

Quaresima 2019

Diocesi di Nola

Sussidio Liturgico-pastorale



Messaggio del Santo Padre Francesco per la Quaresima 2019

*“L’ardente aspettativa della creazione
è protesa verso la rivelazione dei figli di Dio” (Rm 8, 19)*

Cari fratelli e sorelle,

ogni anno, mediante la Madre Chiesa, Dio “dona ai suoi fedeli di prepararsi con gioia, purificati nello spirito, alla celebrazione della Pasqua, perché [...] attingano ai misteri della redenzione la pienezza della vita nuova in Cristo” (Prefazio di Quaresima 1). In questo modo possiamo camminare, di Pasqua in Pasqua, verso il compimento di quella salvezza che già abbiamo ricevuto grazie al mistero pasquale di Cristo: “nella speranza infatti siamo stati salvati” (Rm 8,24). Questo mistero di salvezza, già operante in noi durante la vita terrena, è un processo dinamico che include anche la storia e tutto il creato. San Paolo arriva a dire: “L’ardente aspettativa della creazione è protesa verso la rivelazione dei figli di Dio” (Rm 8,19). In tale prospettiva vorrei offrire qualche spunto di riflessione, che accompagni il nostro cammino di conversione nella prossima Quaresima.

1. La redenzione del creato

La celebrazione del Triduo Pasquale della passione, morte e risurrezione di Cristo, culmine dell’anno liturgico, ci chiama ogni volta a vivere un itinerario di preparazione, consapevoli che il nostro diventare conformi a Cristo (cfr Rm 8,29) è un dono inestimabile della misericordia di Dio.

Se l’uomo vive da figlio di Dio, se vive da persona redenta, che si lascia guidare dallo Spirito Santo (cfr Rm 8,14) e sa riconoscere e mettere in pratica la legge di Dio, cominciando da quella inscritta nel suo cuore e nella natura, egli *fa del bene anche al creato*, cooperando alla sua redenzione. Per questo il creato – dice san Paolo – ha come un desiderio intensissimo che si mani-

festino i figli di Dio, che cioè quanti godono della grazia del mistero pasquale di Gesù ne vivano pienamente i frutti, destinati a raggiungere la loro compiuta maturazione nella redenzione dello stesso corpo umano. Quando la carità di Cristo trasfigura la vita dei santi – spirito, anima e corpo –, questi danno lode a Dio e, con la preghiera, la contemplazione, l’arte coinvolgono in questo anche le creature, come dimostra mirabilmente il “Cantico di frate sole” di San Francesco d’Assisi (cfr Enc. *Laudato si’*, 87). Ma in questo mondo l’armonia generata dalla redenzione è ancora e sempre minacciata dalla forza negativa del peccato e della morte.

2. La forza distruttiva del peccato

Infatti, quando non viviamo da figli di Dio, mettiamo spesso in atto comportamenti distruttivi verso il prossimo e le altre creature – ma anche verso noi stessi – ritenendo, più o meno consapevolmente, di poterne fare uso a nostro piacimento. L’intemperanza prende allora il sopravvento, conducendo a uno stile di vita che viola i limiti che la nostra condizione umana e la natura ci chiedono di rispettare, seguendo quei desideri incontrollati che nel libro della Sapienza vengono attribuiti agli empi, ovvero a coloro che non hanno Dio come punto di riferimento delle loro azioni, né una speranza per il futuro (cfr 2,1-11). Se non siamo protesi continuamente verso la Pasqua, verso l’orizzonte della Risurrezione, è chiaro che la logica del *tutto e subito*, dell’*avere sempre di più* finisce per imporsi.

La causa di ogni male, lo sappiamo, è il peccato, che fin dal suo apparire in mezzo agli uomini ha interrotto la comunione con Dio, con gli altri e

con il creato, al quale siamo legati anzitutto attraverso il nostro corpo. Rompendosi la comunione con Dio, si è venuto ad incrinare anche l'armonioso rapporto degli esseri umani con l'ambiente in cui sono chiamati a vivere, così che il giardino si è trasformato in un deserto (cfr *Gen* 3,17-18). Si tratta di quel peccato che porta l'uomo a ritenersi dio del creato, a sentirsene il padrone assoluto e a usarlo non per il fine voluto dal Creatore, ma per il proprio interesse, a scapito delle creature e degli altri.

Quando viene abbandonata la legge di Dio, la legge dell'amore, finisce per affermarsi la legge del più forte sul più debole. Il peccato che abita nel cuore dell'uomo (cfr *Mc* 7,20-23) – e si manifesta come avidità, brama per uno smodato benessere, disinteresse per il bene degli altri e spesso anche per il proprio – porta allo sfruttamento del creato, persone e ambiente, secondo quella cupidigia insaziabile che ritiene ogni desiderio un diritto e che prima o poi finirà per distruggere anche chi ne è dominato.

3. *La forza risanatrice del pentimento e del perdono*

Per questo, il creato ha la necessità impellente che si rivelino i figli di Dio, coloro che sono diventati "nuova creazione": "Se uno è in Cristo, è una nuova creatura; le cose vecchie sono passate; ecco, ne sono nate di nuove" (*2 Cor* 5,17). Infatti, con la loro manifestazione anche *il creato stesso può "fare pasqua"*: aprirsi ai cieli nuovi e alla terra nuova (cfr *Ap* 21,1). E il cammino verso la Pasqua ci chiama proprio a restaurare il nostro volto e il nostro cuore di cristiani, tramite il pentimento, la conversione e il perdono, per poter vivere tutta la ricchezza della grazia del mistero pasquale.

Questa "impazienza", questa attesa del creato troverà compimento quando si manifesteranno i figli di Dio, cioè quando i cristiani e tutti gli uomini entreranno decisamente in questo "travaglio" che è la conversione. Tutta la creazione è chiamata, insieme a noi, a uscire "dalla schiavitù della corruzione per entrare nella libertà della gloria dei figli di Dio" (*Rm* 8,21). La Quaresima è segno sacramentale di questa conver-

sione. Essa chiama i cristiani a incarnare più intensamente e concretamente il mistero pasquale nella loro vita personale, familiare e sociale, in particolare attraverso il digiuno, la preghiera e l'elemosina.

Digiunare, cioè imparare a cambiare il nostro atteggiamento verso gli altri e le creature: dalla tentazione di "divorare" tutto per saziare la nostra ingordigia, alla capacità di soffrire per amore, che può colmare il vuoto del nostro cuore. *Pregare* per saper rinunciare all'idolatria e all'autosufficienza del nostro io, e dichiararci bisognosi del Signore e della sua misericordia. *Fare elemosina* per uscire dalla stoltezza di vivere e accumulare tutto per noi stessi, nell'illusione di assicurarci un futuro che non ci appartiene. E così ritrovare la gioia del progetto che Dio ha messo nella creazione e nel nostro cuore, quello di amare Lui, i nostri fratelli e il mondo intero, e trovare in questo amore la vera felicità.

Cari fratelli e sorelle, la "quaresima" del Figlio di Dio è stata un entrare nel *deserto* del creato per farlo tornare ad essere quel *giardino* della comunione con Dio che era prima del peccato delle origini (cfr *Mc* 1,12-13; *Is* 51,3). La nostra Quaresima sia un ripercorrere lo stesso cammino, per portare la speranza di Cristo anche alla creazione, che "sarà liberata dalla schiavitù della corruzione per entrare nella libertà della gloria dei figli di Dio" (*Rm* 8,21). Non lasciamo trascorrere invano questo tempo favorevole! Chiediamo a Dio di aiutarci a mettere in atto un cammino di vera conversione. Abbandoniamo l'egoismo, lo sguardo fisso su noi stessi, e rivolgamoci alla Pasqua di Gesù; facciamoci prossimi dei fratelli e delle sorelle in difficoltà, condividendo con loro i nostri beni spirituali e materiali. Così, accogliendo nel concreto della nostra vita la vittoria di Cristo sul peccato e sulla morte, attireremo anche sul creato la sua forza trasformatrice.

*Dal Vaticano, 4 ottobre 2018,
Festa di San Francesco d'Assisi*

FRANCESCO

Papa Francesco parlando al Convegno della Chiesa Italiana svoltosi a Firenze (9-13 novembre 2015) ebbe a dire: *“permettetemi di lasciarvi un’indicazione per i prossimi anni: in ogni comunità, in ogni parrocchia, in ogni Diocesi, cercate di avviare, in modo sinodale, un approfondimento della ‘Evangelii gaudium’, per trarre da essa criteri pratici e per attuare le sue disposizioni”*.

In questo tempo di Quaresima vogliamo accogliere la sollecitazione di Papa Francesco e mettere nelle mani dei fedeli il documento che il Papa ha donato alla Chiesa per indicare vie per il cammino nei prossimi anni. È una Esortazione Apostolica che raccoglie i frutti del Sinodo dei Vescovi sull’evangelizzazione celebrato nell’anno precedente.

“La gioia del Vangelo riempie il cuore e la vita intera di coloro che si incontrano con Gesù. Coloro che si lasciano salvare da Lui sono liberati dal peccato, dalla tristezza, dal vuoto interiore, dall’isolamento. Con Gesù sempre nasce e rinasce la gioia. In questa esortazione desidero indirizzarmi ai fedeli cristiani, per invitarli a una nuova tappa evangelizzatrice marcata da questa gioia”. (EG 1)

Da queste parole che sono l’incipit dell’Esortazione comprendiamo l’importanza di questo documento che non è solo dottrinale ma soprattutto indica uno stile che il Papa propone convinto che la Chiesa “non cresce nel proselitismo bensì per attrazione, per la testimonianza” (Papa Benedetto XVI). Ci accorgiamo sovente delle diverse “sensibilità” o atteggiamenti ecclesiali o addirittura opinioni “personali” presenti nella nostra Chiesa e nel nostro tempo, per cui anche in vista di un Convegno ecclesiale diocesano riteniamo utile confrontarci con la *“Evangelii gaudium”* per far crescere nelle nostre Comunità il comune sentire ecclesiale.

La proposta dell’Ufficio Liturgico è indicativa per le parrocchie che potranno scegliere modalità diverse e più appropriate al cammino che hanno già organizzato, senza perdere questa opportunità che intende continuare lo stile sinodale che la nostra Chiesa ha sperimentato.

Mons. Pasquale Capasso
vicario generale

Nel cammino di Quaresima che si apre, la nostra Diocesi è chiamata a riflettere ancora sull'Esortazione Apostolica *"Evangelii Gaudium"* del Santo Padre Francesco sull'annuncio del Vangelo nel mondo attuale.

Ogni Comunità è invitata a predisporre un percorso settimanale per favorirne la conoscenza, la comprensione e l'approfondimento. Si suggerisce, pertanto, una lettura personale del testo, seguita da incontri comunitari e laboratori per la condivisione che si aprano all'attuazione concreta delle tracce suggerite dal Santo Padre.

Al parroco è affidata la cura del percorso pastorale e liturgico secondo le esigenze proprie della comunità.

In allegato si propongono possibili percorsi di riflessione e di approfondimento: un sussidio liturgico per la Preghiera Universale, l'Adorazione Eucaristica, il "Saluto" a Maria Vergine Addolorata e la "lettura" di un'opera d'arte.

Strumento importante è il "Sussidio Quaresima Pasqua 2019" proposto dall'Ufficio Liturgico Nazionale (disponibile online su <https://liturgico.chiesacattolica.it/sussidio-quaresima-pasqua-2019/>) perché intende offrirsi come un contributo per preparare le celebrazioni affinandone la qualità misterica e la bellezza, in profonda sintonia con le indicazioni dei libri liturgici e delle possibilità da essi offerte, per lasciarci condurre nel cuore del mistero.

L'Ufficio Liturgico Diocesano
e il Servizio Diocesano per le forme di nuova Evangelizzazione

EVANGELII GAUDIUM

“Con Gesù Cristo sempre nasce e rinasce la gioia” (EG 1)

“La gioia del Vangelo riempie il cuore e la vita intera di coloro che si incontrano con Gesù. Coloro che si lasciano salvare da Lui sono liberati dal peccato, dalla tristezza, dal vuoto interiore, dall’isolamento. Con Gesù Cristo sempre nasce e rinasce la gioia. In questa Esortazione desidero indirizzarmi ai fedeli cristiani, per invitarli a una nuova tappa evangelizzatrice marcata da questa gioia e indicare vie per il cammino della Chiesa nei prossimi anni”. (EG 1).

I Settimana di Quaresima 10-16 marzo 2019

Il capitolo primo (nn. 20-49) tratteggia il volto di una Chiesa missionaria ed estroversa. Chiesa in uscita, come leggiamo in EG 46, *“non vuol dire correre verso il mondo senza una direzione e senza senso”*.

L’uscita della Chiesa ha, invece, una direzione molto precisa; una direzione che imita il cammino del Padre verso il figlio prodigo. Molto bella è la progressione di verbi, coi quali Francesco segna le tappe della Chiesa in uscita: *“comunità di discepoli missionari che prendono l’iniziativa, che si coinvolgono, che accompagnano, che fruttificano e festeggiano”*.

Interessanti sono anche i tratti di una *“pastorale in conversione”*, di cui si parla da EG 25 in avanti, e che giunge a coinvolgere l’esercizio del ministero petrino (cf. EG 32: *“conversione del papato”*).

II Settimana di Quaresima 17-23 marzo 2019

Il capitolo secondo (nn. 52-109) è una riflessione molto articolata e incisiva sulla crisi dell’impegno comunitario, con una rassegna efficace delle patologie sociali e delle sfide culturali; con la sottolineatura dell’importanza della inculturazione della fede; con la individuazione delle tentazioni degli operatori pastorali: l’acedia, il pessimismo e la mondanità spirituale.

III Settimana di Quaresima 24-30 marzo 2019

Il capitolo terzo (nn. 111-175) riprende molti temi del capitolo secondo di *Lumen Gentium* e di *Redemptoris Missio* di San Giovanni Paolo II. Tratta dell’annuncio del Vangelo, compito di tutta la Chiesa e di tutti nella Chiesa.

Una sezione speciale e bella, anche perché forse giunta inattesa, è quella dedicata all'Omelia, "pietra di paragone per valutare la vicinanza e la capacità d'incontro di un Pastore con il suo popolo" (EG 135).

Dopo le pagine dedicate alla predicazione, spiccano le altre dedicate alla catechesi *kerygmatica* e *mistagogica* (EG 163-168)

IV Settimana di Quaresima 31 marzo-6 aprile 2019

Il capitolo quarto (nn. 177-258) è dedicato alla dimensione sociale dell'evangelizzazione. Non è affatto un'appendice, perché "nel cuore stesso del Vangelo vi sono la vita comunitaria e l'impegno con gli altri. Il contenuto del primo annuncio ha un'immediata ripercussione morale il cui centro è la carità" (n. 177).

Inclusione sociale dei poveri e cura delle fragilità, bene comune e pace sociale, dialogo sociale come contributo alla pace sono le arcate di questo ampio capitolo.

V Settimana di Quaresima 7-13 aprile 2019

Il capitolo quinto (nn. 262-288) porta a conclusione l'intero documento: gli evangelizzatori con Spirito sono quelli che si aprono senza paura all'azione dello Spirito Santo (n. 259). Il Papa spiega cosa deve intendersi per "spirito della nuova evangelizzazione".

Il capitolo è come un postludio, che riprende in sintesi quanto detto in precedenza e apre alla speranza.

Bibliografia

Per una visione d'insieme

A. SPADARO, "Evangelii Gaudium". Radici, struttura e significato della prima Esortazione apostolica di Papa Francesco, ne "La Civiltà Cattolica" 2013, IV, 417-433.

V. M. FERNÁNDEZ in dialogo con Paolo Rodari, *Il progetto di Francesco. Dove vuole portare la Chiesa*, EMI, Bologna 2014.

Per un approfondimento

D. FARES, L'antropologia politica di Papa Francesco, ne "La Civiltà Cattolica" 2014, I, 345-360;

G. SALVINI S.J., *Uno sguardo sulla società con la "Evangelii Gaudium"*, ne "La Civiltà Cattolica" 2014, I, 508-519;

A. RICCARDI, *La sorpresa di Papa Francesco. Crisi e futuro della Chiesa*, Mondadori, Milano 2013

I domenica di Quaresima

Preghiera Universale

Celebrante:

La memoria dei prodigi compiuti da Dio per i nostri padri sostiene la nostra fiducia a credere che il Signore ancora interviene per farsi prossimo a ciascuno di noi e donare la vittoria sulla tentazione e sul male. Papa Francesco nell'Esortazione Apostolica *"Evangelii gaudium"* ci esorta *"a rinnovare oggi stesso il nostro incontro personale con Gesù Cristo o, almeno, a prendere la decisione di lasciarsi incontrare da Lui, di cercarlo ogni giorno senza sosta"* (EG 3).

Letture:

Forti di questo invito
preghiamo insieme e diciamo
Ascoltaci, Signore!

1. Padre, che con mano potente e braccio teso hai fatto uscire dall'Egitto il tuo popolo e vedi l'umanità di oggi vittima di numerose forme di schiavitù, continua ad offrire orizzonti e condizioni di libertà, perché nessun uomo schiacci più l'altro, ed il mondo intero sia la terra dove scorre latte e miele. Ti preghiamo.
2. Padre, chi crede in te non sarà deluso: rafforza la fede di tutti i battezzati, nessuno di loro viva una pura appartenenza anagrafica alla Chiesa, ma ciascuno impari ad approfondire la fede, a cercare la verità del Vangelo e a viverla, così da raggiungere la piena maturità di Cristo. Ti preghiamo.

3. Padre, il tuo Figlio, tentato nel deserto, ha vinto fondando le sue scelte sulla tua Parola: suscita nella tua Chiesa una grande fame della Parola che nutre, che ferisce, e che risana. Il cammino quaresimale sia un forte tempo di ascolto e assimilazione, affinché per tutti venga il giorno benedetto della conversione. Ti preghiamo.
4. Padre, la sete dell'avere, dell'apparire e del potere, che ha insidiato Cristo, oggi ha affascinato e sedotto molti. Dona il tuo Spirito alle intelligenze e ai cuori, perché nessuna persona e nessuna società riponga la propria fiducia e gioia nelle cose che possiede, ma nella sostanza che sorregge, non nel dominio che sottomette, ma nel servizio che promuove la vita. Ti preghiamo.

Celebrante:

Colma delle tue benedizioni, Signore, questo tuo popolo in cammino verso la Pasqua; tu che provvedi ai tuoi figli il pane quotidiano, fa' che non si stanchino mai di cercare il Pane vivo disceso dal cielo, Gesù Cristo, tuo Figlio. Egli vive e regna nei secoli dei secoli.
Amen.

Il domenica di Quaresima

Preghiera Universale

Celebrante:

Carissimi, il Santo Padre Francesco, nell'Esortazione "*Evangelii gaudium*" dice che: "*La salvezza che Dio ci offre è opera della sua misericordia.*

*Non esiste azione umana,
per buona che possa essere,
che ci faccia meritare un dono così grande.
Dio, per pura grazia, ci attrae per unirci a Sé.
Egli invia il suo Spirito nei nostri cuori
per farci suoi figli, per trasformarci
e per renderci capaci di rispondere
con la nostra vita al suo amore*" (EG 112).
A lui eleviamo la nostra fiduciosa preghiera.

Letto:

Preghiamo insieme e diciamo:

Donaci il tuo Spirito, Signore!

1. Dio dell'alleanza e della promessa, rinnova il tuo patto d'amore con i discendenti di Abramo, affinché riconoscano anch'essi in Gesù Cristo, il germoglio nuovo che, dall'antica radice, ha mostrato al mondo la pienezza della verità e della grazia. Ti preghiamo.
2. Dio della fedeltà, guarda coloro che nella Chiesa sono divenuti nemici della Croce di Cristo perché hanno abbracciato il compromesso e si sono fatti un dio e una fede a loro misura: aiuta a riconoscere in Gesù l'unico Salvatore, l'unica via, l'unica verità, l'unica vita. Ti preghiamo.
3. Dio della luce, illumina le menti e i cuori di coloro che rivestono ed esercitano autorità, perché in piena sintonia con la voce di Cristo e della Chiesa, promuovano i valori che nobilitano la società e l'uomo. Ti preghiamo.

4. Dio della vita, molte tenebre e molte ombre gravano nelle nostre strade: le divisioni, la miseria, la camorra, l'ingiustizia, la prevaricazione, l'indifferenza. Rendici sale che da sapore, luce che illumina, lievito che fa fermentare la pasta, affinché il nostro territorio sia contagiato dal respiro della risurrezione. Ti preghiamo.

Celebrante:

ODio, generoso verso quanti ti invocano, esaudisci la preghiera che il tuo stesso Spirito, operante dentro di noi, esprime nella santa assemblea della tua Chiesa.
Per Cristo nostro Signore.
Amen.

III domenica di Quaresima

Preghiera Universale

Celebrante:

Carissimi, il Santo Padre Francesco, nell'Esortazione "Evangelii gaudium" ci invita a chiedere "al Signore che ci faccia comprendere la legge dell'amore. [...] Tutti abbiamo simpatie ed antipatie, e forse proprio in questo momento siamo arrabbiati con qualcuno. [...] Pregare per la persona con cui siamo irritati è un bel passo verso l'amore, ed è un atto di evangelizzazione. Facciamolo oggi! Non lasciamoci rubare l'ideale dell'amore fraterno!" (EG 101)

Letto:

Invochiamo il Signore e diciamo insieme:
Aiutaci a fare il bene o Dio!

1. Padre, a Mosè sul Sinai hai manifestato il tuo desiderio di incontrarci e liberarci. Chiama ancora uomini e donne coraggiosi che pongano tutta la loro vita al servizio dell'incontro con te e della liberazione che viene da te, affinché l'umanità che cerca onestamente la verità possa trovarla, ed ogni forma di schiavitù venga debellata. Ti preghiamo.
2. Padre, "chi crede di stare in piedi guardi di non cadere", ci ha ricordato l'Apostolo; vinci ogni nostra presunzione, ogni nostro orgoglio, ogni pretesa di auto giustificazione. Insegnaci l'umanità del cuore e la disponibilità a realizzare la tua volontà. Ti preghiamo.

3. Padre, la salvezza della nostra società dipende dalla nostra conversione, così come ogni autentico cambiamento inizia dal cuore. Donaci la forza di operare un profondo cambiamento interiore e di trasferirlo nella realtà familiare e in tutte le situazioni della nostra vita, così da vedere una stagione di autentica umanità. Ti preghiamo.
4. Padre, il male affascina e seduce, mentre la forza del bene sembra oggi debole e poco attraente. Rendi ogni battezzato testimone fiero e coraggioso dei valori della vita, della bellezza, della magnanimità e della dignità umana, affinché nessun uomo sia trattato come oggetto, ma rispettato nella sua unicità e nella sua irripetibilità. Ti preghiamo.

Celebrante:

Dio di sapienza e di misericordia,
donaci luce per apprendere
alla scuola quaresimale dei discepoli di Gesù
i gesti e le parole di una conversione sincera
e di una carità cordiale ed efficace.

Per Cristo nostro Signore.

Amen.

IV domenica di Quaresima

Preghiera Universale

Celebrante:

Carissimi, il Santo Padre Francesco nell'Esortazione "*Evangelii gaudium*" ci dice che: *"A volte siamo duri di cuore e di mente, ci dimentichiamo, ci divertiamo, ci estasiamo con le immense possibilità di consumo e di distrazione che offre questa società. Così si produce una specie di alienazione che ci colpisce tutti, poiché è alienata una società che, nelle sue forme di organizzazione sociale, di produzione e di consumo, rende più difficile la realizzazione di questa donazione e la formazione di quella solidarietà interumana"*. (EG 196)
Invochiamo la bontà del Signore perché ci dia la grazia del ritorno alla condivisione, all'amore e alla pace.

Letto:

Preghiamo e insieme diciamo:
Ascoltaci, Signore!

1. Padre, guarda l'umanità gravata da problemi di sussistenza e impegnata in un esodo ben più massiccio di quello vissuto dal tuo popolo. Dona a tutti una casa, una patria, una condizione di vita dignitosa, e a noi un cuore accogliente e sensibile affinché la Chiesa sia concretamente sacramento di Salvezza e di Unità. Ti preghiamo.
2. Padre, a noi peccatori hai affidato il mistero della Riconciliazione. Rendi la Chiesa serva della tua Misericordia, impegnata a riconciliare e ad affratellare, a promuovere l'unità e fa che riconciliati con te, ritroviamo la pace coi fratelli. Ti preghiamo.

3. Padre, il tuo amore ci accompagna e ci segue anche quando ci allontaniamo dalla tua casa. Poni una salutare inquietudine e una profonda nostalgia in coloro che sono lontani da te, affinché nella prossima Pasqua sperimentino il tuo abbraccio benedicente. Ti preghiamo.
4. Padre, allontana da noi la tentazione di essere fratelli maggiori che giudicano, educaci a togliere prima la trave dal nostro occhio e poi la pagliuzza dall'occhio del fratello. Insegnaci l'umiltà. Ti preghiamo.

Celebrante:

La luce della tua verità, o Padre, ci faccia avanzare sulla via della conversione e ci impedisca di lasciar cadere anche una sola delle tue parole. Per Cristo nostro Signore.
Amen.

V domenica di Quaresima

Preghiera Universale

Celebrante:

Carissimi, Il Santo Padre Francesco, nell'Esortazione *"Evangelii gaudium"* dice che: *"la migliore motivazione per decidersi a comunicare il Vangelo è contemplarlo con amore, è sostare sulle sue pagine e leggerlo con il cuore. Se lo accostiamo in questo modo, la sua bellezza ci stupisce, torna ogni volta ad affascinarci. Perciò è urgente recuperare uno spirito contemplativo, che ci permetta di riscoprire ogni giorno che siamo depositari di un bene che umanizza, che aiuta a condurre una vita nuova. Non c'è niente di meglio da trasmettere agli altri."* (EG 264)
Chiediamo al Signore il dono di fargli spazio nella nostra vita per annunciare il suo amore misericordioso.

Letto:

Preghiamo insieme e diciamo:
Tocca la nostra esistenza, Signore!

1. Padre, tu hai disegnato nel deserto una via di salvezza per il tuo popolo, indirizza ancora i cammini delle persone verso mete positive, verso genuine gerarchie di valori, verso desideri e scopi illuminati dalla verità e dal bene. Ti preghiamo.
2. Padre, tu hai posto nel cuore di Paolo un grande amore per Cristo, infondi lo stesso amore nel cuore di ogni battezzato, perché ciascuno abbia a ricercare una profonda comunione di vita con colui che è Via, Verità e Vita. Ti preghiamo.

3. Padre, ogni cristiano, nella Pasqua imminente, sperimenti, come l'adultera, la forza e la dolcezza della tua misericordia e, rinnovato nel profondo, divenga testimone della Speranza di un mondo abitato da uomini e donne nuovi. Ti preghiamo.
4. Padre, molti scagliano pietre sugli altri, come se non fossero peccatori: frena le lingue che seminano menzogne e cattiverie; trattieni le mani che usano violenza sugli altri; poni fine al massacro degli innocenti; proteggi i profughi, soprattutto i bambini; e poni nel cuore di tutti un profondo rispetto per ogni persona creata a tua immagine e somiglianza. Ti preghiamo.

Celebrante:

O Padre, che ci hai aperto in Cristo la sorgente di acqua viva che rigenera il mondo, irriga tutti i nostri deserti e fa' che l'umanità intera possa estinguere la sua sete di verità e di giustizia.
Per Cristo nostro Signore.
Amen.

Domenica delle Palme - “de Passione Domini”

Preghiera Universale

Celebrante:

Carissimi, il Santo Padre Francesco nell’Esortazione “*Evangelii gaudium*” dice che: “*Sulla croce, quando Cristo soffriva nella sua carne il drammatico incontro tra il peccato del mondo e la misericordia divina, poté vedere ai suoi piedi la presenza consolante della Madre e dell’amico. [...] Ai piedi della croce, nell’ora suprema della nuova creazione, Cristo ci conduce a Maria. Ci conduce a Lei perché non vuole che camminiamo senza una madre, e il popolo legge in quell’immagine materna tutti i misteri del Vangelo*”. (EG 285).
Invochiamo Maria nostra Madre affinché questi giorni santi ci aprano ad accogliere la Grazia di Dio.

Lettore:

Preghiamo insieme e diciamo:

**Maria, la Madre tua,
sostenga la nostra preghiera.**

1. Signore, dona al popolo dell’antica alleanza di riconoscere come messia e salvatore, colui che nel suo sangue ha stabilito la nuova e definitiva alleanza, affinché tutti gli uomini possano sentire la nostalgia e lavorare con impegno per una fraternità universale nella Chiesa. Noi ti preghiamo.
2. Signore, conduci la tua Chiesa sulla stessa strada del Cristo, rendila capace di assumere sempre più la condizione di serva dell’umanità, obbedendo al tuo disegno di amore fino

alla croce, affinché ogni lingua proclami che Gesù è il Signore. Noi ti preghiamo.

3. Signore, dona a noi peccatori un sincero pentimento per i nostri tradimenti, così che, consolati dalla tua misericordia operiamo per la costruzione di una Città riconciliata. Noi ti preghiamo.
4. Signore, benedici ogni gesto di amore, di donazione e di servizio; fa che tutti gli uomini di buona volontà trovino in Cristo, il modello della vita che testimonia la gratuità dell’amore. Noi ti preghiamo.
5. Signore, sostieni i giovani che, ricchi di ideali, impegnano la loro giovinezza a lavorare con te per un domani migliore, e non dimenticare quelli che, privi di slancio, di motivazioni e di ideali, sciupano le occasioni per migliorare la vita di tutti. Fa che la gioventù del mondo intero incontri Cristo e lo riconosca Maestro e Signore, per ciò che ha detto e fatto. Noi ti preghiamo.

Celebrante:

Ascolta, o Padre,
la preghiera del tuo popolo
che celebra la passione del tuo Figlio;
fa’ che dopo averlo acclamato
nel giorno dell’esultanza,
sappiamo seguirlo con la fedeltà dell’amore
nell’ora oscura e vivificante della croce.
Per Cristo nostro Signore.

Amen

Gioia che si rinnova e si comunica

Adorazione Eucaristica

ESPOSIZIONE DEL SANTISSIMO SACRAMENTO

Canto - Silenzio orante

I. INTRODUZIONE

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

Amen.

Il Signore sia con voi.

E con il tuo Spirito.

II. MONIZIONE

Un lettore si rivolge ai presenti con queste parole:

“La gioia del Vangelo riempie il cuore e la vita intera di coloro che si incontrano con Gesù”. (EG 1)

Con queste parole Papa Francesco ha dato inizio all’Esortazione Apostolica *“Evangelii gaudium”* sull’annuncio del Vangelo nel mondo attuale.

Ma, cosa è la gioia?

Papa Francesco ha definito *“la gioia cristiana”* come *“il respiro del cristiano. Non è una cosa che si compra o io la faccio con lo sforzo: no, è un frutto dello Spirito Santo. La gioia non è vivere di risata in risata, ma è la pace. La pace che c’è nelle radici, la pace del cuore, la pace che soltanto Dio ci può dare. Questa è la gioia cristiana” (Omelia 28.05.2018)*

Preghiamo il Signore, *“perché il mondo del nostro tempo – che cerca ora nell’angoscia, ora nella speranza – possa ricevere la Buona Novella non da evangelizzatori tristi e scoraggiati, impazienti e ansiosi, ma da ministri del Vangelo la cui vita irradia fervore, che abbiano per primi ricevuto in loro la gioia del Cristo”.* (EG 10)

Silenzio orante

III. INVOCIAMO LA DIVINA MISERICORDIA

Il celebrante esorta i presenti con queste parole:

Davanti al Signore Gesù nasce l’interrogativo fondamentale della nostra vita: dove è orientato il mio cuore? Domanda che noi dobbiamo farci tante volte, ogni giorno, ogni settimana. In mezzo alle tante attività permane la domanda: *“dove è fisso il mio cuore? Dove punta, qual è il tesoro che cerca? Perché – dice Gesù – “dov’è il tuo tesoro, là sarà anche il tuo cuore” (Mt 6,21). Ci sono debolezze in tutti noi, anche peccati. Ma andiamo al profondo, alla radice: dov’è la radice delle nostre debolezze, dei nostri peccati, cioè dov’è proprio quel “tesoro” che ci allontana dal Signore?”.* (Papa Francesco, Omelia 3.6.2016)

Silenzio orante

Cel. Signore,
tu da sempre conosci il nostro cuore
e ti impegni a favore dell’uomo.

Lett. *Resta accanto a noi
quando ricadiamo prigionieri del peccato,
lasciandoci sedurre dal potere,
dal dominio, dal possesso,
e guida i nostri passi
sul Cammino della vera libertà.*

Cel. Ravviva la nostra fede e abbi pietà di noi.

Tutti: **Kyrie, eleison! oppure: Signore, pietà!**

Cel. Cristo,
tu ci manifesti la vicinanza della del Padre
e ci inviti a credere in te per essere salvati.

Lett. *Resta accanto a noi
quando siamo stretti dalla morsa della paura,
accresci in noi la fame della tua Parola,
e aiutaci a ritrovare il gusto della preghiera.*

Cel. Ravviva la nostra fede e abbi pietà di noi.

Tutti: **Christe, eleison!** oppure: **Cristo, pietà!**

Cel. Signore,
tu vuoi che siamo in te una sola cosa
e ci indichi un modo nuovo di vivere.

Let. *Resta accanto a noi
quando siamo messi alla prova
dalla lotta contro il divisore,
trasforma il deserto arido del nostro cuore
in giardino ricolmo di vita,
e insegnaci ad essere figli come te,
fedeli alla volontà del Padre,
perseveranti nella comunione fraterna.*

Cel. Ravviva la nostra fede e abbi pietà di noi.

Tutti: **Kyrie eleison** oppure: **Signore, pietà!**

IV. PREGHIERA COMUNE

Salmo 29

Ti esalterò, Signore, perché mi hai liberato *
e su di me non hai lasciato esultare i nemici.
Signore Dio mio, *
a te ho gridato e mi hai guarito.

Signore, mi hai fatto risalire dagli inferi, *
mi hai dato vita
perché non scendessi nella tomba.

Cantate inni al Signore, o suoi fedeli, *
rendete grazie al suo santo nome,
perché la sua collera dura un istante, *
la sua bontà per tutta la vita.

Alla sera sopraggiunge il pianto *
e al mattino, ecco la gioia.

Nella mia prosperità ho detto: *
“Nulla mi farà vacillare!”.

Nella tua bontà, o Signore, *
mi hai posto su un monte sicuro;
ma quando hai nascosto il tuo volto, *
io sono stato turbato.

A te grido, Signore, *
chiedo aiuto al mio Dio.

Quale vantaggio dalla mia morte, *
dalla mia discesa nella tomba?
Ti potrà forse lodare la polvere *
e proclamare la tua fedeltà?

Ascolta, Signore, abbi misericordia, *
Signore, vieni in mio aiuto.

Hai mutato il mio lamento in danza, *
la mia veste di sacco in abito di gioia,
perché io possa cantare senza posa. *
Signore, mio Dio, ti loderò per sempre.

Gloria.

ORAZIONE

Signore Gesù Cristo,
sostieni con la forza del tuo amore
il nostro cammino e fa' che,
perseverando nella pazienza,
maturiamo in noi il frutto della fede
e accogliamo con rendimento di grazie
il vangelo della gioia.
Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli.
Amen.

Silenzio orante - canto

V. IN ASCOLTO

**Ascoltate la Parola del Signore
dal Vangelo secondo Giovanni**

15,9-17

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:
“Come il Padre ha amato me, anche io ho
amato voi. Rimanete nel mio amore. Se os-
serverete i miei comandamenti, rimarrete nel
mio amore, come io ho osservato i comanda-
menti del Padre mio e rimango nel suo amore.
Vi ho detto queste cose perché la mia gioia sia in
voi e la vostra gioia sia piena.
Questo è il mio comandamento: che vi amiate
gli uni gli altri come io ho amato voi. Nessuno ha

un amore più grande di questo: dare la sua vita per i propri amici. Voi siete miei amici, se fate ciò che io vi comando. Non vi chiamo più servi, perché il servo non sa quello che fa il suo padrone; ma vi ho chiamato amici, perché tutto ciò che ho udito dal Padre mio l'ho fatto conoscere a voi.

Non voi avete scelto me, ma io ho scelto voi e vi ho costituiti perché andiate e portiate frutto e il vostro frutto rimanga; perché tutto quello che chiederete al Padre nel mio nome, ve lo conceda. Questo vi comando: che vi amiate gli uni gli altri”.

Silenzio orante - canto

VI. LETTURA ECCLESIALE

Dall'Esortazione Apostolica “*Evangelii gaudium*” sull'annuncio del Vangelo nel mondo attuale di Papa Francesco **EG 3**

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

Chi rischia, il Signore non lo delude, e quando qualcuno fa un piccolo passo verso Gesù, scopre che Lui già aspettava il suo arrivo a braccia aperte. Questo è il momento per dire a Gesù Cristo: “Signore, mi sono lasciato ingannare, in mille maniere sono fuggito dal tuo amore, però sono qui un'altra volta per rinnovare la mia alleanza con te. Ho bisogno di te. Riscattami di nuovo Signore, accettami ancora una volta fra le tue braccia redentrici”.

Ci fa tanto bene tornare a Lui quando ci siamo perduti! Insisto ancora una volta: Dio non si stanca mai di perdonare, siamo noi che ci stanchiamo di chiedere la sua misericordia. Colui che ci ha invitato a perdonare “settanta volte sette” (Mt 18,22) ci dà l'esempio: Egli perdona settanta volte sette. Torna a caricarci sulle sue

spalle una volta dopo l'altra. Nessuno potrà toglierci la dignità che ci conferisce questo amore infinito e incrollabile. Egli ci permette di alzare la testa e ricominciare, con una tenerezza che mai ci delude e che sempre può restituirci la gioia. Non fuggiamo dalla risurrezione di Gesù, non diamoci mai per vinti, accada quel che accada. Nulla possa più della sua vita che ci spinge in avanti!

Silenzio orante - canto

VII. CONTEMPLAZIONE

Il celebrante invita i presenti alla meditazione e alla contemplazione personali con queste o simili parole.

La gioia cresce quando trova un terreno fecondo e disponibile a produrre novità di vita. Ora è il momento di credere a quanto ci promette Gesù, anche se comporta rivedere il nostro modo di concepire e volere la felicità.

Contempliamo il suo amore per noi.

Silenzio orante

- Gesù vera vite (Cf Gv 15,1-8), ha legato profondamente la sua vita con quella dei suoi discepoli.

Chiedi al Signore di sentire la profondità di questo legame. Cosa significa per la tua vita “portare frutto”?

Silenzio orante

- Siamo noi che rendiamo visibile il frutto della Vite: gli uomini e le donne, i giovani, gli adolescenti del nostro tempo, dei nostri paesi e delle nostre città possono vedere i frutti della vite, e quindi capirne il valore attraverso di noi.

Come puoi essere frutto espressivo dell'attenzione di Gesù per ogni uomo?

Silenzio orante

- Risuona nel nostro cuore il pressante appello di Gesù: “amatevi gli uni gli altri”.

Questo è un segno evidente nella tua vita, nella vita dei nostri gruppi? puoi dire che questo è il frutto permanente della vita che tu, noi tutti, portiamo nella storia?

Silenzio orante

- I discepoli sono pieni di gioia perché hanno scoperto che Dio non è un padrone ma un Padre, non è uno di cui avere paura, ma un amico.

Se ripensi alle relazioni più significative della tua vita, come ti sei sentito: amico o servo? Cosa cerchi nella relazione con Dio?

Silenzio orante

- La gioia dell’essere discepoli è un altro frutto del nostro legame alla vera Vite. Chiunque, incontrandoci, dovrebbe trovare delle persone contente, “piene di gioia” dal momento che hanno trovato la risposta più vera ai perché profondi della loro esistenza.

Quanto vivi la gioia? quanto riconosci in te questo sano sentimento che è alla base dell’annuncio evangelico?

Silenzio orante

VIII. LA PREGHIERA DEL SIGNORE

Il celebrante si rivolge ai presenti con queste o simili parole:

Uniti dalla chiamata Signore ad essere nel mondo testimoni fedeli, coraggiosi e gioiosi della Sua Parola, cantiamo insieme la preghiera che Gesù ci ha insegnato.

Padre nostro.

IX. PREGHIERA COMUNE

Signore Gesù,
in te si realizza l’amore del Padre:
“Dio ha tanto amato il mondo da mandare il suo Figlio”. (Gv 3,16)
Un amore al quale aggrapparci forte in tutti i passaggi della vita,
in ogni caduta, in ogni notte,
in ogni delusione.
Un amore che ci fa rinascere. Ogni giorno.
Rinascere alla fiducia, alla speranza,
alla serena pace, alla voglia di amare,
di lavorare e creare,
di custodire e coltivare persone e talenti e creature.

Grazie, Signore,
perché ci mostri un Dio
che ha considerato il mondo, ogni uomo,
il nostro niente e ha donato un cuore,
più importante di se stesso.

Grazie, Signore,
perché sei stato mandato
non per giudicare il mondo,
perché a Dio non interessa
istruire processi contro di noi.
La vita degli amati da Dio
non è a misura di tribunale,
ma a misura di fioritura e di abbraccio,
perché il mondo sia salvato e nulla perduto,
non un sospiro, non una lacrima;
non va perduta nessuna generosa fatica,
nessuna dolorosa pazienza,
nessun gesto di cura per quanto piccolo
e nascosto.

Grazie, Signore,
perché ci fai scoprire
che noi non siamo cristiani perché amiamo Dio.
Siamo cristiani perché crediamo che Dio ci ama.
Per questo aiutaci a guardare la croce,
una croce che ci fa sì paura
ma che tu hai preso al posto nostro.
E così, solo guardando la croce,
potremo essere guariti.
Amen.

X. BENEDIZIONE EUCARISTICA

Tantum ergo Sacramentum
veneremur cernui:
et antiquum documentum
novo cedat ritui:
præstet fides supplementum
sensuum defectui.

Genitori, Genitoque
laus et jubilatio,
salus, honor, virtus quoque
sit et benedictio:
procedenti ab utroque
compar sit laudatio.
Amen.

ORAZIONE

Guarda, o Padre, al tuo popolo,
che professa la sua fede in Gesù Cristo,
nato da Maria Vergine,
crocifisso e risorto,
presente in questo santo sacramento
e fa' che attinga da questa sorgente di ogni grazia
frutti di salvezza eterna.
Per Cristo nostro Signore.
Amen.

XI. LAUDES DIVINÆ

Dio sia benedetto.
Benedetto il suo Santo Nome.
Benedetto Gesù Cristo vero Dio e vero uomo.
Benedetto il Nome di Gesù.
Benedetto il Suo Sacratissimo Cuore.
Benedetto il suo Preziosissimo Sangue.
Benedetto Gesù
 nel Santissimo Sacramento dell'altare.
Benedetto lo Spirito Santo Paràclito.
Benedetta la gran Madre di Dio Maria Santissima.
Benedetta la sua Santa
 ed Immacolata Concezione.
Benedetta la sua gloriosa Assunzione.
Benedetto il Nome di Maria Vergine Madre.
Benedetto San Giuseppe suo castissimo Sposo.
Benedetto Dio nei suoi Angeli e nei suoi Santi.

XII. RESPOSIZIONE DEL SS. SACRAMENTO

*Mentre il celebrante ripone il SS. Sacramento nel
Tabernacolo si canta il Salmo 117(116) o altro
canto adatto.*

Laudáte Dóminum ómnes géntes *
Laudáte éum, ómnes pópuli.

Quóniam confirmáta est
super nos misericórdia éius, *
et véritas Domini mánet in ætérnum.

Gloria Patri et Filio *
et Spíritui Sancto.
Sícut érat in princípío, et nunc, et sémpér.*
Et in sæcula sæculórum.
Amen.

oppure:

Lodate il Signore popoli tutti, *
Voi tutte nazioni dategli gloria.

Perché grande è il suo amore per noi,*
e la fedeltà del Signore dura in eterno.

Gloria.



XIII. AFFIDIAMOCI A MARIA

Il celebrante invita i presenti alla preghiera

Carissimi,
*“con lo Spirito Santo, in mezzo al popolo sta
sempre Maria. Lei radunava i discepoli per invo-
carlo (At 1,14), e così ha reso possibile l’esplosio-
ne missionaria che avvenne a Pentecoste. Lei è
la Madre della Chiesa evangelizzatrice e senza di
lei non possiamo comprendere pienamente lo
spirito della nuova evangelizzazione” (EG 284).
“Alla Madre del Vangelo vivente” (EG 287)
chiediamo che con la sua preghiera materna ci
aiuti affinché la Chiesa diventi una casa per mol-
ti, una madre per tutti i popoli e renda possibile
la nascita di un mondo nuovo.[...]
Con Maria avanziamo fiduciosi verso questa pro-
messa, e diciamole:*

Vergine e Madre Maria,
tu che, mossa dallo Spirito,
hai accolto il Verbo della vita
nella profondità della tua umile fede,
totalmente donata all'Eterno,
aiutaci a dire il nostro "sì"
nell'urgenza, più imperiosa che mai,
di far risuonare la Buona Notizia di Gesù.

Tu, ricolma della presenza di Cristo,
hai portato la gioia a Giovanni il Battista,
facendolo esultare nel seno di sua madre.

Tu, trasalendo di giubilo,
hai cantato le meraviglie del Signore.

Tu, che rimanesti ferma davanti alla Croce
con una fede incrollabile, e ricevesti
la gioiosa consolazione della risurrezione,
hai radunato i discepoli nell'attesa dello Spirito
perché nascesse la Chiesa evangelizzatrice.

Ottienici ora un nuovo ardore di risorti
per portare a tutti il Vangelo della vita
che vince la morte.

Dacci la santa audacia di cercare nuove strade
perché giunga a tutti
il dono della bellezza che non si spegne.
Tu, Vergine dell'ascolto e della contemplazione,
madre dell'amore, sposa delle nozze eterne,
intercedi per la Chiesa,
della quale sei l'icona purissima,
perché mai si rinchioda e mai si fermi
nella sua passione per instaurare il Regno.

Stella della nuova evangelizzazione,
aiutaci a risplendere
nella testimonianza della comunione,
del servizio, della fede ardente e generosa,
della giustizia e dell'amore verso i poveri,
perché la gioia del Vangelo
giunga sino ai confini della terra
e nessuna periferia sia priva della sua luce.

Madre del Vangelo vivente,
sorgente di gioia per i piccoli,
prega per noi.
Amen". (EG 288)

XIV. LA GIOIA DELLA MISSIONE

Il celebrante congeda i presenti:

*"Uniti a Gesù, cerchiamo quello che Lui cerca,
amiamo quello che Lui ama. In definitiva, quel-
lo che cerchiamo è la gloria del Padre, viviamo
e agiamo "a lode dello splendore della sua gra-
zia" (Ef 1,6)". (EG 267)*

La gioia del Signore sia la vostra forza.
Andate in pace
Rendiamo grazie a Dio.

*L'assemblea si scioglie
lodando e benedicendo il Signore*

Saluto a Maria Vergine Addolorata

La memoria della Vergine Addolorata ci richiama a meditare il momento decisivo della storia della salvezza e a venerare la Madre associata alla Passione del Figlio e vicina a lui innalzato sulla croce.

La devozione alla Mater Dolorosa, molto diffusa nella nostra Diocesi, ha dato origine a numerose rappresentazioni nell'arte, nella musica sacra e nella pietà popolare.

Questa proposta di preghiera può essere usata dal sacerdote al termine della Celebrazione Eucaristica del venerdì oppure dal diacono, o anche da un laico in particolari situazioni.

I. SUPPLICA LITANICA

Il celebrante dinanzi all'immagine della Vergine Maria Addolorata invita i presenti alla preghiera:

Fratelli e sorelle carissimi,
nel cammino di passione
e di compimento,
Maria ha il primo posto:
è la Donna della fede e dell'amore,
è la Madre di tutti i viventi.
Affidandoci alla sua intercessione,
invochiamo il Signore Dio dei nostri Padri
perché ravvivi la nostra speranza della redenzione
che ci è stata gratuitamente donata.

Dio di Abramo	Illumina i nostri cuori.
Dio di Israele	Illumina i nostri cuori.
Guida del tuo popolo	Illumina i nostri cuori.
Signore di tutte le genti	Illumina i nostri cuori.

ORAZIONE

Preghiamo.

Padre misericordioso,
che nell'ora della prova
hai consolato la Madre desolata:
donaci lo spirito di consolazione,
perché sappiamo consolare i fratelli
che vivono nella solitudine
o gemono nell'afflizione.
Per Cristo nostro Signore.
Amen.

II. INNO

Mentre accende la lampada davanti all'immagine della Vergine si canta il seguente inno "Sospiri della Madre che cerca il Figlio" che richiama la duecentesca Laude drammatica di Jacopone da Todi "Donna de Paradiso" che esprime mirabilmente il dramma della Vergine Madre in cerca di suo Figlio; oppure la Sequenza della memoria della Beata Vergine Addolorata "Stabat Mater Dolorosa" o altro canto adatto secondo le tradizioni locali.

Già condannato è il Figlio. / Alle ribalde squadre,
chiede l'afflitta Madre: / "Il Figlio mio dov'è?"

**O Madre dolce e cara, / o Vergine pudica,
permetti ch'io ti dica: / che il Figlio tuo morì!**

Corre per ogni via, / incontra la pia gente
e cerca il Dio, piangente: / "Il Figlio mio dov'è?"

**Quel capo già chinato, / quelle annerite gote
dicono a chiare note / che il Figlio tuo morì!**

Interroga le meste / figliuole di Sionne:
ditemi, buone donne: / "Il Figlio mio dov'è?"

**Le tombe, i sassi, i monti, / le stelle, il mar, le sfere,
tutto ti fan sapere / che il Figlio tuo morì!**

Sale l'infausto monte / con frettolosi passi
e chiede ancora ai sassi: / "Il Figlio mio dov'è?"

**Guarda la nuda croce / che a te rivolta dice:
Ahi! Mesta Genitrice, / il Figlio tuo morì!**

III. SUPPLICHE ALLA MADRE DI DIO

Il celebrante introduce le Suppliche con queste parole:

Ravviva, o Maria, nel cuore di tutti noi la nostalgia del cielo. Tu che sei la Madre della nostra fede, perché credesti a Dio che risuscita i morti e sperasti contro ogni speranza, custodisci coloro che sperano in te.

Silenzio orante

I presenti:

Santissima Vergine Maria, Madre di Dio, piena di misericordia, custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, Madre di Cristo nostro Dio, custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, Madre dell'amore eterno, custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.
Maria Vergine, concepita senza peccato, custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, collaboratrice all'opera della salvezza custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, fedele presso la croce del tuo Figlio custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, immagine e Madre della Chiesa custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, fonte della salvezza, custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, Madre e Maestra spirituale, custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, Madre della Santa Speranza custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, aiuto dei cristiani, custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, salute degli infermi, custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, donna vittoriosa sul male, custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, Regina di Martiri custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, Regina della pace custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

Maria Vergine, porta del cielo, custodisci coloro che sperano in te.
Santissima Madre di Dio, ascoltaci.

IV. PREGHIERA COMUNE

Il celebrante introduce la Preghiera Comune:

Benedetta tu, Regina dei martiri: associata alla passione di Cristo, sei divenuta nostra madre, segno di speranza nel nostro cammino

I presenti coralmemente:

Mi rivolgo a Te,
Madre Santissima del Signore.
Tu, Madre di Dio,
hai ricevuto ogni potere e privilegio,
e puoi maternamente soccorrere
coloro che a Te fiduciosi si rivolgono
nel tempo della prova,
nel loro cammino di dolore e di speranza.

Tu, Vergine Addolorata,
che hai vissuto nel cuore
quanto il Tuo Divin Figlio ha sofferto nel Corpo,

insegnami a contemplare e a condividere
la Passione del Verbo di Dio
fatto Uomo nel Tuo Grembo;
guarda alle mie sofferenze ed alle mie pene,
e concedimi di viverle insieme con Te
associato al Mistero della Croce,
in comunione di intenzioni con il Santo Padre,
per la conversione dei peccatori,
per l'unione dei cristiani,
per la santificazione dei sacerdoti,
per la concordia nelle famiglie
per la salute degli ammalati,
per l'avvento del Regno di Dio,
Regno di giustizia, di amore e di pace.

Fa', o Madre, che insieme con Te
e con una moltitudine di fratelli
giunga anch'io a partecipare
alla Gloria del Tuo figlio.
Amen

V. ORAZIONE

Preghiamo.

Padre santo,
noi ti lodiamo e ti benediciamo
per il perenne vincolo di amore,
instaurato ai piedi della croce
fra i discepoli e la Vergine Maria.
A noi che la riceviamo come Madre
in eredità preziosa dalle mani del Maestro.
concedi, con la grazia del tuo Spirito
di saper riconoscere e servire
con amore premuroso il Cristo,
sofferente nei fratelli.
Egli vive e regna nei secoli dei secoli.
Amen.

Un canto adatto conclude la Celebrazione



KIKO ARGUELLO, *La Pietà*.

Una Chiesa che si fa volto dell'altro

MARC CHAGALL, *All'imbrunire*, 1938-44, Collezione Privata.

“La gioia del Vangelo riempie il cuore e la vita intera di coloro che si incontrano con Gesù”. Inizia così *l'Evangelii Gaudium*, l'Esortazione apostolica con cui papa Francesco affronta il tema dell'annuncio del Vangelo nel mondo di oggi. Il pontefice invita tutti i cristiani, senza distinzione di ruolo, ad essere missionari. È tutta la Chiesa che deve “uscire” dagli ormai troppo angusti spazi di sagrestia per inondare di gioia evangelica le strade dell'uomo di oggi. Essa, vincendo il grande rischio di cadere in “una tristezza individualista”, deve essere capace di farsi volto dell'altro, dell'uomo di oggi, per comprenderne i problemi e le ansie ma anche i sogni e le speranze.

Sicuramente Marc Chagall, quando dipinse uno dei suoi capolavori, *All'imbrunire*, era ben lontano dalle premure dell'attuale pontefice. Pittore russo naturalizzato in Francia, di origine ebraica, dipinse questo quadro forse nel momento più buio della sua vita: tra il 1938 e il 1944. In questo periodo fu costretto a scappare a New York a causa delle persecuzioni naziste. Il quadro rievoca le sue origini. Eppure il suo inconfondibile linguaggio, fatto di una fantasia mistica, riesce a dare forma e colore all'universale vicenda umana; una sovra-logica di immedesimazione che supera i confini dell'io per rico-

noscere se stesso nell'altro: “gli avvenimenti universali mi apparivano unicamente da dietro la tela”. [Ma vie, Mosca 1922].

In uno stile che, coniugando l'immaginazione apparentemente infantile con la potenza trasfigurante delle fiabe, dà un risultato unico che

diventa poesia. Per questo Chagall è definito il pittore dell'amore, la vera sua musa ispiratrice.

Il titolo italiano dell'opera purtroppo perde la metafora celata dall'originale francese: *Entre chien et loup*. Con tale espressione i francesi indicano il momento in cui il sole sta calando e la luce soffusa confonde il reale. Metaforicamente l'espressione è l'estrinsecazione di quelle situazioni in cui la realtà diventa, complicata, indecifrabile. Come

complicato è il nostro periodo storico!

Il quadro di Chagall, da questo punto di vista, è attualissimo!

L'opera ha come sfondo una strada con delle case: è la strada principale di Vitebsk, città natale del pittore, con l'incendio del quartiere ebraico. In realtà è, emblematicamente, uno spaccato simbolico del mondo. Il colore è assente, segno della durezza della vita, della sofferenza. Il quadro sembra fare eco alle parole del pontefi-



ce quando afferma: *“La gioia di vivere frequentemente si spegne, crescono la mancanza di rispetto e la violenza, l’inequità diventa sempre più evidente”*. (EG 52)

In tale contesto compaiono due figure fantastiche: un lampione, dotato di gambe, che attraversa la strada e una figura femminile zoomorfa. Il primo raffigura l’irreale libertà di girare per la città. Anche l’uomo di oggi vive sempre più una libertà solo apparente, irreale.

La seconda ha la testa di uccello, un bambino in braccio e un libro con le pagine bruciate. La Parola di Dio bruciata! Storicamente furono i nazisti ad incendiare il libro sacro, oggi altre ‘potenze’ dominano l’uomo. Tra essi il *“denaro, poiché accettiamo pacificamente il suo predominio su di noi e sulle nostre società”*. (EG 55)

Infine, in primo piano, i due protagonisti: il pittore con le sue tele e le sue tavolozze e Bella, il suo amore. Ciò che colpisce sono i due volti. Li distinguono due colori. Il blu, colore caratteristico dell’arte chagalliana. È intenso e sfumato assieme, è pastoso, vorticante, sembra essersi fermato sulla tela per poco, appena appoggiato, e allo stesso tempo la pervade e la occupa prepotentemente. È il colore riservato da tutta l’arte pittorica alle occasioni speciali, al divino, forse

perché realmente caro, costoso. L’altro colore è il rosso, da sempre simbolo della passione, dell’umano.

Quei due volti, così diversi, diventano allora un unico volto: l’occhio dell’uno diventa occhio dell’altro; il naso dell’uno diventa naso dell’altro; la bocca dell’uno diventa bocca dell’altro... il volto dell’uno diventa volto dell’altro.

Essere Chiesa, oggi, significa proprio questo: scendere accanto all’uomo, per le sue strade, per le sue città e guardare la vita con i suoi occhi, con le sue parole, con i suoi tempi.

Essere Chiesa significa passare dal principio di identità a quello di alterità, senza paura di “perdere” la Verità.

Essere Chiesa significa diventare volto dell’uomo per dare all’uomo il suo vero volto.

prof. Anna Carotenuto

www.guardarelaparola.it

*Docente di Religione Cattolica
Liceo Scientifico R. Caccioppoli di Scafati*

*Incaricata di Antropologia ed escatologia
Istituto Superiore Interdiocesano di Scienze Religiose
“Giovanni Duns Scoto” Nola-Acerra*

“La Quaresima è un vero e proprio tempo sacramentale (cf Colletta, I domenica), dal duplice carattere penitenziale e battesimale (cf SC 109). Essa non è soltanto preparazione alla Pasqua, ma vera e propria iniziazione sacramentale ad essa, attraverso un percorso che, coinvolgendoci integralmente, ci predispone alla celebrazione del mistero pasquale”.

La ricchezza spirituale di questi giorni di grazia è nutrita dalla forza evangelizzatrice della pietà popolare *“Per capire questa realtà c’è bisogno di avvicinarsi ad essa con lo sguardo del Buon Pastore, che non cerca di giudicare, ma di amare. Solamente a partire dalla connaturalità affettiva che l’amore dà possiamo apprezzare la vita teologale presente nella pietà dei popoli cristiani, specialmente nei poveri. Penso alla fede salda di quelle madri ai piedi del letto del figlio malato che si afferrano ad un rosario anche se non sanno imbastire le frasi del Credo; o a tanta carica di speranza diffusa con una candela che si accende in un’umile dimora per chiedere aiuto a Maria, o in quegli sguardi di amore profondo a Cristo crocifisso. Chi ama il santo Popolo fedele di Dio non può vedere queste azioni unicamente come una ricerca naturale della divinità. Sono la manifestazione di una vita teologale animata dall’azione dello Spirito Santo che è stato riversato nei nostri cuori (cfr Rm 5,5).*

Nella pietà popolare, poiché è frutto del Vangelo inculturato, è sottesa una forza attivamente evangelizzatrice che non possiamo sottovalutare: sarebbe come disconoscere l’opera dello Spirito Santo. Piuttosto, siamo chiamati ad incoraggiarla e a rafforzarla per approfondire il processo di inculturazione che è una realtà mai terminata. Le espressioni della pietà popolare hanno molto da insegnarci e, per chi è in grado di leggerle, sono un luogo teologico a cui dobbiamo prestare attenzione, particolarmente nel momento in cui pensiamo alla nuova evangelizzazione”. (EG 125-125)

Le scelte liturgico-pastorali che qui si ripropongono intendono rispondere all’esigenza di offrire stimoli sempre nuovi alla pietà popolare affinché si lasciarsi illuminare dall’unica luce di Cristo che *“appare in tutti i suoi colori e offre la conoscenza della ricchezza del suo dono”* (Benedetto XVI).

La divisione in cinque tappe del tempo quaresimale.

Prima settimana

In principio la Parola.

Centri Ascolto della Parola,
Lectio Divina...

Seconda settimana

Convertiti dalla Parola.

Celebrazione Penitenziale...

Terza Settimana

La Parola si fa carne: l'Eucaristia.

Adorazione Eucaristica prolungata
Visita agli Ammalati...

Quarta Settimana

Gli Esercizi Spirituali alla Parrocchia.

Quinta Settimana

La Parola testimoniata nella carità.



"24 Ore per il Signore"

Celebrazione Penitenziale

venerdì 29 - sabato 30 marzo 2019

"L'iniziativa "24 ore per il Signore", da celebrarsi nel venerdì e sabato che precedono la IV domenica di Quaresima, è da incrementare nelle Diocesi. Tante persone si stanno riavvicinando al sacramento della Riconciliazione e tra questi molti giovani, che in tale esperienza ritrovano spesso il cammino per ritornare al Signore, per vivere un momento di intensa preghiera e riscoprire il senso della propria vita. Poniamo di nuovo al centro con convinzione il sacramento della Riconciliazione, perché permette di toccare con mano la grandezza della misericordia. Sarà per ogni penitente fonte di vera pace interiore".

Misericordiae Vultus, 17

*" Il cammino verso la pienezza della fede e della carità è opera della Grazia di Dio che rende possibile la libera risposta dell'uomo. Per questo, il necessario impegno morale non può sostenersi senza la forza dello Spirito. Trova qui posto una riscoperta e una coraggiosa proposta del **Sacramento della Riconciliazione** e della sua dimensione personale ed ecclesiale, mai privata. Si evitino celebrazioni frettolose e non si ometta mai, anche nella celebrazione individuale, l'annuncio della Parola di Dio che riconcilia e perdona, per evitare una comprensione magica del sacramento. Per quanto possibile, specialmente nei Tempi forti, si preferisca la celebrazione comunitaria con assoluzione individuale".*

DIOCESI DI NOLA, "Come mai questo tempo non sapete valutarlo?" La Chiesa di Nola ascolta e si interroga. Discernimento comunitario e annuncio del Vangelo, Nola 2016, p. 35



Una proposta per gli Esercizi Spirituali alla Parrocchia.

Gli Esercizi Spirituali sono sempre un momento forte nella vita di un credente, noi li proponiamo a tutti, con una formula che vuole inserirsi nella vita quotidiana.

Chiediamo di rinunciare a tutto ciò che è possibile mettere da parte in questi giorni: impegni e divertimenti, chiacchierate con amici e hobby, letture e divagazioni..., mantenendo solo le responsabilità di lavoro e di famiglia; così ci si potrà dedicare all'ascolto della Parola di Dio e alla meditazione personale.

Sembra giusto dare qualche indicazione perché l'esperienza possa essere ben condotta e portare frutti per la vita delle persone che vi parteciperanno.

- Fondamentale è il clima che si crea già al momento dell'ingresso in Chiesa, favorendo un vivo senso di comunione e di partecipazione.
- È importante il momento introduttivo con il quale si aiutano i fedeli a disporre l'animo al silenzio e all'ascolto del Signore.
- Il momento della riflessione personale può essere vissuto anche nella forma dell'Adorazione del SS. Sacramento o della Venerazione della Santa Croce.
- A conclusione è bene offrire qualche suggerimento che aiuti a rispondere con generosità alla Parola ascoltata.

Mattino

Meditazione
Celebrazione Eucaristica
Adorazione personale
Ora media

Pomeriggio

Disponibilità per le Confessioni
e colloqui

Sera

Meditazione
Vespri e Benedizione Eucaristica



Valorizzazione del "Venerdì" come giorno per contemplare il Signore crocifisso con la pia pratica della Via crucis quale momento di preghiera dell'intera comunità.

"Nel pio esercizio della Via Crucis confluiscono pure varie espressioni caratteristiche della spiritualità cristiana: la concezione della vita come cammino o pellegrinaggio; come passaggio, attraverso il mistero della Croce, dall'esilio terreno alla patria celeste; il desiderio di conformarsi profondamente alla Passione di Cri-

sto; le esigenze della sequela Christi, per cui il discepolo deve camminare dietro il Maestro, portando quotidianamente la propria croce (cf. Lc 9, 23). Uno svolgimento sapiente della Via Crucis, in cui parola, silenzio, canto, incedere processionale e sostare riflessivo si alternino in modo equilibrato contribuisce al conseguimento dei frutti spirituali del pio esercizio"

*Direttorio su pietà popolare
e liturgia, 131-135*

*"Tra i pii esercizi con cui i fedeli venerano la Passione del Signore pochi sono tanto amati quanto la Via Crucis. Attraverso il pio esercizio i fedeli ripercorrono con partecipe affetto il tratto ultimo del cammino percorso da Gesù durante la sua vita terrena (Direttorio su pietà popolare e Liturgia", 131). Per questo motivo, quando è presieduta dal ministro ordinato, il sacerdote o il diacono indosseranno **camice e stola rossa**, oppure la veste talare con cotta e stola rossa o ancora, laddove si ritenga opportuno dare maggiore solennità al pio esercizio si può indossare il piviale rosso.*

Si invitano le parrocchie della stessa Città a celebrare insieme la via Crucis. La Via Crucis caratterizza il venerdì non la domenica che è il "giorno del Signore Risorto".



Il tempo quaresimale è anche l'occasione propizia per **incontrare la gente dove vive**. Nella relazione con il territorio si vive il mandato di Cristo, che raccomandò ai suoi discepoli "In qualunque casa entriate, dite Pace a questa casa" (Lc 10,5). Pertanto si consiglia di riprendere la visita alle Famiglie nella modalità e nei tempi più opportuni.

I segni della Quaresima

“Il grande rischio del mondo attuale, con la sua molteplice ed opprimente offerta di consumo, è una tristezza individualista che scaturisce dal cuore comodo e avaro, dalla ricerca malata di piaceri superficiali, dalla coscienza isolata. Quando la vita interiore si chiude nei propri interessi non vi è più spazio per gli altri, non entrano più i poveri, non si ascolta più la voce di Dio, non si gode più della dolce gioia del suo amore, non palpita l’entusiasmo di fare il bene. Anche i credenti corrono questo rischio, certo e permanente. Molti vi cadono e si trasformano in persone risentite, scontente, senza vita. Questa non è la scelta di una vita degna e piena, questo non è il desiderio di Dio per noi, questa non è la vita nello Spirito che sgorga dal cuore di Cristo risorto.

Invito ogni cristiano, in qualsiasi luogo e situazione si trovi, a rinnovare oggi stesso il suo incontro personale con Gesù Cristo o, almeno, a prendere la decisione di lasciarsi incontrare da Lui, di cercarlo ogni giorno senza sosta. Non c’è motivo per cui qualcuno possa pensare che questo invito non è per lui, perché “nessuno è escluso dalla gioia portata dal Signore”. (EG 2-3)

La Preghiera

“la nostra relazione con Dio”

È un grido del cuore più che un rumore delle labbra. Sia fervida, perché nutrita d'amore. Umile, perché sale da un cuore spezzato dal pentimento, che implora perdono. Pressante e fiduciosa perché non si stanca mai di implorare. Nutrita soprattutto di parola divina, assimilata nella preghiera.

“Dedicando più tempo alla preghiera, permettiamo al nostro cuore di scoprire le menzogne segrete con le quali inganniamo noi stessi, per cercare finalmente la consolazione in Dio. Egli è nostro Padre e vuole per noi la vita”.

Papa Francesco



La Carità fraterna

“la nostra relazione con i fratelli e con il territorio in cui viviamo”

Quanto è sottratto al corpo e alle comodità con la rinuncia, è donato ai fratelli per un movimento di carità. Per Sant'Agostino *“le due ali con cui la preghiera si innalza verso Dio sono il perdono delle offese e l'aiuto offerto al bisognoso”.*

“L'esercizio dell'elemosina ci libera dall'avidità e ci aiuta a scoprire che l'altro è mio fratello: ciò che ho non è mai solo mio. Come vorrei che l'elemosina si tramutasse per tutti in un vero e proprio stile di vita! Come vorrei che, in quanto cristiani, seguissimo l'esempio degli Apostoli e vedessimo nella possibilità di condividere con gli altri i nostri beni una testimonianza concreta della comunione che viviamo nella Chiesa. A questo proposito faccio mia l'esortazione di san Paolo, quando invitava i Corinti alla colletta per la comunità di Gerusalemme: “Si tratta di cosa vantaggiosa per voi” (2 Cor 8,10).

Questo vale in modo speciale nella Quaresima, durante la quale molti organismi raccolgono collette a favore di Chiese e popolazioni in difficoltà. Ma come vorrei che anche nei nostri rapporti quotidiani, davanti a ogni fratello che ci chiede un aiuto, noi pensassimo che lì c'è un appello della divina Provvidenza: ogni elemosina è un'occasione per prendere parte alla Provvidenza di Dio verso i suoi figli; e se Egli oggi si serve di me per aiutare un fratello, come domani non provvederà anche alle mie necessità, Lui che non si lascia vincere in generosità?”

Papa Francesco



Il Digiuno

“la relazione con se stessi, con il proprio cuore”

È un impegno ascetico. Ogni gesto di rinuncia deve radicarsi in un atteggiamento interiore, la “penitenza”, e insieme tradursi in gesti concreti. È inutile digiunare dai cibi se l'anima non digiuna dai peccati; per essere gradito a Dio deve essere accompagnato dalla carità fraterna.

“Il digiuno, infine, toglie forza alla nostra violenza, ci disarma, e costituisce un'importante occasione di crescita. Da una parte, ci permette di sperimentare ciò che provano quanti mancano anche dello stretto necessario e conoscono i morsi quotidiani dalla fame; dall'altra, esprime la condizione del nostro spirito, affamato di bontà e assetato della vita di Dio. Il digiuno ci sveglia, ci fa più attenti a Dio e al prossimo, ridesta la volontà di obbedire a Dio che, solo, sazia la nostra fame”

Papa Francesco



Il Digiuno e l'Astinenza oggi

Digiuno e astinenza non sono forme di disprezzo del corpo, ma strumenti per rinvigorire lo spirito, rendendolo capace di esaltare, nel sincero dono di sé, la stessa corporeità della persona. Per il cristiano la mortificazione non è mai fine a se stessa, né si configura come semplice strumento di controllo di sé, ma rappresenta la via necessaria per partecipare alla morte gloriosa di Cristo.

Lo stile, con il quale Gesù invita i discepoli a digiunare, insegna che la mortificazione è sì esercizio di austerità in chi la pratica, ma non per questo deve diventare motivo di peso e di tristezza per il prossimo, che attende un atteggiamento sereno e gioioso.

Questa delicata attenzione agli altri è una caratteristica irrinunciabile del digiuno cristiano, al punto che esso è sempre stato collegato con la carità: **il frutto economico della privazione del cibo o di altri beni non deve arricchire colui che digiuna, ma deve servire per aiutare il prossimo bisognoso. A tale scopo la Caritas Parrocchiale sia particolarmente attenta a sensibilizzare la Comunità.**

La legge del digiuno obbliga a fare un unico pasto durante la giornata. La legge dell'astinenza proibisce l'uso delle carni, come pure dei cibi e delle bevande che, ad un prudente giudizio, sono da considerarsi come particolarmente ricercati e costosi.

Digiuno e astinenza è anche evitare:

- il consumo alimentare senza una giusta regola, accompagnato a volte da un intollerabile spreco di risorse;
- l'uso eccessivo di bevande alcoliche e di fumo;
- la ricerca incessante di cose superflue,
- la ricerca smodata di forme di divertimento che non contribuiscono al necessario recupero psicologico e fisico, ma che conducono a evadere dalla realtà e dalle proprie responsabilità;

- l'occupazione frenetica, che non lascia spazio al silenzio, alla riflessione e alla preghiera;
- il ricorso esagerato alla televisione, internet e agli altri mezzi di comunicazione, che può creare dipendenza, ostacolare la riflessione personale e impedisce il dialogo in famiglia.



Per l'approfondimento

E. BIANCHI, *Ha ancora senso il digiuno?*

<https://www.monasterodibose.it/fondatore/articoli/articoli-su-quotidiani/4139-ha-ancora-senso-il-digiuno>

C. BENDALY, *Il digiuno cristiano. Aspetti psicologici e spirituali*, Edizioni Qiqaiion, Comunità di Bose, 2009

Astenetevi
non tanto da un pasto,
ma dalla ingordigia.
Più che privarvi di un piatto,
privatevi del lusso, dello spreco,
del superfluo.
Ci vuole più coraggio.
Più che non sedervi a mensa,
aggiungete un posto a tavola.
E più che non toccare il pane,
spezzate il pane,
condividete il pane:
il pane dei disoccupati,
degli sfrattati,
dei drogati, dei disperati.

Don Tonino Bello