bisogno. La sensazione di essere importanti davanti a Dio, come si è ritenuto importante il figlio prodigo dopo l'abbraccio del padre; se Dio ci permette di chiamarlo Padre, significa che abbiamo grande valore per lui. Da qui la sensazione di non essere abbandonati nei giorni della prova, ma essere capiti, sostenuti, accompagnati. Ci sentiamo liberi di parlargli con franchezza e libertà e chiedergli ogni cosa senza timore. Il Padre nostro genera abbandono, scaccia ogni pretesa, nutre l'affidamento.

### ***Preghiamo insieme***

**O Dio nostro Padre, così abbiamo imparato a chiamarti;  
così ci ha insegnato il tuo figlio Gesù.**

**Aiutaci a comprendere la grandezza di questa rivelazione**

**E a rivolgerci con fiducia a Te nei momenti della gioia**

**e in quelli del dolore, quando siamo ricchi di speranza**

**e quando vince la tristezza,**

**perché Tu solo sai sostenere i passi del nostro cammino. Amen**

### **Impegno**

Questa sera recitiamo il **Padre Nostro** tutti insieme, tenendoci per mano, recitiamolo lentamente facendo nostre tutte le parole, affidandoci a Gesù, perché Lui ci insegna a pregare nostro Padre.

# Martedì 14 Marzo

## **Dal Vangelo di Matteo**

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.

## **Commento**

Digiunare: si tratta di una privazione disinteressata, la si pratica per meglio servire Dio ed è fonte di gioia. Ostentando i segni esterni del digiuno si ricercano la pubblicità e il prestigio religioso, in questo modo la pratica del digiuno si esaurisce in se stessa, si snatura il suo significato si dimentica che dipendiamo da Dio.

**Preghiera** dal salmo 113 (112)

**Lodate, servi del Signore, lodate il nome del Signore.**

**Sia benedetto il nome del Signore, da ora e per sempre.**

**Dal sorgere del sole al suo tramonto sia lodato il nome del Signore.**

**Su tutte le genti eccelso è il Signore, più alta dei cieli è la sua gloria.**

**Chi è come il Signore, nostro Dio,**

**che siede nell'alto e si china a guardare sui cieli e sulla terra?**

**Solleva dalla polvere il debole, dall'immondizia rialza il povero,**

**per farlo sedere tra i principi, tra i principi del suo popolo.**

**Fa abitare nella casa la sterile, come madre gioiosa di figli.**

## **Impegno**

Mi propongo di considerarmi sempre, nella mia piccola collaborazione alla vita della comunità civile ed ecclesiale, come umile strumento nelle mani del Signore.

## **Mercoledì 15 Marzo**

### **Dal Vangelo di Matteo 6,19-24**

Non accumulatevi tesori sulla terra, dove tignola e ruggine consumano e dove ladri scassinano e rubano; accumulatevi invece tesori nel cielo, dove né tignola né ruggine consumano, e dove ladri non scassinano e non rubano. Perché là dov'è il tuo tesoro, sarà anche il tuo cuore. La lucerna del corpo è l'occhio; se dunque il tuo occhio è chiaro, tutto il tuo corpo sarà nella luce; ma se il tuo occhio è malato, tutto il tuo corpo sarà tenebroso. Se dunque la luce che è in te è tenebra, quanto grande sarà la tenebra! Nessuno può servire a due padroni: o odierà l'uno e amerà l'altro, o preferirà l'uno e disprezzerà l'altro: non potete servire a Dio e a mammona.

### **Commento**

In questo brano Gesù ci dà due comandamenti: "Non accumulatevi tesori sulla terra ... Accumulatevi invece tesori in cielo". L'accumulare tesori, il diventare ricco è l'aspirazione di ogni uomo, come se nella ricchezza tutti i pericoli, compresa la morte, possano non toccarci, ricerchiamo tutte le soddisfazioni che il benessere può dare fino a diventarne schiavi. Siamo sicuri di aver scelto il tesoro giusto? Sulla terra tutto è fragile. Noi pensiamo di essere proprietari di case, abiti, gioielli, conti in banca, ma in realtà sono loro ad essere padroni del nostro cuore. Più l'uomo possiede, e più diventa inquieto, schiavizzato da un insieme di beni che teme sempre di perdere. La diagnosi del Vangelo è lapidaria: "Dov'è il tuo tesoro, là sarà anche il tuo cuore". Il tesoro per un cristiano sarà Gesù e i suoi insegnamenti, nell'Eucarestia troviamo la nostra perla preziosa, con i nostri occhi sapremo riflettere la luce di Cristo che c'è nel nostro cuore e nella nostra mente, sapremo cogliere nelle persone che si sono accanto la bellezza della luce che Dio ha messo nel loro cuore. Siamo invitati ad apprezzare questa ricchezza, non altre!

### ***Preghiera di s. Teresina***

**Non ho altro che l'oggi, Gesù!**

**La mia vita, o Signore, è un istante che passa,  
un momento che fugge e se ne va.**

**Tu lo sai, mio Dio, che per amarti sulla terra, non ho altro che l'oggi.**

**Che importa, Signore, se l'avvenire è oscuro.**

**No, io non posso pregarti per il domani.**

**Mantieni puro il mio cuore, coprimi con la tua ombra,  
e non sia che per l'oggi.  
Io non ho, Signore che quest'oggi mio fuggitivo  
per darti un frutto d'amore, un grappolo di cui ogni chicco sia un'anima.  
Donami tu, Gesù, il fuoco di un apostolo, e sia per oggi.**

### ***Impegno***

Oggi aggiungerò una perla preziosa nel tesoro che Gesù mi chiede di accumulare, troverò un momento da condividere con Lui passando in Chiesa.

## **Giovedì 16 Marzo**

### **Dal Vangelo di Matteo 6,25-34**

Perciò vi dico: per la vostra vita non affannatevi di quello che mangerete o berrete, e neanche per il vostro corpo, di quello che indosserete; la vita forse non vale più del cibo e il corpo più del vestito? Guardate gli uccelli del cielo: non seminano, né mietono, né ammassano nei granai; eppure il Padre vostro celeste li nutre. Non contate voi forse più di loro? E chi di voi, per quanto si dia da fare, può aggiungere un'ora sola alla sua vita? E perché vi affannate per il vestito? Osservate come crescono i gigli del campo: non lavorano e non filano. Eppure io vi dico che neanche Salomone, con tutta la sua gloria, vestiva come uno di loro. Ora se Dio veste così l'erba del campo, che oggi c'è e domani verrà gettata nel forno, non farà assai più per voi, gente di poca fede? Non affannatevi dunque dicendo: Che cosa mangeremo? Che cosa berremo? Che cosa indosseremo? Di tutte queste cose si preoccupano i pagani; il Padre vostro celeste infatti sa che ne avete bisogno. Cercate prima il regno di Dio e la sua giustizia, e tutte queste cose vi saranno date in aggiunta. Non affannatevi dunque per il domani, perché il domani avrà già le sue inquietudini. A ciascun giorno basta la sua pena.

### **Commento**

“Un giorno, ad Alessandria d'Egitto, Serapione incontrò un povero intrizzito dal freddo. Allora disse tra sé: «Come mai io che passo per asceta sono rivestito di una tunica, mentre questo povero, o piuttosto Cristo, muore di freddo? Certamente, se lo lascio morire, sarò condannato come omicida nel giorno del giudizio». Allora si spogliò come un valoroso atleta e diede il suo vestito al povero; quindi si sedette con il piccolo vangelo che portava sempre sotto il braccio. Passò una guardia e, vedendolo nudo, gli chiese: «Abba Serapione, chi ti ha spogliato?». Mostrando il suo piccolo vangelo, rispose: «Ecco chi mi ha spogliato». Mentre se ne ripartiva, incontrò un tale che era stato arrestato per un debito, perché non aveva da pagare. Allora l'immortale Serapione vendette il suo piccolo vangelo e pagò il debito di quell'uomo. Quindi ritornò nella sua cella nudo. Quando il suo discepolo lo vide nudo, gli chiese: «Abba, dov'è la tua tunica?». L'anziano gli disse: «Figlio, l'ho mandata là dove ne avremo bisogno». Il fratello chiese: «Dov'è il tuo piccolo vangelo?». L'anziano rispose: «In verità, figlio, ho venduto colui che mi diceva ogni giorno: “Vendi quello che possiedi e dallo ai poveri”; l'ho venduto e dato via per avere più fiducia in lui, nel giorno del giudizio».

### **Preghiera**

**Signore, non abbiamo ancora misurato quanti affanni ci diano i nostri beni materiali! Di nuovo e sempre siamo custoditi da te, che non vuoi ci affidiamo a zattere insicure (per quanto tentiamo di renderle sicure) nel mare talora in tempesta della vita. Tu hai pronta per noi la nave del nostro aiuto solidale fraterno reciproco, se lo vogliamo!**

### **Impegno**

Oggi come famiglia fate un gesto semplice di accoglienza (basterebbe, poniamo, una telefonata disinteressata alla suocera...) e scoprirete che la solidarietà è l'antidoto all'affanno!

# Venerdì 17 Marzo

## GESU' INCONTRA LA VERONICA

### **Dal libro del profeta Isaia. 50,6-7**

Ho presentato il mio dorso ai flagellatori, le mie guance a coloro che mi strappavano la barba; non ho sottratto la faccia agli insulti e agli sputi. Il Signore Dio mi assiste, per questo non resto svergognato, per questo rendo la mia faccia dura come pietra, sapendo di non restare confuso.

### **Commento**

Ogni cristiano e soprattutto noi siamo chiamati a portare un messaggio di speranza che dona serenità e gioia: la consolazione di Dio, la sua tenerezza verso tutti. Ma ne possiamo essere portatori se sperimentiamo noi per primi la gioia di essere consolati da Lui, amati da Lui. Non abbiate paura, il Signore è il Signore della consolazione, il signore della tenerezza. Questa è la missione. La gente oggi ha bisogno certamente di parole, ma soprattutto ha bisogno che noi testimoniamo la misericordia, la tenerezza del Signore, che scalda il cuore, che risveglia la speranza, che attira verso il bene. La gioia di portare al consolazione di Dio.

### **Preghiera**

**Signore Gesù,**

**è il tuo volto che cerchiamo, in ogni incontro, è il tuo volto che, appena intravisto, ci dà la forza di proseguire, di cercare ancora e di lasciarci trovare e amare da Te.**

**Non privarci mai, Signore, della nostalgia del tuo volto. Ti troveremo in ogni volto dei piccoli, dei poveri, dei sofferenti, nostri maestri di vita.**

### **Impegno**

Mi impegno a portare la consolazione e la misericordia di Dio a chi incontro e a chi ne ha bisogno. Con una parola, un gesto concreto, come la Veronica.

# **Sabato 18 Marzo**

## **Dal Vangelo di Marco 6,6-13**

E si meravigliava della loro incredulità. Gesù andava attorno per i villaggi, insegnando. Allora chiamò i Dodici, ed incominciò a mandarli a due a due e diede loro potere sugli spiriti immondi. E ordinò loro che, oltre al bastone, non prendessero nulla per il viaggio: né pane, né bisaccia, né denaro nella borsa; ma, calzati solo i sandali, non indossassero due tuniche. E diceva loro: «Entrati in una casa, rimanetevi fino a che ve ne andiate da quel luogo. Se in qualche luogo non vi riceveranno e non vi ascolteranno, andandovene, scuotete la polvere di sotto ai vostri piedi, a testimonianza per loro». E partiti, predicavano che la gente si convertisse, scacciavano molti demoni, ungevano di olio molti infermi e li guarivano.

## **Commento**

Nell'inviare i suoi discepoli "a due a due" Gesù si rifà alla pratica ebraica di inviare i messaggeri a coppie: il portavoce doveva avere accanto a sé un compagno come ulteriore conferma dell'autenticità del messaggio che andava portando. Così come, nel contesto del processo giudiziario, ci volevano almeno due testimoni per sostenere un'accusa. Ora i discepoli sono inviati da Gesù "a due a due" perché devono darsi reciprocamente sostegno e credibilità nel messaggio che sono chiamati ad annunciare e, al tempo stesso, sono chiamati ad essere testimoni veri della scelta di chi li ascolterà. Sono inviati "a due a due" anche perché si aiutino a vicenda rendendo così testimonianza della verità di quel Regno che vanno annunciando e che è, innanzitutto, solidarietà, condivisione, nuova fraternità che si appoggia e si fonda sull'amore ricevuto dal Padre e che ne diventa concreto annuncio proprio nella capacità di riversare questo amore ai fratelli. Così la coppia di genitori in una famiglia sono chiamati a rendere visibile l'amore di Dio per i figli.

## **Preghiera**

**Ti preghiamo, Signore, per la nostra famiglia,  
perché ci conosciamo sempre meglio  
e ci comprendiamo nei nostri desideri e nei nostri limiti.  
Perché ciascuno di noi senta e viva i bisogni degli altri,  
perché a nessuno sfuggano i momenti di stanchezza,  
di disagio, di preoccupazione dell'altro.**

## **Impegno**

Mi impegno a vivere la mia vocazione e la mia missione di padre, madre figlio con responsabilità e consapevolezza facendo bene il mio dovere.

# **Domenica 19 Marzo**

## **Dal Vangelo di Giovanni 9, 1-38**

Passando vide un uomo cieco dalla nascita... Detto questo sputò per terra, fece del fango con la saliva, spalmò il fango sugli occhi del cieco e gli disse: "Và a lavarti nella piscina di Siloe". Quegli andò, si lavò e tornò che ci vedeva. ... Gesù seppe che l'avevano cacciato fuori, e incontratolo gli disse: "Tu credi nel Figlio dell'uomo?". Egli rispose: "E chi è, Signore, perché io creda in lui?". Gli disse Gesù: "Tu l'hai visto: colui che parla con te è proprio lui". Ed egli disse: "Io credo, Signore!". E gli si prostrò innanzi.

## **Commento**

La storia di questo cieco rompiscatole è un vero itinerario di fede. Non una fede basata su ragionamenti astratti. E' una fede che nasce da una esperienza concreta di guarigione, e che viene poi provata dallo scontro e dalle tensioni della vita, e infine arriva alla professione di fede (Ed egli disse: «Credo, Signore!») Forse in questo cieco posso vedere un po' di me stesso. In questo cieco vedo il mio cammino di cristiano. Mi vedo nella mia ricerca continua di fare esperienza concreta di Dio e di sentire davvero il suo amore. Vedo in questo cieco che "lotta" con i suoi avversari (più ciechi di lui!) la mia lotta quotidiana per tenere salda la fede che ho ricevuto. Vedo in questo cieco che incontra di nuovo Gesù, il mio desiderio di dire "io credo" non in modo formale e "di facciata", ma in modo vero e profondo. Solo così, come questo cieco, divento una luce accesa che riesce ad illuminare chi si avvicina a me. "Fratelli, un tempo eravate tenebra, ora siete luce nel Signore. Comportatevi perciò come figli della luce..."

### ***Preghiera***

O Signore, Tu che sei la luce del mondo,  
illumina la nostra mente e il nostro cuore,  
perché, seguendo Te, non camminiamo nelle tenebre,  
ma abbiamo la luce della vita.

Tu che hai aperto gli occhi al cieco nato, apri anche i nostri occhi,  
perché riconosciamo in Te il Figlio di Dio,  
ti proclamiamo nostro Signore e Redentore,  
ti adoriamo e ti testimoniamo con tutta la nostra vita.

### ***Impegno***

Con occhi purificati dall'incontro con Gesù alla Messa guardo gli altri con amore e rispetto, riscoprendo il bene in loro e non solo il male.

## **Lunedì' 20 Marzo**

### **s. Giuseppe**

### ***Dal Vangelo di Luca***

I suoi genitori si recavano ogni anno a Gerusalemme per la festa di Pasqua. Quando egli ebbe dodici anni, vi salirono secondo l'usanza; ma, trascorsi i giorni della festa, mentre riprendevano la via del ritorno, il fanciullo rimase a Gerusalemme senza che i genitori se ne accorgessero.

Credendo che egli fosse nella comitiva fecero una giornata di viaggio, e poi si misero a cercarlo tra i parenti e i conoscenti. Non avendolo trovato tornarono in cerca di lui a Gerusalemme.

Dopo tre giorni lo trovarono nel Tempio, seduto in mezzo ai maestri, mentre li ascoltava e li interrogava. E tutti quelli che l'udivano erano pieni di stupore per la sua intelligenza e le sue risposte. Al vederlo restarono stupiti e sua Madre gli disse: "Figlio, perché ci hai fatto questo? Ecco, tuo padre e io ti cercavamo angosciati". Ed egli rispose: "Perché mi cercavate? Non sapevate che io devo occuparmi delle cose del Padre mio?"

### **Commento**

Maria e Giuseppe sul momento non hanno compreso le intenzioni e le parole di Gesù. E' fisiologico che ci siano difficoltà nella vita familiare; non dobbiamo sorprenderci, purché non manchi mai la volontà di superare le incomprensioni, di affrontare con serenità e sapienza i problemi che nascono, le tensioni inevitabili per il crescere dei figli e l'usura del rapporto.

Qui Gesù nomina per la prima volta il "Padre", l'ultima volta sarà sulla croce. La prima e l'ultima parola di Gesù è "Padre". Gesù è venuto per riportare noi nell'obbedienza e nell'amore verso un Dio che è papà. Chiediamo nella preghiera il dono di abbandonarci con fiducia a Lui che ci conosce e ci ama.

### **Preghiera**

**O Signore, aiutami a fare silenzio, a entrare nel tuo cuore, a voler essere insieme con te nella volontà del Padre. Ti preghiamo, Signore, per la nostra famiglia, perché ci conosciamo sempre meglio e ci comprendiamo nei nostri desideri e nei nostri limiti. Che le nostre discussioni non ci dividano, ma ci uniscano nella ricerca del vero e del bene. Amen.**

### **Impegno**

Nel silenzio del cuore incontra il Signore. Ripeti spesso e vivi questa Parola: io devo occuparmi delle cose del Padre mio.

## **Martedì' 21 Marzo**

### **Dal Vangelo di Matteo 7,6-12**

Non date le cose sante ai cani e non gettate le vostre perle davanti ai porci, perché non le calpestino con le loro zampe e poi si voltino per sbranarvi.

Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete; bussate e vi sarà aperto; perché chiunque chiede riceve, e chi cerca trova e a chi bussa sarà aperto. Chi tra di voi al figlio che gli chiede un pane darà una pietra? O se gli chiede un pesce, darà una serpe? Se voi dunque che siete

cattivi sapete dare cose buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro che è nei cieli darà cose buone a quelli che glielo domandano! Tutto quanto volete che gli uomini facciano a voi, anche voi fatelo a loro: questa infatti è la Legge ed i Profeti.

### ***Commento***

C'è un fatto consolante in questo brano del vangelo: Gesù ci vede come figli di fronte al Padre e ci assicura che il Padre vostro sarà cose buone a coloro che glielo chiedono. Dio guarda e ascolta con attenzione alle nostre richieste. Notiamo poi che la preghiera di cui si parla è quella che ha come oggetto la forza di "cercare il Regno di Dio e la sua giustizia"; di uniformare il nostro agire all'agire del Padre per la salvezza del mondo. Ora, questo si compie solo se preghiamo e una simile preghiera è sempre ascoltata, perché è secondo la Volontà di Dio, e lo è soprattutto quando c'è da soffrire. Dio ci darà sempre le forze per continuare nella fedeltà la nostra missione cristiana. Ma quando preghiamo cosa chiediamo a Dio? Cose materiali o anche la capacità di realizzare in noi la volontà del Padre? A volte questo non lo pensiamo! Eppure è la preghiera che parla oggi il vangelo.

### ***Preghiera***

**Grazie Signore perché sei sollecito ad aprire quando bussiamo a casa tua.  
Grazie perché se abbiamo bisogno di Te sei sempre pronto ad ascoltarci.  
Grazie per tutte le cose buone che ci dai, anche senza chiederle.  
In te Signore mi sono rifugiato,  
mai sarò deluso, per la tua giustizia salvami.**

### ***Impegno***

Oggi nella preghiera non chiedo cose materiali, ma doni spirituali. Quale dono chiedo oggi a Gesù? Lo condivido con il coniuge.

# Mercoledì' 22 Marzo

## **Dal Vangelo di Matteo 7,13-20**

Entrate per la porta stretta, perché larga è la porta e spaziosa la via che conduce alla perdizione, e molti sono quelli che entrano per essa; quanto stretta invece è la porta e angusta la via che conduce alla vita, e quanto pochi sono quelli che la trovano!

Guardatevi dai falsi profeti che vengono a voi in veste di pecore, ma dentro son lupi rapaci. Dai loro frutti li riconoscerete. Si raccoglie forse uva dalle spine, o fichi dai rovi? Così ogni albero buono produce frutti buoni e ogni albero cattivo produce frutti cattivi; un albero buono non può produrre frutti cattivi, né un albero cattivo produrre frutti buoni. Ogni albero che non produce frutti buoni viene tagliato e gettato nel fuoco. Dai loro frutti dunque li potrete riconoscere.

## ***Commento***

Ricordo che, da ragazzina, questo argomento mi metteva in imbarazzo. Come ogni tipo di stretture che ho incontrato nella vita. L'equivoco stava nell'errata interpretazione di questa metafora usata da Gesù. Credevo che "porta stretta" significasse rinuncia su rinuncia mortificazione e non so che altro ancora che fosse diniego alla vita e alla gioia. Più tardi, per grazia di Dio, ho capito che è semplicemente l'opposto. Per passare da una porta stretta devi liberarti da ogni ingombro, peso o valigia che sia. E così per passare attraverso la porta che ti immette negli spazi della vita da veri figli di Dio, devi buttar via tanto ingombro di voglie e atteggiamenti e possessi egoistici. La porta stretta ti spalanca orizzonti in cui respiri la vera libertà. Ti senti leggera, senza pesi di preoccupazioni inutili e sempre gravitanti su quel che riguarda te e il tuo bell'apparire. Ti senti lieto, respirando la vera gioia. No, il cristianesimo non è la religione dei rinunciatari di quelli che voltano le spalle alla vita. T'invita a rinunciare a ciò che, in sostanza, non è per farti accedere a ciò che è: a ciò che veramente conta.

## ***Preghiamo insieme***

**Padre, la porta della tua casa è stretta, piccola, a misura di bambino, ma pur sempre aperta. Aperta per ognuno di noi oggi, perché la salvezza inizia già ora, Aiutaci a lasciare le cose ingombranti, gli attaccamenti esagerati, per affidarci alla tua bontà, come un bimbo si affida alle braccia del padre.**

## ***Impegno***

Mi impegno a liberarmi, almeno per oggi, di un atteggiamento ingombrante che non mi permette di vivere pienamente il vangelo.

# **Giovedì' 23 Marzo**

## **Dal Vangelo di Matteo 7,21-27**

Non chiunque mi dice: Signore, Signore, entrerà nel regno dei cieli, ma colui che fa la volontà del Padre mio che è nei cieli. Molti mi diranno in quel giorno: Signore, Signore, non abbiamo noi profetato nel tuo nome e cacciato demòni nel tuo nome e compiuto molti miracoli nel tuo nome? Io però dichiarerò loro: Non vi ho mai conosciuti; allontanatevi da me, voi operatori di iniquità.

Perciò chiunque ascolta queste mie parole e le mette in pratica, è simile a un uomo saggio che ha costruito la sua casa sulla roccia. Cadde la pioggia, strariparono i fiumi, soffiarono i venti e si abatterono su quella casa, ed essa non cadde, perché era fondata sopra la roccia. Chiunque ascolta queste mie parole e non le mette in pratica, è simile a un uomo stolto che ha costruito la sua casa sulla sabbia. Cadde la pioggia, strariparono i fiumi, soffiarono i venti e si abatterono su quella casa, ed essa cadde, e la sua rovina fu grande”.

## ***Commento***

Quali sono le parole di Gesù che sarebbero una “roccia” per la nostra “casa”? Il brano che riporta l’affermazione è la conclusione del grande discorso del monte, chiamato anche la “magna charta” della vita cristiana. Quindi le parole “roccia” sono i capitoli 5,6,7 di Matteo. In essi Gesù, remando decisamente contro la “cultura” del tempo, annuncia che sono beati su questa terra e meritevoli del regno dei cieli le persone che non si ritengono padroni del mondo, perché si riconoscono creature di Dio e perciò fratelli degli altri (poveri in spirito), coloro che non si lasciano piegare dalle difficoltà e dalle prove, coloro che non ricorrono alla violenza (i miti), coloro che sono capaci di comprendere gli altri e di perdonarne i limiti (i misericordiosi), coloro che

sono limpidi e leali (puri di cuore), coloro che costruiscono la pace e cercano la giustizia anche a costo di pagare di persona.

Gesù, inoltre, dichiara che la vera onestà è quella che “scaturisce dal cuore”, da convinzioni profonde e non da controlli esterni, quella delle intenzioni; che i rapporti costruttivi con gli altri non sono quelli basati sul “tu mi dà, io ti do”, o sulla ricerca dell’applauso, ma sulla generosità e la gratuità; e il rapporto autentico con Dio non può basarsi su ostentazioni di preghiere e digiuni, ma sulla figliolanza fiduciosa. Per essere sintetici al massimo, possiamo riassumere le parole “roccia” così: riconoscersi e **accettarsi creature**, rifiutando ogni tentazione di **potere sugli altri**, e impegnandosi a costruire con tutti, anche con coloro che non possono o non vogliono contraccambiare, un rapporto di giustizia, di **pace**, di **lealtà**, di misericordia, di generosità e gratuità. Queste parole possono davvero essere una “roccia” per la vita personale, familiare, sociale? Sì, le parole di Gesù sono la roccia sulla quale fondare la nostra vita personale, familiare, sociale. Ma allora perché non c’è un’adesione di massa alle parole di Gesù? Perché costruire **castelli di sabbia** è facile, non ci vuole niente. Costruire invece case con la roccia è faticoso.

### ***Preghiamo insieme***

**Suscita in noi Signore il desiderio e la passione per la tua Parola.**

**Donaci il tuo Spirito affinché la nostra vita**

**si modelli su di essa e si traduca in azioni concrete di amore.**

**Tu sei la mia roccia e il mio baluardo, per il tuo nome dirigi i miei passi.**

### ***Impegno***

Oggi lasceremo aperto il Vangelo sul tavolo della cucina.

Quale mattone sento che manca all’edificazione della mia vita cristiana?

## **Venerdì’ 24 Marzo**

### **GESÙ E IL CIRENEO**

#### **Dal Vangelo di Luca 23,26**

Mentre lo conducevano via, fermarono un certo Simone di Cirene, che tornava dai campi, e gli misero addosso la croce, da portare dietro a Gesù.

### **Commento**

Gesù, non è in grado di andare avanti da solo e accetta di essere aiutato. Non pretende di fare a meno dell'aiuto che gli è offerto. Quante volte invece noi, quando siamo stanchi, rifiutiamo il sostegno del coniuge, della mamma o del papà. L'orgoglio ci domina e ci orienta a ritenere di non aver bisogno di nessuno e di poter fare da soli. Non sappiamo riconoscere i nostri limiti con umiltà e verità, e ci irritiamo se qualcuno in casa ce lo fa notare. Donaci Signore, la tua umiltà di cuore.

### **Preghiera**

**Insegnaci, Signore, ad essere umili e di lasciarci aiutare da chi ci sta accanto. Quando arriva il tempo della prova, delle incomprensioni, dei dubbi o delusioni, fa che ci rendiamo disponibili ad accogliere con affetto il dono dell'altro per camminare insieme verso di te.**

### **Impegno**

Offro un gesto concreto di vicinanza o una preghiera, come segno di attenzione per una persona che ne ha bisogno.

## **Sabato 25 Marzo**

### **Annunciazione del Signore**

#### **Dal Vangelo di Luca 1,26-38**

Nel sesto mese, l'angelo Gabriele fu mandato da Dio in una città della Galilea, chiamata Nazaret, a una vergine, promessa sposa di un uomo della casa di Davide, chiamato Giuseppe. La vergine si chiamava Maria. Entrando da lei, disse: "Ti saluto, o piena di grazia, il Signore è con te". A queste parole ella rimase turbata e si domandava che senso avesse un tale saluto. L'angelo le disse: "Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. Ecco concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù. Sarà grande e chiamato Figlio dell'Altissimo; il Signore Dio gli darà il trono di Davide suo padre e regnerà per sempre sulla casa di Giacobbe e il suo

regno non avrà fine". Allora Maria disse all'angelo: "Come è possibile? Non conosco uomo". Le rispose l'angelo: "Lo Spirito Santo scenderà su di te, su te stenderà la sua ombra la potenza dell'Altissimo. Colui che nascerà sarà dunque santo e chiamato Figlio di Dio. Vedi: anche Elisabetta, tua parente, nella sua vecchiaia, ha concepito un figlio e questo è il sesto mese per lei, che tutti dicevano sterile: nulla è impossibile a Dio". Allora Maria disse: "Eccomi, sono la serva del Signore, avvenga di me quello che hai detto". E l'angelo partì da lei.

### **Commento**

Il "SI" di Maria ha cambiato la storia dell'umanità. Un Si unico, inimitabile nel suo genere che invita noi a valorizzare i nostri piccoli e grandi "si" che possiamo dire a Dio e a chi ci è vicino. Ciò ci invita a pensare a quante volte anche i nostri piccoli "si" possono dare una direzione diversa alla vita e alle situazioni che viviamo. Quante volte con un "si" detto mettiamo in pratica la volontà di Dio, o possiamo rendere felice qualcuno vicino a noi, o condizionare gli eventi che ne seguono. Proviamo a pensare come oggi possiamo usare bene questa semplice sillaba e quanto può cambiare il corso della nostra storia. Pensiamo solo al "SI" pronunciato nel nostro matrimonio, alla volontà di avere e accogliere un figlio, al "si" di fronte ad un cambiamento di lavoro, o ad una persona che ci chiedeva un aiuto importante. Faccio memoria di questi "si" e rendo lode a Dio per i doni che ho ricevuto.

### **Preghiera**

**Vergine per sempre offerta a Dio,  
ti offriamo il nostro cuore: insegnaci l'amore.  
Vergine umile e attenta custode della Parola,  
apri le menti perché sappiamo accogliere la Verità.  
Vergine orante, con te preghiamo:  
venga il regno di Dio, rendici testimoni del Signore.  
Vergine che cammini dietro i passi di Gesù,  
nostra guida sicura, mostraci tu la strada del Vangelo.  
Vergine docile serva del Signore, diciamo ancora "sì":  
esso è un piccolo seme, piantalo tu e dia frutto nella Chiesa di Dio.**

### **Impegno**

Mi impegno in questa giornata a valorizzare i miei "SI" e a renderli strumenti per il bene degli altri. Come il "SI" di Maria.

## Domenica 26 Marzo

### Dal Vangelo di Giovanni 11, 1-53

Venne dunque Gesù e trovò Lazzaro che era già da quattro giorni nel sepolcro. Marta dunque, come seppe 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 chiederai a Dio, egli te la concederà”. Gesù le disse: “Tuo fratello risusciterà”. Gli rispose Marta: “So che risusciterà nell'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 morrà in eterno. Credi tu questo?”. Gli rispose: “Sì, o Signore, io credo che tu sei il Cristo, il Figlio di Dio che deve venire nel mondo”.

### Commento

Questa pagina del Vangelo mette in risalto la grande fede di una donna: Marta, la cui fede la porta a credere, a fidarsi di Gesù, sempre, anche quando umanamente sembra ormai persa ogni speranza... Siamo di fronte ad una vicenda drammatica: la morte di una persona cara. A Marta è morto il fratello, la sua prima reazione, così di primo acchito è quasi una lamentela nei confronti di Gesù: “Signore, se tu fossi stato qui, mio fratello non sarebbe morto!”. Pensiamo a quante volte anche noi di fronte alle cose che non vanno come vorremmo, ci lamentiamo, quasi siamo risentiti nei confronti di Gesù e ci capita di pensare: “Eppure io ho pregato, mi sto comportando come tu mi chiedi ma allora perché mi è capitata questa cosa? Perché Gesù mi hai mandato questa sofferenza?” A Marta, ma anche a noi, Gesù insegna ad andare oltre, a non fermarsi alle nostre considerazioni, pur sempre troppo “umane”, ma a fidarsi di Lui, senza riserve, senza la pretesa di potere sempre capire tutto, in anticipo. C'è una cosa però, che ci ricorda Gesù, di cui possiamo essere certi e che rappresenta una costante di tutti i misteri di Dio: per quanto incomprensibili ai nostri occhi possano essere i suoi piani, **Dio agisce sempre per il nostro bene**, non dobbiamo mai dimenticarlo perché solo questa certezza ci può infondere serenità e, anche nei momenti più bui, accendere in noi la speranza. **“Io sono la risurrezione e la vita”** afferma Gesù, lo dice a Marta, dialogando fisicamente con lei e lo ripete a noi dando voce al Suo spirito che in noi dimora. Marta pensa alla risurrezione dell'ultimo giorno, sa che suo fratello risorgerà, ma non solo questo le rivela Gesù. Quello che Gesù le, ci, vuol fare capire è che in realtà per la risurrezione e la vita vera, non dobbiamo attendere, Gesù anche ora è qui con noi e se lo seguiamo la

resurrezione ha inizio già in questa vita. Marta ha creduto e poi sappiamo come è andata a finire.... Lazzaro è tornato in vita. Il miracolo a cui ambiva Gesù era entrare nel cuore di Marta, lei lo ha accolto e solo dopo lui ha esaudito una sua richiesta, ma... il miracolo atteso da Gesù era già avvenuto....

### ***Preghiera***

**Aiutaci Gesù ad accettare e vivere alla luce della Fede tutto ciò che la vita ci riserva, le cose belle come i momenti più difficili e dolorosi.... Ti chiediamo non di toglierci la sofferenza, ma di portarla insieme a noi, di darci la Grazia di sentirti vicino anche e soprattutto quando i tuoi modi ed i tuoi tempi non coincidono con i nostri e facciamo fatica a capire... Dacci la Forza di seguire sempre la Tua - e non la nostra - volontà.**

### ***Impegno:***

Mi ricordo in una cosa difficile che faccio oggi o in una situazione che in questo periodo è per me causa di sofferenza, che Gesù mi è vicino. Cerco di mettermi in "ascolto" di Gesù per attingere da Lui la Forza.

## **Lunedì 27 Marzo**

### **Dal Vangelo di Marco 8,27-33**

Poi Gesù partì con i suoi discepoli verso i villaggi intorno a Cesarèa di Filippo; e per via interrogava i suoi discepoli dicendo: "Chi dice la gente che io sia?". Ed essi gli risposero: "Giovanni il Battista, altri poi Elia e altri uno dei profeti". Ma egli replicò: "E voi chi dite che io sia?". Pietro gli rispose: "Tu sei il Cristo". E impose loro severamente di non parlare di lui a nessuno. E cominciò a insegnar loro che il Figlio dell'uomo doveva molto soffrire, ed essere riprovato dagli anziani, dai sommi sacerdoti e dagli scribi, poi venire ucciso e, dopo tre giorni, risuscitare. Gesù faceva questo discorso apertamente. Allora Pietro lo prese in disparte, e si mise a rimproverarlo. Ma egli, voltatosi e guardando i discepoli, rimproverò Pietro e gli disse: "Lungi da me, satana! Perché tu non pensi secondo Dio, ma secondo gli uomini".

## **Commento**

Com'è difficile pensare secondo Dio e non secondo gli uomini! Per farlo Gesù ci chiede due cose, impegnative ma necessarie: **“Se qualcuno vuol venire dietro a me, rinneghi se stesso, prenda la sua croce e mi segua”**. Seguire Gesù non significa aggiustare un po' il tiro, modificare un po' il nostro carattere restando di fondo gli stessi, va fatto qualcosa di più radicale. Quante volte i nostri pensieri e il nostro agire si discostano da Gesù.... Non ci allontaniamo da lui soltanto quando ci comportiamo male con gli altri in modo palese, ogni volta che parliamo male degli altri o semplicemente “pensiamo” male degli altri, Gesù non è con noi. “Rinnegare” se stessi significa cambiare completamente punto di vista, far sì che Gesù trasformi il nostro cuore, togliere il male da dentro di noi: a volte il nostro cuore è abitato da rancori, litigi, antipatie....Quando capita questo, in realtà non sono gli altri il problema ma noi stessi. Ci ergiamo a “giudici” degli altri, dimenticandoci di fare quello che ci è stato chiesto da Gesù. Se vogliamo che Gesù torni da noi occorre abbattere il nostro egocentrismo, uscire da noi stessi e coltivare nel nostro cuore unicamente il desiderio del bene. Sentendoci bene dentro saremo anche più corazzati per affrontare le sofferenze che la vita ci riserva. Nella vita non sempre va tutto bene, gioie e dolori si alternano, periodi felici si contrappongono a momenti bui. E' facile avere fede quando le cose vanno bene, ma serve a poco perché il nostro rapporto con Dio si mantiene superficiale. Solo il dolore ci può far crescere come cristiani, se la nostra sofferenza la affidiamo a Dio e chiediamo il suo aiuto. Quando la vita non va come ci aspettiamo, il dolore si impossessa di noi e capiamo che da soli non ce la facciamo, sentiamo di avere bisogno di Gesù e lo cerchiamo in modo più profondo, più vero. Dalla sofferenza, se accolta con gli occhi della fede, ne possiamo uscire cambiati, migliorati. Per questo per seguire Gesù, per seguirlo davvero, ciascuno di noi deve anche “prendere”, abbracciare la propria croce, e deve farlo ogni giorno.

## **Preghiera**

**Gesù aiutaci ad agire cercando il bene dell'altro, a volere sinceramente bene all'altro, chiunque esso sia, guardandolo come un fratello e non come un nemico da sconfiggere. Dacci il coraggio non solo di accettare la sofferenza ma di accoglierla come un dono, un'opportunità per incontrarTi più da vicino.**

## **Impegno:**

Guardiamo ciò che di “bello” c'è nelle persone che incontreremo oggi, mettiamo a fuoco il positivo degli altri e..... fermiamoci qui.

## Martedì 28 Marzo

### Dal Vangelo di Giovanni 6, 63b – 71

“Le parole che vi ho dette sono spirito e vita. Ma vi sono alcuni tra voi che non credono”. Gesù infatti sapeva fin da principio chi erano quelli che non credevano e chi era colui che lo avrebbe tradito. E continuò: “Per questo vi ho detto che nessuno può venire a me, se non gli è concesso dal Padre mio”.

Da allora molti dei suoi discepoli si tirarono indietro e non andavano più con lui. Disse allora Gesù ai Dodici: “Forse anche voi volete andarcene?”. Gli rispose Simon Pietro: “Signore, da chi andremo? Tu hai parole di vita eterna; noi abbiamo creduto e conosciuto che tu sei il Santo di Dio”. Rispose Gesù: “Non ho forse scelto io voi, i Dodici? Eppure uno di voi è un diavolo!”. Egli parlava di Giuda, figlio di Simone Iscariota: questi infatti stava per tradirlo, uno dei Dodici.

### Commento

Ognuno di noi ha la propria storia, il proprio percorso di fede. Le strade per arrivare a Dio sono tante, c'è una frase celebre che rende bene l'idea, dice così: “le vie del Signore sono infinite”, chissà quante volte ci è capitato di sentirla....E' proprio così. Ma se le strade per arrivare a Gesù sono diverse, quasi plasmate “su misura” per ciascuno di noi, è vero anche che la meta, il fine ultimo del nostro cercare, uno solo è, uguale per tutti. Chi, percorrendo la sua strada, è arrivato a credere, e lo ha fatto nel profondo del suo cuore, ha trovato Gesù. E quando si trova Gesù tutto il resto, anche quello che prima si credeva così importante e fondamentale, passa in secondo piano. Non sempre è facile seguire Gesù, a volte non ci sentiamo all'altezza del compito che ci è stato affidato, pensiamo di non farcela e siamo tentati anche noi, come i discepoli di allora, di andare via, di cambiare strada....E' proprio in quei momenti che dobbiamo lasciare risuonare forte in noi la voce dello Spirito, per arrivare a dire, ancora una volta, come Pietro: **“Signore, da chi andremo? Tu solo hai parole di vita eterna.”**, con la ferma consapevolezza di non avere altre alternative se non quella di seguire Gesù, se vogliamo davvero vivere.

## **Preghiera**

**Padre ti ringraziamo perché ci hai concesso di arrivare a Gesù. Non possiamo che ringraziarti, perché se siamo qui ora non sono nostri i meriti ma la Tua Grazia lo ha permesso. Grazie perché ci fai sentire in qualche modo privilegiati da Te.**

### ***Impegno:***

Come segno di ringraziamento cantiamo una canzone, che sentiamo nel cuore, a Gesù. Poi teniamo stretta, dentro, la gioia che questo canto ci ha trasmesso, per ricordarci che Dio ama chi si dona a Lui..... con gioia!

## **Mercoledì 29 Marzo**

### **Dal Vangelo di Luca 18, 31 – 34**

Poi prese con sé i Dodici e disse loro: “Ecco, noi andiamo a Gerusalemme, e tutto ciò che fu scritto dai profeti riguardo al Figlio dell'uomo si compirà.

Sarà consegnato ai pagani, schernito, oltraggiato, coperto di sputi e, dopo averlo flagellato, lo uccideranno e il terzo giorno risorgerà”. Ma non compresero nulla di tutto questo; quel parlare restava oscuro per loro e non capivano ciò che egli aveva detto.

### ***Commento***

In queste poche righe Gesù spiega ai suoi discepoli cosa gli accadrà, cosa lo attende a Gerusalemme... Sono parole forti quelle di Gesù, che preannunciano un tragico epilogo. I discepoli sembrano non capire, hanno abbandonato tutto per seguirlo, l'hanno visto fare grandi miracoli, lui è il Messia, il Figlio di Dio, lui può tutto, com'è possibile che verrà arrestato, torturato, ucciso? In effetti che un “Messia” finisca in questo modo apparentemente non ha molto senso. In realtà, noi ora lo sappiamo, la morte di Gesù non sarà la fine ma solo l'inizio, il primo passo verso una nuova vita perché Gesù, dopo solo tre giorni, risorgerà. Per noi oggi è

diventato normale, anche “troppo” normale, ricordare quello che Gesù ha fatto per noi, ma ci rendiamo bene conto di quello che è successo? Circa 2000 anni fa, nella città di Gerusalemme, c’è stato qualcuno che ha liberamente deciso di essere deriso, insultato, umiliato, percosso, flagellato arrivando perfino a morire inchiodato ad una croce....e lo ha fatto anche per te, per amore tuo. Direi che più di così era impossibile fare. Forse è il caso che ci fermiamo un attimo a riflettere.

### ***Preghiera***

**Gesù ti chiediamo perdono per tutte le volte che ti abbiamo fatto soffrire, per tutte le volte che ci siamo allontanati da te, per tutte le volte che non ti abbiamo saputo.... amare abbastanza.**

### ***Impegno:***

Vado a trovare una persona ammalata o una persona sola, ricerco nel suo volto il volto sofferente di Gesù e gli do il mio conforto.

## **Giovedì 30 Marzo**

### **Dal Vangelo di Giovanni 7, 43 – 53**

E nacque dissenso tra la gente riguardo a lui. Alcuni di loro volevano arrestarlo, ma nessuno gli mise le mani addosso. Le guardie tornarono quindi dai sommi sacerdoti e dai farisei e questi dissero loro: “Perché non lo avete condotto?”. Risposero le guardie: “Mai un uomo ha parlato come parla quest'uomo!”. Ma i farisei replicarono loro: “Forse vi siete lasciati ingannare anche voi? Forse gli ha creduto qualcuno fra i capi, o fra i farisei? Ma questa gente, che non conosce la Legge, è maledetta!”. Disse allora Nicodèmo, uno di loro, che era venuto precedentemente da Gesù: “La nostra Legge giudica forse un uomo prima di averlo ascoltato e di sapere ciò che fa?”. Gli risposero: “Sei forse anche tu della Galilea? Studia e vedrai che non sorge profeta dalla Galilea”. E tornarono ciascuno a casa sua.

## **Commento**

Centrale in questo brano il tema della legge. Le guardie, hanno un compito: devono eseguire i comandi che dall'alto gli vengono impartiti dai sommi sacerdoti e dai farisei. E' il loro lavoro. Sorprende notare come con Gesù non gli riesce di restare fedeli a questa legge e loro, colti in fallo, si giustificano dicendo: **“Mai un uomo ha parlato come parla quest'uomo”**. La legge, i nostri “doveri”, le “regole” a cui dobbiamo sottostare, sono giuste ed importanti, guai se non ci fossero, sarebbe il caos, ma il Vangelo ci ricorda che c'è un'altra legge, ancora più importante, ed è la Legge di Dio. Non sempre le “nostre” leggi le sentiamo giuste nel profondo della nostra coscienza e quando capita questo ci troviamo di fronte ad un bivio e, come hanno fatto le guardie, dobbiamo decidere da che parte stare, qual è per noi il richiamo più forte.

## **.Preghiera**

**Dio donaci occhi capaci non solo di guardare ma anche di capire e discernere in ogni nostra decisione la Tua volontà. Nelle tante alternative che la vita spesso ci propone, aiutaci a scegliere non solo la strada giusta, ma quella pensata da Te per noi, perché una sola è la Via che porta alla Verità e alla Vita. Fatti sentire soprattutto nei momenti di grande difficoltà quando decidere diventa più difficile e.... guidaci Tu!**

## **Impegno:**

Nel mio lavoro oggi non mi limito a sbrigare formalmente i miei doveri, ma in tutto quello che faccio porto con me Gesù e se mi viene chiesto qualcosa in contrasto con la mia coscienza, valuto bene cosa fare, dentro di me, prima di agire.

# **Venerdì 31 Marzo**

## **LA CROCIFISSIONE**

### **Dal Vangelo di Luca 23,33-38**

Quando giunsero al luogo detto Cranio, là crocifissero lui e i due malfattori, uno a destra e l'altro a sinistra. Gesù diceva: "Padre, perdonali, perché non sanno quello che fanno". Dopo essersi poi divise le sue vesti, le tirarono a sorte. Il popolo stava a vedere, i capi

invece lo schernivano dicendo: "Ha salvato gli altri, salvi se stesso, se è il Cristo di Dio, il suo eletto". Anche i soldati lo schernivano, e gli si accostavano per porgergli dell'aceto, e dicevano: "Se tu sei il re dei Giudei, salva te stesso". C'era anche una scritta, sopra il suo capo: Questi è il re dei Giudei.

### **Commento**

Siamo sul Golgota. Tu, Signore, ti lasci inchiodare in silenzio. Le uniche parole che pronunci sono parole di perdono, non di rimprovero o di condanna. Mentre vieni inchiodato sulla croce ci guardi con immensa compassione e comprensione. Grazie, Gesù, di amarci così tanto. Educaci all'arte del perdono. Quando il cammino si fa duro o ci sembra insopportabile vieni in nostro soccorso e donaci la forza di guardarci negli occhi per perdonarci, riconciliarci, senza condizioni, per puro amore, come hai fatto Tu dall'alto della croce.

### **Preghiera**

**Perdonaci, Signore, per tutte le volte che non abbiamo saputo perdonarci e viviamo chiusi nel nostro orgoglio. Donaci il coraggio di non scoraggiarci e ma con umiltà di cuore di amarci e onorarci ogni giorno della nostra vita. Tu sei la nostra forza e la nostra speranza. Amen**

### **Impegno:**

Mi impegno oggi ad essere umile e a chiedere scusa o a rendere il perdono qualora se fosse necessario.

## **Sabato 1 Aprile**

### **Dal Vangelo di Matteo 11, 25 – 30**

In quel tempo Gesù disse: "Ti benedico, o Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai tenuto nascoste queste cose ai sapienti e agli intelligenti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, o Padre, perché così è piaciuto a te. Tutto mi è stato dato dal Padre mio; nessuno conosce il Figlio se non il Padre, e nessuno conosce il Padre se non il Figlio e colui al quale il Figlio lo voglia rivelare.

Venite a me, voi tutti, che siete affaticati e oppressi, e io vi ristorerò. Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per le vostre anime. Il mio giogo infatti è dolce e il mio carico leggero”.

### **Commento**

Essere sapienti ed intelligenti non è di per se una cosa negativa ma lo diventa quando ciò che siamo - e talvolta anche ciò che possediamo - ci fa credere di poter bastare a noi stessi, di non avere bisogno di niente e di nessuno, compreso Dio. Compiacersi delle proprie “doti” e pensare di essere gli unici artefici del proprio destino, fanno perdere di vista Gesù. Qualche volta può essere capitato anche a noi di agire così, magari non in modo netto come i “sapienti” ed “intelligenti” cui si riferiva Gesù ma, ogni volta che nella nostra vita abbiamo fatto affidamento unicamente sulle nostre forze, sulla “nostra” sapienza, in quei momenti non abbiamo dato altra alternativa a Dio se non quella di celarsi ai nostri occhi. Gesù ci insegna ad essere “miti” e “umili”, solo quando ci facciamo “piccoli” con la consapevolezza di non essere e non valere niente senza Dio, Lui si rivela a noi e, continuando così, nel tempo, potremo arrivare a possedere, non la nostra, ma la... Sua Sapienza! Questa Sapienza è accessibile a tutti, non occorrono grandi e particolari doti ma una cosa sì, la più bella ma anche la più impegnativa..... tanto Amore!

### **Preghiera: “Preghiera Semplice” (S. Francesco d’Assisi)**

**Signore, fa di me uno strumento della tua Pace:**

**Dove è odio, fa’ ch’io porti l’Amore.**

**Dove è offesa, ch’io porti il Perdono.**

**Dove è discordia, ch’io porti l’Unione.**

**Dove è dubbio, ch’io porti la Fede.**

**Dove è errore, ch’io porti la Verità.**

**Dove è disperazione, ch’io porti la Speranza.**

**Dove è tristezza, ch’io porti la Gioia.**

**Dove sono le tenebre, ch’io porti la Luce.**

**Maestro, fa’ che io non cerchi tanto:**

**Ad essere consolato, quanto a consolare.**

**Ad essere compreso, quanto a comprendere.**

**Ad essere amato, quanto ad amare.**

**Poiché si è: dando, che si riceve.**

**Perdonando che si è perdonati.**

**Morendo, che si risuscita a Vita Eterna.**

**Impegno:**

In questa giornata do dimostrazione pratica in famiglia e/o al lavoro, dell' Amore di Gesù attraverso un gesto, un aiuto, una parola, un sorriso.... Se con qualcuno sto vivendo degli "atriti", la sera, nel silenzio della mia camera, lascio tutto e porto questa persona con me, dentro il mio cuore e col cuore....la perdono.

## **Domenica 2 Aprile**

**Dal Vangelo di Giovanni 12, 12-16**

Il giorno seguente, la gran folla che era venuta per la festa, udito che Gesù veniva a Gerusalemme, prese dei rami di palme e uscì incontro a lui gridando: Osanna! Benedetto colui che viene nel nome del Signore, il re d'Israele! Gesù, trovato un asinello, vi montò sopra, come sta scritto: Non temere, figlia di Sion! Ecco, il tuo re viene, seduto sopra un puledro d'asina. Sul momento i suoi discepoli non compresero queste cose; ma quando Gesù fu glorificato, si ricordarono che questo era stato scritto di lui e questo gli avevano fatto.

**Commento**

Due gesti accompagnano l'entrata di Gesù in Gerusalemme. La folla grida la sua gioia con inni e canti, urla di gioia. Una gioia che nasce dal cuore nel riconoscere in Gesù il Messia, il Figlio di Dio, atteso dal popolo come Salvatore. E' quella gioia che dovrebbe spingere anche noi ad andare incontro a Gesù in questi giorni di Pasqua, a stargli vicino nella sua Passione, a dire la nostra lode e il nostro Osanna! La folla stende rami di palme e mantelli al passaggio di Gesù. Segno di accoglienza e di rispetto profondo, metto ai tuoi piedi Gesù i miei mantelli perché ti riconosco come mio Signore. E io cosa metto ai piedi di Gesù come segno di riconoscenza rispetto, di affidamento a Lui? Due gesti accompagnano Gesù nella nostra Pasqua. Con quali gesti mi preparo alla Pasqua quest'anno.

### ***Preghiera***

**Signore, in questi giorni che ci fanno rivivere i momenti fondamentali della nostra storia di salvezza, rinnova la nostra fede. Che le feste pasquali accendano anche in noi il fuoco vivo del tuo amore, un fuoco con cui incendiare il mondo intero, perché nessun uomo possa ignorare che tu sei Padre d'amore, e hai donato il tuo Figlio e lo Spirito per rendere anche noi, e tutti, figli amati e felici di abitare con te, e lodare per sempre il tuo nome. Amen**

### ***Impegno:***

Penso con quali gesti concreti, mi impegno a vivere questa santa settimana.

## **Lunedì 3 Aprile**

### **Dal Vangelo Luca 21, 34-36**

State bene attenti che i vostri cuori non si appesantiscano in dissipazioni, ubriachezze e affanni della vita e che quel giorno non vi piombi addosso improvviso; come un laccio esso si abatterà sopra tutti coloro che abitano sulla faccia di tutta la terra. Vegliate e pregate in ogni momento, perché abbiate la forza di sfuggire a tutto ciò che deve accadere, e di comparire davanti al Figlio dell'uomo».

### ***Commento***

Due sono gli atteggiamenti da avere in questi giorni che precedono la Pasqua. Non appesantire il cuore da cose materiali o problemi che ci fanno perdere il senso e la bellezza di questi giorni. E' facile cadere nella tentazione di lasciarci assorbire da una vita frenetica che ci porta a perdere di vista il senso di ciò che facciamo o che riceviamo. Non lasciare che le cose e i problemi ti schiaccino sotto il loro peso. Per questo: Vegliate e Pregate! Due imperativi che liberano il cuore dal peso del mondo e di tutto ciò che ci circonda. Vegliate per non lasciarci sorprendere dalle tentazioni; pregate perché lo Spirito ci aiuti a vincere le tentazioni. La preghiera può cambiare la tua vita in qualunque momento, in qualunque situazione tu trovi, a qualunque

età! Lo scopo della preghiera non è tanto di ottenere ciò che noi domandiamo a Dio, quanto piuttosto di convertirci e di cambiare vita.

### **Preghiera**

**Qualche volta mi sento come schiacciato da situazioni che non ho scelto, dal mio prossimo che mi chiede troppo, da me stesso che non mi rifiuto nulla.**

**Il cuore troppo pesante, roso dalla stanchezza, preso dal lavoro, paralizzato dalla paura. Il cuore troppo pensante, che gira intorno, Che non pensa che a sé, che fugge dalle responsabilità. Volgete lo sguardo in alto! Dice Gesù.**

**Svegliatevi, fate attenzione, diffidate di voi, non lasciatevi vincere, imprigionare da queste pesantezze. Alzatevi! Sollevate la testa! Pregate sempre: la vostra liberazione è vicina.**

### ***Impegno:***

Trovo il tempo per pensare alle cose fatte oggi e a ringraziare Dio del bene ricevuto e donato.

## **Martedì 4 Aprile**

### **Dal Vangelo di Matteo 26, 1-5**

Terminati tutti questi discorsi, Gesù disse ai suoi discepoli: «Voi sapete che fra due giorni è Pasqua e che il Figlio dell'uomo sarà consegnato per essere crocifisso». Allora i sommi sacerdoti e gli anziani del popolo si riunirono nel palazzo del sommo sacerdote, che si chiamava Caifa, e tennero consiglio per arrestare con un inganno Gesù e farlo morire. Ma dicevano: «Non durante la festa, perché non avvengano tumulti fra il popolo».

## **Commento**

*Gesù ha piena consapevolezza di quello che gli sa per accadere, sa bene cosa gli capiterà, eppure va avanti nel suo adempiere la volontà del Padre, non si tira indietro. E con la stessa determinazione le autorità religiose tramano il suo arresto e la sua morte per toglierlo di mezzo. Ci impressionano queste due chiare posizioni Che dicono l'una la piena disponibilità a quello per cui è stato chiamato a fare, l'altra la spietata decisione di togliere di mezzo Gesù. Atteggiamenti che ci toccano nel nostro quotidiano quando siamo di fronte ad un dovere sofferto o ad una persona che ci da fastidio. Forse questa parola ci mette di fronte alla nostra realtà e su come noi la affrontiamo. Un pensiero a riguardo.*

## **Preghiera**

**Perché le genti congiurano perché invano cospirano i popoli?  
Insorgono i re della terra e i principi congiurano insieme  
contro il Signore e contro il suo Messia:**

**"Io l'ho costituito mio sovrano sul Sion mio santo monte".**

**Annunzierò il decreto del Signore.**

**Egli mi ha detto: "Tu sei mio figlio, io oggi ti ho generato.**

**servite Dio con timore e con tremore esultate;**

**che non si sdegni e voi perdiate la via.**

**Improvvisa divampa la sua ira. Beato chi in lui si rifugia.**

## **Impegno:**

Con che spirito affronto il mio dovere, anche quando questo è motivo di sofferenza per me. Lo accolgo e lo porto avanti. Come reagisco di fronte alle persone che mi danno fastidio. Oggi tengo conto di questo.

# Mercoledì 5 Aprile

## Dal Vangelo di Matteo 26, 14-16

Allora uno dei Dodici, chiamato Giuda Iscariota, andò dai sommi sacerdoti e disse: «Quanto mi volete dare perché io ve lo consegni?». E quelli gli fissarono trenta monete d'argento. Da quel momento cercava l'occasione propizia per consegnarlo.

### Commento

Povero Giuda. Che cosa gli sia passato nell'anima io non lo so. E' uno dei personaggi più misteriosi che noi troviamo nella Passione del Signore. Non cercherò neanche di spiegarvelo, mi accontento di domandarvi un po' di pietà per il nostro povero fratello Giuda. Non vergognatevi di assumere questa fratellanza. Io non me ne vergogno, perché so quante volte ho tradito il Signore; e credo che nessuno di voi debba vergognarsi di lui. E chiamandolo fratello, noi siamo nel linguaggio del Signore. Quando ha ricevuto il bacio del tradimento, nel Getsemani, il Signore gli ha risposto con quelle parole che non dobbiamo dimenticare: "Amico, con un bacio tradisci il Figlio dell'uomo!" come mai un apostolo del Signore è finito come traditore? Conoscete voi, o miei cari fratelli, il mistero del male? Sapete dirmi come noi siamo diventati cattivi? Ricordatevi che nessuno di noi in un certo momento non ha scoperto dentro di sé il male. L'abbiamo visto crescere il male, non sappiamo neanche perché ci siamo abbandonati al male, perché siamo diventati dei bestemmiatori, dei negatori. Non sappiamo neanche perché abbiamo voltato le spalle a Cristo e alla Chiesa. Ad un certo momento ecco, è venuto fuori il male, di dove è venuto fuori? Chi ce l'ha insegnato? Chi ci ha corrotto? Chi ci ha tolto l'innocenza? Chi ci ha tolto la fede? Chi ci ha tolto la capacità di credere nel bene, di amare il bene, di accettare il dovere, di affrontare la vita come una missione. Vedete, Giuda, fratello nostro! Fratello in questa comune miseria e in questa sorpresa!

Qualcheduno però, deve avere aiutato Giuda a diventare il Traditore. C'è una parola nel Vangelo, che non spiega il mistero del male di Giuda, ma che ce lo mette davanti in un modo impressionante: "Satana lo ha occupato". Ha preso possesso di lui, qualcheduno deve averlo introdotto. Quanta gente ha il mestiere di Satana: distruggere l'opera di Dio, desolare le coscienze, spargere il dubbio, insinuare l'incredulità, togliere la fiducia in Dio, cancellare il Dio dai cuori di tante creature. Questa è l'opera del male, è l'opera di Satana. (Primo Mazzolari)

### ***Preghiamo insieme***

**Padre santo, custodiscili nel tuo nome, quello che mi hai dato, perché siano una sola cosa, come noi.**

**Quand'ero con loro, io li custodivo nel tuo nome, quello che mi hai dato, e li ho conservati, e nessuno di loro è andato perduto, tranne il figlio della perdizione, perché si compisse la Scrittura. Ma ora io vengo a te e dico questo mentre sono nel mondo, perché abbiano in se stessi la pienezza della mia gioia. Io ho dato loro la tua parola e il mondo li ha odiati, perché essi non sono del mondo, come io non sono del mondo.**

### ***Impegno***

Oggi avrò modo di riflettere sui i miei tradimenti verso Gesù e verso le persone care e scoprire cosa mi ha spinto a tradire

## **Giovedì Santo 6 Aprile**

### **Dal Vangelo di Matteo 26, 26-30**

Ora, mentre essi mangiavano, Gesù prese il pane e, pronunciata la benedizione, lo spezzò e lo diede ai discepoli dicendo: "Prendete e mangiate; questo è il mio corpo". Poi prese il calice e, dopo aver reso grazie, lo diede loro, dicendo: "Bevetene tutti, perché questo è il mio sangue dell'alleanza, versato per molti, in remissione dei peccati. Io vi dico che da ora non berrò più di questo frutto della vite fino al giorno in cui lo berrò nuovo con voi nel regno del Padre mio". E dopo aver cantato l'inno, uscirono verso il monte degli Ulivi.

### ***Commento***

Il giorno del giovedì santo è caratterizzato dall'istituzione dell'Eucarestia. Con questo Gesù, prima di morire e di abbandonare questo mondo, ha voluto lasciarci la sua presenza per rimanere sempre con noi. Quel pezzo di pane consegnato agli Apostoli non è altro che il suo Corpo dato per amore perché cibandoci dell'Eucarestia noi diventiamo capaci di amare come ci ha amati Gesù. Che grande dono l'Eucarestia!

Oggi celebriamo il ricordo di quel gesto, oggi rinnoviamo il suo Amore per noi. Il pane e il vino consegnati nelle mani degli Apostoli come dono sono il preludio della sua consegna nelle mani dei nemici che lo uccideranno e il sangue versato dalla croce il giorno dopo. Per questo ogni domenica celebrando l'Eucarestia noi facciamo memoria della sua Pasqua, della sua morte e Resurrezione secondo le sue parole: "Fate questo in memoria di me!".

### ***Preghiera***

**Signore, aiutaci a vivere sempre in rendimento di grazie.**

**Fa' che celebriamo l'eucaristia con il cuore puro, con l'animo preparato, in piena obbedienza a quanto Gesù ci ha comandato e la Chiesa ci insegna. Fa' che l'eucaristia sia il centro, il modello, la forza plasmatrice di tutta la nostra vita.**

**Dona a ogni credente, a ogni famiglia, ogni gruppo, ogni comunità, di trovare nell'eucaristia la regola, il modello e l'alimento della vita cristiana di ogni giorno.**

### ***Impegno:***

In questo giorno mi reco in chiesa per un momento di adorazione a Gesù, riconoscendolo presente nell'Eucarestia

## **Venerdì Santo 7 Aprile**

### **Dal Vangelo di Marco 15,33-37**

Venuto mezzogiorno, si fece buio su tutta la terra, fino alle tre del pomeriggio. Alle tre Gesù gridò con voce forte: Eloì, Eloì, lemà sabactàni?, che significa: Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato? Alcuni dei presenti, udito ciò, dicevano: "Ecco, chiama Elia!". Uno corse a inzuppare di aceto una spugna e, postala su una canna, gli dava da bere, dicendo: "Aspettate, vediamo se viene Elia a toglierlo dalla croce". Ma Gesù, dando un forte grido, spirò.

*In silenzio mettiti davanti al crocifisso e prega*

Signore Gesù crocifisso, permettimi di stare qui, davanti a Te.  
Mi capita raramente di guardarti come faccio in questo momento.  
Tu mi attendi qui da sempre,  
per dirmi quanto mi vuoi bene e quanto ti sono prezioso.  
Con le tue braccia aperte sembra  
che tu voglia raggiungere tutti gli uomini,  
come in un abbraccio universale.  
Sento che in questo abbraccio ci sono anch'io.  
Esso mi dà sicurezza, perché è pieno di amore.  
E' un abbraccio gratuito, purissimo, totale,  
che mi fa superare il timore per le mie impurità,  
per le mie cattiverie, per tutti i miei peccati.  
Per il mistero della tua croce,  
dona a me e a tutti gli uomini del mondo  
un supplemento di fede interiore.  
Portaci per mano fuori da noi stessi,  
verso di te e verso i fratelli;  
e fa' che ciò di cui non siamo capaci  
possa essere il dono della ricchezza del tuo amore infinito.

***Impegno:***

Oggi cerco di partecipare alla via Crucis e mi fermo a contemplare il Crocifisso e gli regalo un bacio.

# **Sabato 8 Aprile**

## **Il silenzio del Sabato Santo**

Il silenzio dentro di sé è fondamentale nella vita della coppia. Signore, che vuoi che io faccia? Amare significa anche smettere di parlare e ascoltare Dio con il cuore, sperimentare nel silenzio la sua presenza.

Una persona capace di fare silenzio e di ascoltare Dio diventerà capace anche di ascoltare il coniuge, i figli o chiunque altro, mettendo a tacere se stesso, le proprie rivendicazioni, e aspettando con fiducia certa che il Signore è fedele alle promesse fatte. Non si tratta di una attesa passiva, di un silenzio sterile, per cui si finisce solo con il chiudersi in se stessi, con l'abbandonare la lotta, rassegna dosi alla mediocrità. Quante speranze sepolte nella nostra vita, nelle nostre famiglie! Quanti sogni, aspirazioni, progetti spenti nei nostri "sepolcri". Il silenzio che si richiede alla coppia non è il nulla. E' piuttosto un entrare nel cuore dei problemi e nel centro della vita. E' un silenzio arricchente, un'attesa piena di speranza, un arte che richiede umiltà, impegno sensibilità.

### **Preghiera**

**Signore, tutto è finito! E' venuta la sera e Tu giaci nel sepolcro.**

**Tutti ne tornano a casa, delusi e tristi:**

**e non ci sei più, di te solo un ricordo.**

**Quante volte ci sentiamo così anche noi: soli, tristi, delusi, con un solo povero ricordo di te! E' perché non abbiamo fede, non sappiamo vederti, non ricordiamo di te le grandi cose che tu hai fatto in noi.**

**Accendi in noi il ricordo palpitante di te; la certezza che tu sei vivo, con noi, sempre. Rendici capaci di superare i momenti di sconforto gli insuccessi e le nostre cadute, e di sapere che nel sepolcro, nel silenzio, quando tutto sembra morto e finito, tu sei ancora vivo e presente, tu sei con noi.**

### **Impegno**

Oggi farò una visita al sepolcro e sosterò davanti a Gesù e chiedo a lui:  
Quali sono le mie delusioni speranze e attese

# DOMENICA di PASQUA 9 APRILE

## Dal Vangelo di Giovanni 20, 11-18

Maria invece stava all'esterno vicino al sepolcro e piangeva. Mentre piangeva, si chinò verso il sepolcro e vide due angeli in bianche vesti, seduti l'uno dalla parte del capo e l'altro dei piedi, dove era stato posto il corpo di Gesù. Ed essi le dissero: «Donna, perché piangi?». Rispose loro: «Hanno portato via il mio Signore e non so dove lo hanno posto». Detto questo, si voltò indietro e vide Gesù che stava lì in piedi; ma non sapeva che era Gesù. Le disse Gesù: «Donna, perché piangi? Chi cerchi?». Essa, pensando che fosse il custode del giardino, gli disse: «Signore, se l'hai portato via tu, dimmi dove lo hai posto e io andrò a prenderlo». Gesù le disse: «Maria!». Essa allora, voltatasi verso di lui, gli disse in ebraico: «Rabbunì!», che significa: Maestro! Gesù le disse: «Non mi trattenere, perché non sono ancora salito al Padre; ma va' dai miei fratelli e di' loro: Io salgo al Padre mio e Padre vostro, Dio mio e Dio vostro». Maria di Màgdala andò subito ad annunziare ai discepoli: «Ho visto il Signore» e anche ciò che le aveva detto.

### **Commento**

Il vangelo di oggi descrive l'apparizione di Gesù a Maria Maddalena. La morte del suo grande amico spinge Maria a perdere il senso della vita. Ma non si arrende nella ricerca. Si reca al sepolcro per incontrare di nuovo colui che la morte le ha rapito. Ci sono momenti nella vita in cui tutto si sgretola. Sembra che sia finito tutto. Morte, disastri, dolori, delusioni, tradimenti! Tante cose che possono farci mancare la terra sotto i piedi e che possono spingerci verso una crisi profonda. Ma avvengono anche altre cose. Per esempio che, improvvisamente, incontriamo di nuovo un amico, un'amica e ciò può ridarci speranza e può farci scoprire che l'amore è più forte della morte e della sconfitta. Cosa rende possibile l'incontro di Maria con Gesù? Da un lato la mancanza, il vuoto ("Hanno portato via il mio Signore"), che fa nascere il bisogno, il desiderio. Dall'altra Gesù che la chiama per nome ("Maria") e soltanto quando si sente chiamata per nome, Maria riconosce Gesù. E il suo cuore è colmo di gioia incontenibile ("Andò subito ad annunziare"). Un desiderio che ci mette in moto e la gioia di essere chiamati per nome. La gioia di scoprire che Gesù non tradisce le sue promesse. Così lo è anche per noi!

***Preghiera:***

**Signore Gesù,  
come avevi predetto sei risorto:  
hai vinto la morte e l'odio di chi ti ha condannato,  
hai vinto il peccato di tutti gli uomini per i quali hai offerto al tua vita.  
Noi crediamo nella tua Resurrezione, e sappiamo che tu sei vivo.  
Aiutaci ad amarti presente ora qui con noi,  
a contemplare il tuo amore che si è donato in questa Pasqua  
e a sentirti oggi e sempre con noi, dentro la nostra vita.**

**Impegno**

La gioia di aver incontrato il Risorto ci porta ad annunciarlo e testimoniare con gioia a tutti coloro che incontriamo.

