

# Arcidiocesi di Torino

*Uffici Famiglia,  
Catechistico,  
Catecumenato,  
Missionario e Liturgico*



**sussidio  
di preghiera  
per le famiglie**

**Quaresima  
2012**





# Quaresima 2012



## Quaresima 2012

Carissime famiglie,

anche per la quaresima 2012, gli Uffici pastorali della curia diocesana, coordinati dalla pastorale familiare, vi offrono uno strumento di preghiera e riflessione per aiutarvi in questo tempo di preparazione alla Pasqua.

Viviamo in un tempo segnato pesantemente dalla crisi economica che in realtà si sta rivelando come crisi politica, sociale e morale sollecitandoci a verificare quali siano le nostre mete, i nostri obiettivi di vita e come stiamo agendo per conseguirli. Purtroppo dobbiamo anche constatare che nella società vi è un deficit di coscienza morale abbastanza generalizzato e molti vengono meno ai doveri di cura, promozione del bene comune e della solidarietà con la comunità cittadina, regionale e nazionale.

Circa i problemi di macro economia ci auguriamo che vengano presto assunte decisioni che pongano le basi per una soluzione delle difficoltà attuali. Per uscire dalla crisi, è necessario tuttavia anche un coinvolgimento e un rinnovamento generale. Dobbiamo ricordarci che è facile individuare le omissioni e gli abusi altrui. In realtà occorre che ciascuno di noi sappia aprirsi a stili di vita ispirati al Vangelo, a partire dai compiti e dagli obblighi che gli competono in famiglia, nella professione o in ogni altra attività in cui è coinvolto. Dovremmo sentire questa necessità di cambiamento come un obbligo morale che ci fa più giusti verso gli altri e più santi agli occhi di Dio.

Questo piccolo sussidio vuole essere un invito e un'opportunità per vivere come famiglia un cammino di approfondimento della vita cristiana.

*Dagli Uffici Famiglia, Catechistico, Catecumenato, Missionario e Liturgico, buona Pasqua!*





## Quaresima 2012

### Il cammino verso la Pasqua

#### Premessa

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

Capita di pensare che essere cristiani autentici sia uno sforzo riservato ad inguaribili ottimisti. Gesù, mandato a noi proprio per rivelarci il Padre ed il suo amore, ci dice che non è così e ci chiede solo di aprire il cuore e accorgerci dei piccoli miracoli che quotidianamente ci vengono donati.

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





## Quaresima 2012

### 22 febbraio mercoledì delle Ceneri

Vangelo (Mt 6,1-6;16-18)  
“Chiudi la porta e prega il Padre tuo,  
che è nel segreto”

#### Commento

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

#### Preghiera

Accompagna il nostro cammino, Signore, perché lungo la strada possiamo incontrarti nel cuore e seguire Te, unica nostra verità.



#### Segno

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

#### Impegno

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





## Quaresima 2012



**23 febbraio**  
**giovedì dopo le Ceneri**

**Vangelo (Lc 9,22-25)**

**“Chi vuole salvare la propria vita,  
la perderà, ma chi perderà  
la propria vita per causa mia,  
la salverà”**

### ***Pensiero***

“Beato l'uomo che si dedica alla sapienza e riflette con la sua intelligenza” (Sir 14,20)

### ***Preghiera***

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



## Quaresima 2012

### 24 febbraio venerdì dopo le Ceneri

Vangelo (Mt 9,14-15)

“Possono forse gli invitati a nozze essere in lutto finché lo sposo è con loro?”

#### *Pensiero*

La gioia è amore,  
la conseguenza logica di un cuore ardente d'amore.  
La gioia è una necessità e una forza fisica.  
la nostra lampada arderà dei sacrifici fatti con amore  
se siamo pieni di gioia. (*Madre Teresa*)

#### *Preghiera*

Signore, aiutaci a gioire della condivisione  
segno della tua presenza tra noi.





## Quaresima 2012

**25 febbraio  
sabato dopo le Ceneri**

**Vangelo (Lc 5,27-32)**

**“Io non sono venuto a chiamare i giusti, ma i peccatori perché si convertano”**

### **Pensiero**

«Questo sforzo di conversione non è soltanto un'opera umana. È il dinamismo del "cuore contrito", attratto e mosso dalla grazia a rispondere all'amore misericordioso di Dio che ci ha amati per primo».

*(Benedetto XVI)*

### **Preghiera**

Liberaci, Signore, dalla tentazione di sentirci buoni.

Donaci l'onestà del cuore  
e rendici capaci di vedere il nostro limite  
e di aprirci al tuo perdono.





## Quaresima 2012



### **26 febbraio prima domenica di Quaresima**

**Vangelo (Mc 1,12-15)  
“Il regno di Dio è vicino;  
convertitevi e credete nel Vangelo”**

#### **Commento**

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

#### **Preghiera**

Signore, non vogliamo perdere tempo  
questo è il momento favorevole  
per diventare persone migliori  
e testimoniare ogni giorno il tuo Amore.

#### **Segno**

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

#### **Impegno**

Vogliamo dedicare più tempo all'ascolto di chi ci vive accanto.



## Quaresima 2012

**27 febbraio  
lunedì**

**Vangelo (Mt 25,31-46)**

**“Tutto quello che avete fatto a uno solo  
di questi miei fratelli più piccoli,  
l'avete fatto a me”**

### ***Pensiero***

La religione non consiste nel pregare molto.

La religione consiste in questa garanzia d'avere Dio vicino perché faccio del bene ai miei fratelli. La garanzia della mia preghiera non è quella di dire molte parole, la garanzia della mia preghiera è molto facile da conoscere: come mi comporto con il povero? Perché Dio sta lì! (Mons. Oscar Romero)

### ***Preghiera***

Signore, aiutaci a riconoscere il fratello  
attraverso il tuo sguardo.

Cambia i nostri occhi e il nostro cuore  
e rivelaci la tua tenerezza.





## Quaresima 2012

**28 febbraio  
martedì**

**Vangelo (Mt 6,7-15)  
“Padre nostro ... venga il tuo regno”**

### **Pensiero**

Ai piedi di DIO noi ritroviamo ogni verità perduta, tutto ciò che era precipitato nel buio diventa luce, tutto ciò che era tempesta si acquieta, tutto ciò che sembrava un valore, ma che valore non appare nella sua veste vera e noi ci risvegliamo alla bellezza di una vita onesta, sincera, buona, fatta di cose e non di apparenze, intessuta di bene, aperta agli altri, in tensione onnipresente fortissima affinché gli uomini siano una cosa sola.

*(Annalena Tonelli)*

### **Preghiera**

Signore, accresci in noi  
il desiderio profondo del Tuo Regno,  
perché da veri fratelli  
insieme, possiamo chiamarti Padre!





## Quaresima 2012

**29 febbraio  
mercoledì**

**Vangelo (Lc 11, 29-32)**

**“Questa generazione ... cerca un segno”**

### **Pensiero**

“La croce è il libro sul quale si formano i santi”.

(Can. Giuseppe Allamano)

### **Preghiera**

Seguendo le tue orme, Signore,  
fa che noi stessi diventiamo segni visibili  
per i fratelli che ti cercano.

**1 marzo  
giovedì**

**Vangelo (Mt 7,7-12)**

**“Tutto quanto volete che gli uomini facciano  
a voi, anche voi fatelo a loro”**

### **Pensiero**

“La mia vita mi ha insegnato che la mia fede senza  
l'amore è inutile, che la mia religione non ha  
tanti e poi tanti comandamenti ma ne ha uno solo.”

(Annalena Tonelli)

### **Preghiera**

Aiutaci, Signore, a superare la tiepidezza  
delle nostre relazioni  
e a saper dare tutto di noi stessi  
senza riserve.



## Quaresima 2012

**2 marzo  
venerdì**

**Vangelo (Mt 5,20-26)**

**“Va’ prima a riconciliarti con il tuo fratello e poi torna a offrire il tuo dono”**

### **Pensiero**

Sappiamo che se vogliamo amare veramente, dobbiamo imparare a perdonare  
Perdonate e chiedete di essere perdonati;  
scusate invece di accusare.

La riconciliazione avviene per prima cosa in noi stessi, non con gli altri. Inizia da un cuore puro.

*(Madre Teresa di Calcutta)*

### **Preghiera**

Signore, donaci la grazia  
del perdono e della riconciliazione  
con noi stessi e con gli altri.

Fa’ di noi dei costruttori della tua pace!





## Quaresima 2012



**3 marzo  
sabato**

**Vangelo (Mt 5,43-48)  
“Amate i vostri nemici”**

### **Pensiero**

«L'amore del nemico costituisce il nucleo della "rivoluzione cristiana", una rivoluzione non basata su strategie di potere economico, politico o mediatico. La rivoluzione dell'amore, un amore che non poggia in definitiva sulle risorse umane, ma è dono di Dio che si ottiene confidando unicamente e senza riserve sulla sua bontà misericordiosa.» (Benedetto XVI)

### **Preghiera**

Anche se non abbiamo nemici dichiarati,  
Signore,  
vogliamo amare anche chi facciamo fatica  
a sopportare,  
guardarlo con i tuoi occhi e allargare  
gli spazi del nostro cuore.



## Quaresima 2012

### 4 marzo seconda domenica di Quaresima

**Vangelo (Mc 9, 2-10)**  
**«Questi è il Figlio mio prediletto;  
ascoltatelo!».**

#### **Commento**

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

#### **Preghiera**

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

#### **Segno**

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



#### **Impegno**

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



## Quaresima 2012

**5 marzo  
lunedì**

**Vangelo (Lc 6, 36-38)**

**Siate misericordiosi, come è misericordioso  
il Padre vostro.**

### **Pensiero**

Quanto più la coscienza umana, soccombendo alla secolarizzazione, perde il senso del significato stesso della parola «misericordia», tanto più la Chiesa ha il diritto e il dovere di far appello al Dio della misericordia «con forti grida» (Giovanni Paolo II)

### **Preghiera**

Tu stai con me, io sono contento  
Tu il mio pastore, io il tuo agnellino  
Mi porti nei prati più verdi  
A bere l'acqua più buona  
Per i sentieri dove dolce è il cammino  
(Giusi Quarenghi, *Salmi per voce di bambino*)



*Non abbiate paura*



## Quaresima 2012

**6 marzo  
martedì**

**Vangelo (Mt 23, 1-12)  
“Uno solo è il vostro Maestro”**

### **Pensiero**

Non pretendere posizioni privilegiate, l'unico maestro è Gesù e i suoi seguaci sono tutti fratelli.

### **Preghiera**

Tu ti curi di me come una mamma  
Ho avuto paura, mi hai fatto coraggio  
Ero in pericolo, mi hai difeso  
Stavo male, mi hai curato  
Quando ti arrabbi, è per pochi minuti  
Quando mi vuoi bene  
Mi vuoi bene sempre.  
(Giusi Quarenghi, *Salmi per voce di bambino*)





## Quaresima 2012



### 7 marzo mercoledì

Vangelo (Mt 20, 17-28)

**«Di' che questi miei figli siedano uno alla tua destra e uno alla tua sinistra nel tuo regno».**

#### *Pensiero*

“Il Figlio dell’uomo è venuto non per essere servito, ma per servire e dare la sua vita in riscatto per tutti gli uomini”

#### *Preghiera*

Signore con pazienza mi insegni  
Quello che è giusto e quello che non lo è  
E io faccio quello che non è giusto  
Non posso fare a meno, è più forte di me  
(Giusi Quarenghi, salmi per voce di bambino)



## Quaresima 2012

**8 marzo  
giovedì**

**Vangelo (Lc 16, 19-31)**  
**«Se non ascoltano Mosè e i Profeti,  
neanche se uno risuscitasse dai morti  
saranno persuasi».**

### ***Pensiero***

Dov'è il tuo tesoro, là anche sarà il tuo cuore. I beni terreni non sono ricchezza per il cristiano.

### ***Preghiera***

Quando ti chiamo, rispondimi  
Quando grido, ascoltami  
Sto gridando, Perché non mi senti?  
Sono io, non riconosci la mia voce?  
Tendo le orecchie,  
voglio sentire quando ti avvicini  
Anche nel buio tengo gli occhi spalancati.  
(Giusi Quarenghi, *Salmi per voce di bambino*)





## Quaresima 2012



**9 Marzo  
venerdì**

**Vangelo (Mt 21, 33-43. 45-46)**

**“La pietra che i costruttori hanno scartata è  
diventata testata d'angolo”;**

### ***Pensiero***

Ha consegnato se stesso alla morte ed è stato annoverato fra gli empi, mentre egli portava il peccato di molti e intercedeva per i peccatori.

### ***Preghiera***

Sei buono con chi è buono  
Ma con i cattivi sei più buono  
Tratti bene gli innocenti  
Ma i malvagi li tratti meglio.  
Questo io vedo. Non lo sopporto.  
E allora io non capisco più  
E ti chiedo  
Perché cercare la bontà e la giustizia?  
(Giusi Quarenghi, *Salmi per voce di bambino*)





## Quaresima 2012

**10 marzo  
sabato**

**Vangelo (Lc 15, 1-3.11-32)**

**“Bisognava far festa e rallegrarsi, perché questo tuo fratello era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato”**

### **Pensiero**

Il figlio maggiore sta in casa ma non gusta più nulla e non sente più nulla, tutto è già “sentito”.

### **Preghiera**

Non smettere di volermi bene  
Non smettere mai  
Nemmeno quando ti faccio arrabbiare  
Ho sbagliato  
Sapevo che non era da fare  
L’ho fatto lo stesso  
L’ho fatto apposta. Lo so.  
Vieni a cercarmi, trovami  
Non dirmi che non ti fidi più di me  
(Giusi Quarenghi, *Salmi per voce di bambino*)





# Quaresima 2012

## 11 marzo terza domenica di Quaresima

Vangelo (Gv 2, 13-25)

**Quale segno ci mostri per fare queste cose?**

### Commento

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

### Preghiera

Tutto è per noi Cristo.

Se desideri medicare le tue ferite, egli è medico.

Se bruci di febbre, egli è la sorgente ristoratrice.

Se hai bisogno di aiuto, egli è la forza.

Gustate, dunque, e vedete quanto è buono il Signore;  
felice l'uomo che spera in lui.

(Sant'Ambrogio)

### Segno

Accendi una candela nella preghiera che precede il pranzo.

### Impegno

Ogni componente della famiglia prepara un bigliettino per il perdono per una persona in particolare che potrà essere letto o rimanere segreto.



## Quaresima 2012

### 12 marzo lunedì

**Vangelo (Lc 4, 24-30)**  
**“Ma egli, passando in mezzo a loro,  
si mise in cammino”.**

#### *Pensiero*

Gesù se ne andava oltre, com'era suo destino, il suo è un cammino verso la croce e verso il cielo.

#### *Preghiera*

Noi ti rendiamo grazie, Signore Dio onnipotente,  
che sei e che eri,  
perché hai messo mano alla tua grande potenza,  
e hai instaurato il tuo regno.

(Ap 11,17)

Tuo è il Regno,  
tua è la potenza e la gloria nei secoli.

### 13 marzo martedì

**Vangelo (Mt 18,21-35)**  
**“Così anche il Padre mio celeste farà con voi,  
se non perdonerete di cuore,  
ciascuno al proprio fratello”**

#### *Pensiero*

Se vuoi la misericordia di Dio, sii anche tu misericordioso con gli altri.

#### *Preghiera*

Anche se i vostri peccati fossero come scarlatto,  
diventeranno bianchi come neve, dice il Signore.  
Se fossero rossi come porpora, diventeranno come lana.

(Is 1,18)



## Quaresima 2012

**14 marzo  
mercoledì**

**Vangelo (Mt 5,17-19)  
“Non sono venuto ad abolire,  
ma a dare pieno compimento”**

### *Pensiero*

Togliamo dunque ogni valore alla Legge mediante la fede? Nient'affatto, anzi confermiamo la Legge  
(Rom 3,31)

### *Preghiera*

La libertà portata da Cristo è libertà non solo “da”  
servitù interiori e condizionamenti esterni,  
ma è soprattutto libertà “per” essere di più,  
per amare, per edificare la pace,  
nella comunione con Dio e con gli uomini fratelli.  
(*Signore da chi andremo?*)





## Quaresima 2012

**15 marzo  
giovedì**

**Vangelo (Lc 11, 14-23)  
“Chi non raccoglie con me, disperde”**

### **Pensiero**

Se invece io scaccio i demòni con il dito di Dio, allora è giunto a voi il regno di Dio.

### **Preghiera**

La speranza dell'empio è come pula portata dal vento,  
come schiuma leggera sospinta dalla tempesta,  
come fumo dal vento è dispersa,  
si dilegua come il ricordo dell'ospite di un sol giorno.  
(Sapienza 5,14)

**16 marzo  
venerdì**

**Vangelo (Mc 12, 28b-34)  
“Qual è il primo di tutti i comandamenti?”**

### **Pensiero**

“Ascolta, Israele! Il Signore è il nostro Dio, unico è il Signore.”

(Dt 6,4; Shemà, Israel)

### **Preghiera**

Vi dò un comandamento nuovo: che vi amiate gli uni gli altri. Come io ho amato voi, così amatevi anche voi gli uni gli altri. Da questo tutti sapranno che siete miei discepoli, se avete amore gli uni per gli altri”.

(Gv 13,34-35)



## Quaresima 2012

**17 marzo**  
**sabato**

**Vangelo (Lc 18, 9-14)**  
**“O Dio, abbi pietà di me peccatore”**

### ***Pensiero***

In fondo al tempio, con gli occhi bassi, il pubblicano si batteva il petto: o Dio, pietà di me peccatore!;

### ***Preghiera***

Alla sera di questa vita,  
io comparirò  
davanti a Te con le mani vuote;  
poiché io non ti chiedo,  
Signore, di tenere conto delle mie opere.  
Tutte le nostre giustizie hanno delle macchie  
davanti ai tuoi occhi.  
Io voglio quindi rivestirmi della tua stessa giustizia.  
(Santa Teresa di Lisieux)





## Quaresima 2012

### 18 marzo quarta domenica di Quaresima

Vangelo (Gv 9,1-41)

**"Bisogna che noi compiamo le opere di colui che mi ha mandato finché è giorno; poi viene la notte, quando nessuno può più agire ... E' per un giudizio che io sono venuto in questo mondo, perché coloro che non vedono vedano e quelli che vedono, diventino ciechi."**

#### Commento

Cristo è venuto nel mondo per aprirci gli occhi, per dirigere il nostro sguardo laddove c'è una sorgente di luce vera. Il gesto del fango rimanda all'atto del lavarci gli occhi, evitare che il nostro sguardo sia uno strumento rapido per giudicare, e guardare invece in modo semplice, trasparente e ampio, lasciandoci stupire e provocare.

#### Preghiera

Dio della luce, guida il nostro sguardo, aiutaci a scorgere i piccoli segni della tua presenza nel mondo.

#### Segno

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

#### Impegno

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



## Quaresima 2012

**19 marzo  
lunedì**

**Vangelo (Mt 1,16.18-21. 24)  
“Giuseppe, figlio di Davide,  
non temere di prendere con te Maria,  
tua sposa. Infatti il bambino che è generato  
in lei viene dallo Spirito Santo”**

### *Pensiero*

Credo o non credo che Dio è Padre? Che Dio è presente in tutto? Che Dio può tutto?

### *Preghiera*

O Dio, tu hai scelto san Giuseppe, uomo saggio e fedele, per vivere il mistero dell'incarnazione ed egli si è lasciato coinvolgere ciecamente, affidandosi a Te. Concedi anche a noi di servire con la stessa fedeltà e purezza di cuore il Signore nostro Gesù Cristo.





## Quaresima 2012

**20 marzo  
martedì**

**Vangelo (Gv 5,1-3.5-16)  
“Si trovava là un uomo  
che da trentotto anni era malato”**

### **Pensiero**

«Signore, non ho nessuno che mi immerga nella piscina quando l'acqua si agita.»

### **Preghiera**

O Dio, la vera malattia del nostro tempo è la mancanza di relazione, gli uomini non sono più capaci di mettersi in relazione con se stessi, e neppure con le cose, con gli altri e con Dio. Con la morte in croce hai riconciliato a Te gli uomini con tutte le loro contraddizioni.

**21 marzo  
mercoledì**

**Vangelo (Gv 5, 17-30)  
“Il Padre infatti ama il Figlio, gli manifesta tutto quello che fa e gli manifesterà opere ancora più grandi di queste, perché voi ne siate meravigliati.”**

### **Pensiero**

Gesù ci chiede di aprire il cuore e di accorgerci dei piccoli miracoli che quotidianamente ci vengono donati. Provo a vedere la Sua presenza nella giornata che mi si pone davanti.

### **Preghiera**

Signore, aiutami a riconoscere nella vita di tutti i giorni i segni del Tuo agire premuroso e discreto.  
Donami occhi limpidi capaci di vedere le meraviglie che il



## Quaresima 2012

Padre compie anche oggi perché possiamo riconoscerlo.



**22 marzo**  
**giovedì**

**Vangelo (Gv 5, 31-47)**

**“Egli era la lampada che arde e risplende,  
e voi solo per un momento avete voluto  
rallegrarvi alla sua luce.”**

### **Pensiero**

Come posso approfondire in me il desiderio di luce e di gioia, tanto da rendermi capace di ricevere il dono della fedeltà, della costanza nel contatto quotidiano con la Sua Parola di luce?

### **Preghiera**

"Conducimi tu Luce gentile, conducimi nel buio che mi stringe.

La notte è buia, la casa lontana. Tu guida i miei passi,  
Luce gentile." (Cardinal Newman)





## Quaresima 2012

**23 marzo  
venerdì**

**Vangelo (Gv 7,1-2.10.25-30)**

**“ Certo, voi mi conoscete e sapete di dove sono. Eppure io non sono venuto da me e chi mi ha mandato è veritiero, e voi non lo conoscete.”**

### ***Pensiero***

Signore, aiutaci a riconoscerti.

### ***Preghiera***

Molte volte giudichiamo le persone in base alla loro provenienza e non in base alle loro parole e alle loro azioni. Gesù ci spinge ad abbandonare i nostri schemi mentali, i giudizi preconcepi, le valutazioni a priori, per cogliere l'essenza delle cose e persone che incontriamo.





## Quaresima 2012

**24 marzo  
sabato**

**Vangelo (Gv 7, 40-53)  
“L’Agnello si offre per noi”**

### **Pensiero**

Siamo stati riscattati a prezzo del sangue prezioso di Cristo, agnello senza difetti e senza macchia.

### **Preghiera**

Ti ringraziamo Signore per la tua presenza in mezzo a noi. Come vorremmo avere più lucida e più chiara, percettibile nel nostro spirito, questa coscienza del tuo camminare con noi. (A.Bello)



**25 marzo  
quinta domenica di Quaresima**

**Vangelo (Gv 12, 20-33)  
«Signore, vogliamo vedere Gesù»**

### **Commento**

Tutti, nel profondo dei nostri desideri, vogliamo vedere Gesù, vogliamo vedere il Padre, vorremmo conoscere in profondità il fine e il senso della nostra vita. Non solo i Greci che si avvicinarono a Filippo.

Gesù, con la sua risposta, “educa” il nostro desiderio e ci chiede di seguirlo nella sua morte e resurrezione, con quella disponibilità del chicco di frumento che, se non muore, non produce frutto.



## Quaresima 2012

### Preghiera

Padre mio, io mi abbandono a te... Depongo la mia anima nelle tue mani... Ed è per me un'esigenza di amore donarmi e rimettermi nelle tue mani, senza misura, con una fiducia infinita poiché tu sei il Padre mio. (*Charles de Foucauld*)

### Segno

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

### Impegno

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

## 26 marzo lunedì

### Vangelo (Lc 1,26-38) "Il Signore è con te"

### Pensiero

Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola.

### Preghiera

Oggi, Signore, non mi lascerò sfuggire l'Annuncio che porti alla mia vita. La riempi di Grazia, e io continuo a lamentarmi. Ma oggi no. Da oggi voglio seguire le Tue tracce in tutte le cose, eventi, incontri ... voglio lasciare accadere i Tuoi miracoli!





## Quaresima 2012

**27 marzo**  
**martedì**

**Vangelo (Gv 8, 21-30)**  
**" Tu, chi sei?"**

### **Pensiero**

Gesù è colui che viene dall'alto e che è venuto nel mondo per mettere gli uomini in grado di essere generati dall'alto.

### **Preghiera**

Signore, aiutami a vedere il tuo volto e a scoprirlo nelle persone che incontrerò.



**28 marzo**  
**mercoledì**

**Vangelo (Gv 8,31-42)**  
**" Se rimanete nella mia parola,**  
**siete davvero miei discepoli"**

### **Pensiero**

Uno solo è Dio e uno solo il mediatore fra Dio e gli uomini, l'uomo Cristo gesù che ha dato se stesso in riscatto per tutti.

### **Preghiera**

Gesù ci invita a ricercare la libertà nella sua Parola. Cosa ci ostacola, nel nostro quotidiano, nella ricerca della verità?



## Quaresima 2012

**29 marzo**  
**giovedì**

**Vangelo (Gv 8,51-59)**  
**“Se uno osserva la mia parola, non  
sperimenterà la morte in eterno”**

### **Pensiero**

Gesù può salvare dalla morte perché è superiore al tempo, il suo giorno dà significato ai nostri giorni.

### **Preghiera**

Conoscere e abbracciare la Verità spinge a vivere e testimoniare la Parola con gioia e attiva coerenza, proiettato verso l'eternità. Mi osservo: sono solo abitudinario di buone prassi o sono specchio di Dio?

**30 marzo**  
**venerdì**

**Vangelo (Gv 10,31-42)**  
**«Vi ho fatto vedere molte opere buone da  
parte del Padre; per quale di esse volete  
lapidarmi?»**

### **Pensiero**

“Cristo non attribuì a se stesso la gloria di sommo sacerdote, ma colui che gli disse: «Tu sei mio figlio, oggi ti ho generato»

### **Preghiera**

Signore, donaci la forza di posare a terra le nostre pietre con cui ogni giorno ti allontaniamo.

Fa che i nostri occhi siano capaci di vedere le tue meraviglie. Rendi il nostro cuore non più ostile, ma desideroso di poterti incontrare. Non più chiuso, ma aperto alla Tua novità!



## Quaresima 2012

**31 marzo**  
**sabato**

**Vangelo (Gv 11,45-56)**  
**“Credettero in Lui”**

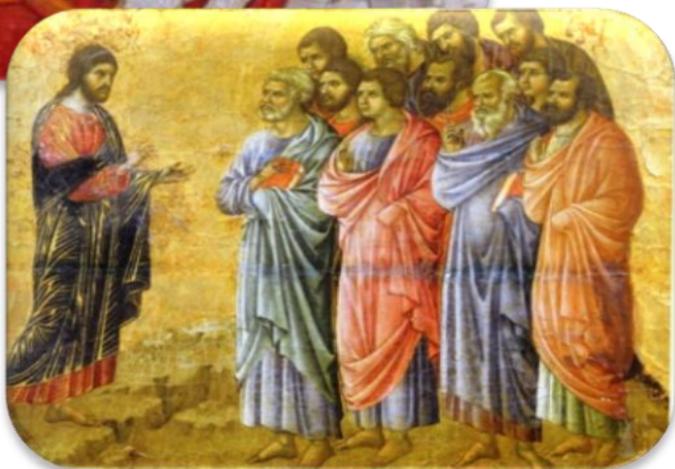
### ***Pensiero***

“Dispersi erano i figli di Dio: Cristo accettò la morte per riunirli in un solo popolo”.

### ***Pregiera***

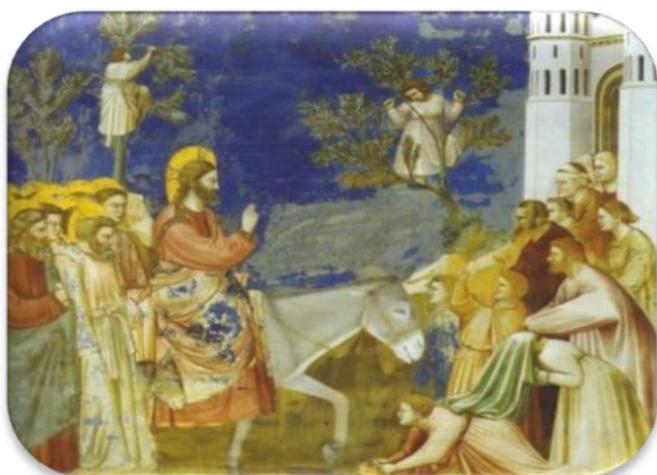
Come posso rimanere nel Signore?

Prenderò come esempio Maria, che ha scelto di essere fedele nell'umiltà e di credere al progetto di Dio.





## Quaresima 2012



### **1 Aprile** **domenica di Passione** *(o delle palme)*

#### **Vangelo**

**Passione di nostro Signore secondo Marco**  
**(14,1 – 15,47)**

**Il velo del tempio si squarciò in due, da cima a fondo. Il centurione, che si trovava di fronte a lui, avendolo visto spirare in quel modo, disse: «Davvero quest'uomo era Figlio di Dio!».**

#### **Commento**

Tutti i personaggi del racconto di Marco s'incrociano sotto la croce, con la domanda che si portano dentro fin dall'inizio: "Chi è costui?". E il centurione risponde per tutti: "Gesù è il Figlio di Dio, potente in parole e opere, venuto a salvare ogni uomo con il suo amore, offrendo la sua vita". Il ramo di ulivo da portare a casa non è un amuleto, ma un segno di fede in Lui, ai piedi della croce, come il centurione. La fede nell'amore di Gesù, manifestato con la sua morte in croce, ci aiuta ad affrontare la vita quotidiana, con i suoi alti e bassi. Ci illumina, ci dà forza, ci fa compagnia.



## Quaresima 2012

### Preghiera

Signore Gesù crocifisso,  
permettici di stare qui, davanti a Te.  
Tu ci attendi qui da sempre,  
per dirci quanto ci vuoi bene  
e quanto ti siamo preziosi.  
Tu ci attiri a te né con la forza né con il potere,  
non con la ricchezza né con l'apparenza:  
soltanto con il tuo amore

### Segno

Poniamo il ramo di ulivo in un posto visibile della nostra casa, accanto al crocifisso o di fronte ad una icona, se ce l'abbiamo.

### Impegno

Leggiamo in famiglia nei primi giorni della settimana il racconto della passione di Gesù nel vangelo di Marco: cerchiamo il personaggio che più ci assomiglia, dicendo "perché" ci assomiglia.

## 2 Aprile lunedì della Settimana Santa

**Vangelo (Gv 12, 1-11)**

**Maria allora prese trecento grammi di profumo di vero nardo, assai prezioso, ne cospargesse i piedi di Gesù, poi li asciugò con i suoi capelli, e tutta la casa si riempì dell'aroma di quel profumo.**

### Pensiero

«Lasciala fare perché essa lo conservi per il giorno della mia sepoltura».



## Quaresima 2012

### Preghiera

La nostra fede in Te, o Signore, profuma la nostra vita, dando ad ogni istante un significato di amore per te e per i fratelli. Riempi i nostri giorni con il profumo della fede, fa' che ti amiamo come tu hai amato noi e non abbiamo paura di compiere gesti d'amore per te, davanti a tutti, senza timore.

### 3 Aprile martedì della Settimana Santa

Vangelo (Gv 13, 21-33. 36-38)

**Simon Pietro gli disse: «Signore, dove vai?».**

**Gli rispose Gesù: «Dove io vado tu per ora non puoi seguirmi; mi seguirai più tardi».**

**Pietro disse: «Signore, perché non posso seguirti ora? Darò la mia vita per te!».**

### Pensiero

“Riverserò sopra la casa di Davide e sopra gli abitanti di Gerusalemme uno spirito di grazia e di consolazione: guarderanno a colui che hanno trafitto” (Zc 12,10)

### Preghiera

Come Maria di Betania, anche Pietro ama Gesù fino a dare la sua vita per Lui. Anche Pietro morirà sulla croce. Ha seguito Gesù fino alla fine. O Signore, fa' che anche noi ti seguiamo ogni giorno senza nascondere mai la nostra fede; anzi ogni scelta sia frutto della nostra fede per essere fedeli alla Tua parola. Anche se come Pietro a volte abbiamo un cedimento, rialzaci con la forza della fede in Te.



## Quaresima 2012

### **4 Aprile mercoledì della Settimana Santa**

**Vangelo (Mt 26, 14-25)**

**Il primo giorno degli Azzimi, i discepoli si avvicinarono a Gesù e gli dissero: «Dove vuoi che prepariamo per te perché tu possa mangiare la Pasqua?».**

**I discepoli fecero come aveva loro ordinato Gesù, e prepararono la Pasqua. Venuta la sera, si mise a tavola con i Dodici.**

#### ***Pensiero***

Dice il Maestro: Il mio tempo è vicino, farò la pasqua da te con i miei discepoli.

#### ***Preghiera***

E' la settimana della Pasqua. Con Gesù ci sediamo a tavola nell'Eucaristia e condividiamo la fede nella sua morte e risurrezione; esprimiamo il nostro amore verso Gesù e i fratelli con la solidarietà reciproca, soprattutto verso i più poveri; nutriamo la speranza di passare con lui, un giorno, quando verrà la nostra ora, dalla morte alla vita. E' la settimana della Pasqua di Gesù: essa prepara la nostra Pasqua e legittima la nostra speranza in Lui.





## Quaresima 2012

**5 Aprile**

**giovedì santo: la cena del Signore**

**Vangelo (Gv 13, 1-15)**

**Durante la cena, Gesù cominciò a lavare i piedi dei discepoli e ad asciugarli con l'asciugamano di cui si era cinto. Quando ebbe lavato loro i piedi, riprese le sue vesti, sedette di nuovo e disse loro: «Se dunque io, il Signore e il Maestro, ho lavato i piedi a voi, anche voi dovete lavare i piedi gli uni agli altri. Vi ho dato un esempio, infatti, perché anche voi facciate come io ho fatto a voi.**

### **Commento**

Giovanni, nel suo vangelo, sostituisce il racconto della Cena con il gesto di Gesù che lava i piedi ai discepoli. L'Eucaristia celebrata è un gesto di amore che Gesù continua a compiere verso ognuno di noi. In ogni Messa, alla domenica, spezziamo il pane dell'amore con Gesù per essere in comunione con Lui; e troviamo in Lui il Maestro e il Signore che ci manda a compiere infiniti gesti d'amore verso chiunque. Non c'è Eucaristia senza fede e senza amore. Prima di essere un rito, l'Eucaristia è uno stile di vita, fondato su Gesù, morto e risorto per noi.

### **Preghiera**

Come Pietro, o Signore, ti chiediamo di essere tuoi amici,  
di essere in comunione con Te.

Aiutaci ogni giorno ad amarci gli uni gli altri  
come tu hai amato noi, contagiati dal tuo amore.

Donaci di vivere sempre nella nostra famiglia  
l'amore cristiano,

fatto di perdono e di servizio vicendevole,  
di tenerezza e di bontà.



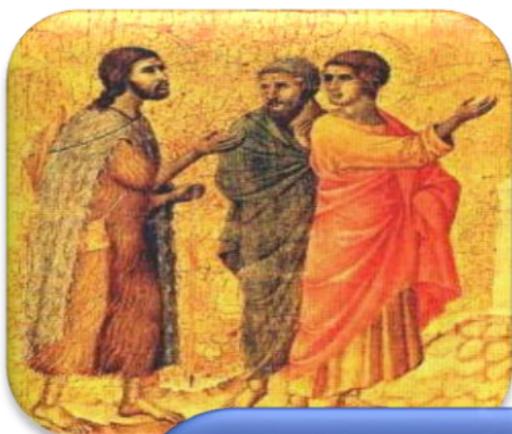
## Quaresima 2012

### *Segno*

Tornati a casa da Messa o da una breve preghiera in chiesa davanti all'Eucaristia, nel luogo della reposizione, scegliamo un gesto di servizio da fare verso ciascun membro della nostra famiglia.

### *Impegno*

Dopo la Messa della comunità – se abbiamo potuto partecipare – fermiamoci dieci minuti in chiesa per pregare e ringraziare il Signore per l'amore della nostra famiglia; preghiamo gli uni per gli altri: i genitori per i figli, i figli per i genitori, gli sposi l'uno per l'altro.





## Quaresima 2012

### 6 Aprile Venerdì Santo: La passione del Signore

Vangelo (Gv 18,1-19, 42)

**Gesù vedendo la madre e accanto a lei il discepolo che egli amava, disse alla madre: «Donna, ecco tuo figlio!». Poi disse al discepolo: «Ecco tua madre!». E da quell'ora il discepolo l'accolse con sé.**

#### Commento

Accogliere Gesù che cosa vuol dire per noi oggi? Significa affidarci a sua Madre, Maria, prendendola con noi perché ci guidi ad incontrare l'amore di Gesù, suo figlio. Davanti al Crocifisso noi scopriamo sempre di più il dono totale dell'amore che Gesù ha fatto all'umanità intera, venendo a porre la sua abitazione in mezzo a noi con l'incarnazione e donando la sua vita volontariamente per manifestarci il suo amore.

#### Preghiera

Dio onnipotente,  
fa che gli uomini che non conoscono il Cristo  
possano incontrarlo.  
Concedi a noi, discepoli di Gesù di condividere con Lui  
l'amore verso tutti.  
Aiutaci a testimoniare la nostra fede in Gesù  
in ogni situazione, in casa come anche nel lavoro.

#### Segno

Accendiamo per tutto il giorno in casa un lumino davanti al crocifisso che abbiamo appeso alla parete; ed ogni volta che vi passiamo davanti fermiamoci un istante a guardarlo, facendo il segno della croce con calma.

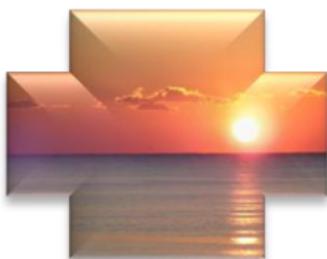
#### Impegno

Stasera partecipiamo alla Via Crucis in parrocchia per



## Quaresima 2012

ripercorrere le tappe della Passione e Morte di Gesù e nutrire in tal modo la nostra fede in Lui, accogliendo il dono del Suo amore crocifisso.



### **7 Aprile Sabato Santo La Veglia pasquale**

**Vangelo (Mc 16, 1-7)**

**«Non abbiate paura! Voi cercate Gesù Nazareno, il crocifisso. È risorto, non è qui. Ecco il luogo dove l'avevano posto. Ma andate, dite ai suoi discepoli e a Pietro: "Egli vi precede in Galilea. Là lo vedrete, come vi ha detto"».**

#### **Commento**

La veglia pasquale è la *“madre di tutte le veglie”*. Si apre con il segno della luce: Cristo illumina i passi dell'umanità; la Parola ci racconta il cammino fatto dai credenti nella storia della salvezza per stringere alleanza con il Signore; l'acqua del Battesimo annuncia la vittoria di Cristo sul male e sulla morte con la sua risurrezione, che noi riviviamo per rinascere ad una vita nuova, la vita stessa di Dio; infine, nel segno del pane e del vino siamo chiamati a condividere la gioia della Pasqua di risurrezione.

#### **Preghiera**

Signore, ci uniamo alla preghiera di tutti coloro che nella



## Quaresima 2012

Veglia Pasquale attraverso il Battesimo, la Cresima e l'Eucaristia diventano cristiani. La nostra testimonianza li accompagna a vivere ogni giorno la fede nel Signore Risorto.

### Segno

Portiamo a casa un po' di acqua, benedetta nella Veglia pasquale, e durante il tempo di Pasqua facciamo al mattino o alla sera, oppure prima di sederci a tavola, il segno della croce, intingendo la mano nell'acqua in ricordo del nostro Battesimo, quando anche noi con Cristo siamo rinati alla vita di comunione con il Padre, grazie allo Spirito santo.

### Impegno

Passiamo la giornata nella riflessione, in attesa della Veglia. Vi partecipiamo con tutta la famiglia ed esprimiamo con i gesti e i canti la nostra fede, rinnovando le promesse del nostro Battesimo.



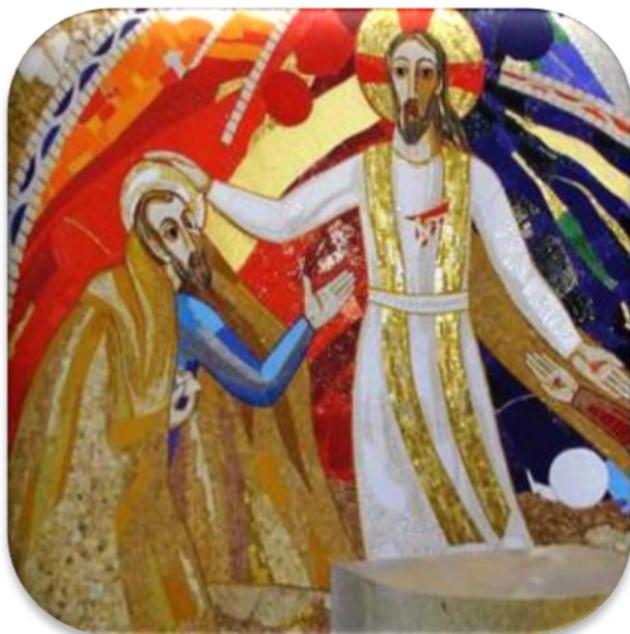


# Pasqua 2012

## **8 Aprile** **domenica di Pasqua** **Risurrezione del Signore**

**Vangelo (Gv 20,1-9)**

**Il primo giorno della settimana,  
Maria di Màgdala si recò al sepolcro  
di mattino, quando era ancora buio,  
e vide che la pietra  
era stata tolta dal sepolcro.**



### **Commento**

Ogni domenica, come oggi, per il credente è Pasqua, è giorno di risurrezione. La nostra fede si fonda sulla testimonianza degli apostoli. *“Il Signore è risorto! Il Signore è vivo! Il Signore cammina con noi!”* Lo Spirito santo, donato da Gesù quando è morto sulla croce, anima la nostra vita affinché sia vita nuova, la vita stessa di Dio, che è Amore. La risurrezione di Cristo rende la nostra vita una festa continua in cui la novità



## Pasqua 2012

dell'amore trionfa sui nostri egoismi e sui limiti imposti dalla nostra fragilità.

### Preghiera

Sfolgora il sole di Pasqua,  
risuona il cielo di canti,  
esulta di gioia la terra.  
Accanto al sepolcro vuoto  
Invano veglia il custode:  
Il Signore è risorto.  
Irradia sulla tua Chiesa,  
pegno d'amore e di pace,  
la luce della tua Pasqua.

### Segno

Un germoglio, un ramo fiorito, un lume acceso di fronte al crocifisso di casa nostra ci richiama alla vita nuova che nasce dalla Risurrezione e di cui Cristo ci rende partecipi ogni giorno.

### Impegno

Come esprimere la speranza della risurrezione? Invitiamo a pranzo da noi una persona sola, condividiamo con una famiglia bisognosa la nostra gioia offrendo loro un pacco regalo, pieno di cose utili per le loro necessità.





