

Quaresima



di Speranza

Famiglie



Famiglie

18 FEBBRAIO 2024

PREGHIAMO A TAVOLA

I DOMENICA DI QUARESIMA

Prepara

sulla tavola un piccolo vaso con dell'acqua (anche una tazza potrebbe andare bene).

PRIMA LA PAROLA

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

(Mc 1, 14-15)

OFFRIRE DAL TRATTENERE AL DONARE



Per capire

Anche nella vita di coppia e in famiglia arrivano, cicliche, le tentazioni. Spesso si presentano come virus culturali, come canti di sirene che si inoculano nei nostri schemi di pensiero e condizionano la nostra vita... Ma il tempo di Quaresima si apre con questo annuncio: è arrivato il

tempo quello "compiuto", cioè quello giusto, oggi. Tutto ciò che vuol togliere bellezza alla nostra vita è battuto dalla buona notizia, il Vangelo. Gesù è venuto a cercarci, è qui, è davanti a te. Convertiti, cioè... ..digli di sì! La Quaresima è una successione di doni grazie ai quali noi cristiani, piccoli o grandi, riscopriamo che cosa vuol dire essere figli di Dio, come Gesù: discepoli del Maestro, uomo libero da ogni catena, **pronti a passare dal trattenere al donare!**

PREGHIERA

Dio paziente e misericordioso, che rinnovi la tua alleanza con tutte le generazioni, disponi i nostri cuori all'ascolto della tua parola, perché in questo tempo di grazia sia luce e guida verso la vera offerta di noi. Guida la nostra famiglia a seguire sempre il tuo esempio: limita l'impulsività in noi genitori, aumenta il desiderio di ascoltare in noi figli e converti i nostri cuori. **AMEN.**

BUONA DOMENICA e...



Digiuno...dal rancore

Stretta l'alleanza, Dio pone l'arco di guerra sulle nubi che diventa arco nel cielo, arcobaleno. Come Dio si fa forte contro le acque del diluvio affinché non spengano l'amore, l'impegno indicato è rimuovere, anche per sette volte, il ricordo di un'offesa, di un torto o di un'ingiustizia subita, affinché possiamo presentarci a nostra volta come dono che salva le relazioni.

SEGNO

Ora ognuno bagna le dita nell'acqua e segna una croce sulla fronte di chi gli sta a fianco, oppure (se è da solo) segna se stesso, dicendo:

Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino, convertiti e credi al Vangelo.



Famiglie

25 FEBBRAIO 2024

PREGHIAMO A TAVOLA

II DOMENICA DI QUARESIMA

Prepara

Sulla tavola la *Bibbia* chiusa accanto al vaso con l'acqua (cfr. I Domenica).

PRIMA LA PAROLA

Fu trasfigurato davanti a loro e le sue vesti divennero splendenti, bianchissime: nessun lavandaio sulla terra potrebbe renderle così bianche. E apparve loro Elia con Mosè e conversavano con Gesù...

Questi è il Figlio mio, l'amato: ascoltatelo! (Mc 9, 2-7)

TRASFIGURARE *Dalla LEGATURA alla CONSEGNA*

Per capire

Nel racconto della Trasfigurazione i tre discepoli non sono ancora pronti a entrare e stare nella nube dello Spirito, a farsi permeare dalla forza dell'amore gratuito e donantesi, mentre lo è Gesù che annuncia per tre volte la sua Pasqua. Per questo il Padre comunica loro: **questi è il mio Figlio l'amato, il prediletto, attraverso il quale comunicherò e donerò il nostro amore per e agli uomini.** Nell'eucarestia noi partecipiamo a questo amore divino che si dona senza condizioni con totale gratuità e inclusione, amore che per raggiungerci nella nostra corporeità si trasfigura nel pane e nel vino della mensa eucaristica, in famiglia ci alleniamo all'amore, al saper passare dalla legatura alla **consegna come Gesù che si consegna all'amore**

totalizzante del Padre per l'intera umanità. Consegna non sacrificio, libertà non dovere, ubbidienza non costrizione.

PREGHIERA

O Dio, Padre buono, che hai tanto amato il mondo da dare il tuo Figlio, rendici saldi nella fede, perché, seguendo in tutto le sue orme, siamo con lui trasfigurati nello splendore della tua luce. AMEN.

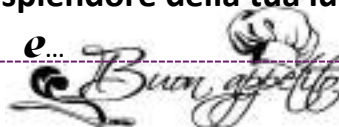


SEGNO

Ora chi guida la preghiera prende in mano il libro della Sacra Scrittura, lentamente lo apre al Vangelo e lo mostra ai presenti mentre dice: **Questi è il Figlio mio, l'amato: ascoltatelo!**

Tutti baciano - o appoggiano la mano - sulla Bibbia.

BUONA DOMENICA e...



Digiuno...dal superfluo

L'evento del monte Moria rappresenta la nudità del credere capace di rispondere al Dio amato con un atto purissimo di fiducia, nonostante il sacrificio del primogenito. In questa tappa l'impegno indicato è rinunciare a ciò che è di contorno, benché sia gradito, per ritornare all'essenziale, a cibarci dell'eucarestia con coraggio e fiducia in Dio, accompagnati dalla consapevolezza che timore e tremore sono superati soltanto dall'amore.



Famiglie

3 MARZO 2024

PREGHIAMO A TAVOLA

III DOMENICA DI QUARESIMA

PRIMA LA PAROLA

Prepara
Un crocifisso,
accanto al vaso con
l'acqua e alla
Bibbia aperta.

Gesù disse: "Non fate della casa del Padre mio un mercato" Allora i Giudei gli chiesero: «Quale segno ci mostri per fare queste cose?». Rispose loro Gesù: «Distruggete questo tempio e in tre giorni lo farò risorgere». Gli dissero allora i Giudei: «Questo tempio è stato costruito in quarantasei anni e tu in tre giorni lo farai risorgere?». Ma egli parlava del tempio del suo corpo. (Gv 2, 17-21)

RINNOVARE

Da SCHIAVO a FIGLIO

Per capire

Gesù ci dice che lui è il nuovo tempio, cioè lo spazio autentico attraverso il quale si può entrare in relazione con il Padre. **Anche la nostra vita può diventare tempio di Dio**, se lasciamo agire in noi il dono dello Spirito Santo che abbiamo ricevuto nei sacramenti e testimoniamo con la nostra vita la bellezza dell'essere **figli e non schiavi** anche quando dovesse capitare di sentirci delusi, dal coniuge, dai figli, dalle persone in cui avevamo riposto tante speranze e aspettative. Gesù, con tenerezza ma anche con fermezza, ci aiuta ad avere il Suo stesso sguardo sulle persone che amiamo. Uno sguardo che tiene conto delle fragilità, dei bisogni profondi, delle debolezze... Gesù ci invita a superare le nostre illusioni e le nostre tristezze con il realismo della misericordia. **A distruggere il tempio dell'egoismo per fare la volontà di Dio**, aderire alla sua Parola, vivere la carità e la giustizia.

PREGHIERA

Signore nostro Dio, che riconduci i cuori dei tuoi fedeli all'accoglienza di tutte le tue parole, donaci la sapienza della croce, perché in Cristo tuo Figlio diventiamo tempio vivo del tuo amore. Dona alla nostra famiglia l'esperienza del cambiamento che viene da TE, dalla tua presenza nelle nostre vite, dall'adesione alla tua volontà. Colma la nostra vita di gioia e donaci la forza di sostenere gli altri con la forza del tuo amore. AMEN.

SEGNO

Ora chi guida la preghiera prende in mano il crocifisso, lo contempla per un momento in silenzio e poi lo passa a tutti i presenti, perché anche loro lo possano venerare.



Digiuno...dalla violazione

BUONA DOMENICA e...

Comandamento dopo comandamento, uno alla volta per dieci volte, è possibile cogliere ognuno di essi non come regole, ma come parole di vita, dettate da un Dio che non ci lascia soli. L'impegno corrispondente è evitare di trasgredire le dieci parole di vita perché esse ci permettono non solo di somigliare più a Dio, ma anche di riconoscerlo e amarlo come Padre.



Famiglie

10 MARZO 2024

PREGHIAMO A TAVOLA

IV DOMENICA DI QUARESIMA

Prepara

Una candela spenta, accanto al vaso con l'acqua, la Bibbia aperta e il crocifisso

PRIMA LA PAROLA

La luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno amato più le tenebre che la luce, perché le loro opere erano malvagie.

Chi fa la verità viene verso la luce, perché appaia chiaramente che le sue opere sono state fatte in Dio». (Gv 3, 19-21)

RALLEGRARE *Dall'IRA alla MISERICORDIA*



Per capire

Gesù porta alla luce ciò che ciascuno di noi realmente è nel suo profondo; la sua Parola è una luce penetrante, che fa davvero emergere quanto c'è nel cuore di ogni persona.

Chi lascia abitare il male nel suo cuore difficilmente si espone a questa luce perché sarebbe subito evidente che si trova in una condizione lontana dal bene. Quanti invece vivono nella verità si avvicinano tranquillamente alla luce, perché portano

già dentro di sé un po' di quello splendore. Nella vita di coppia, in famiglia, in parrocchia, nella società esiste un segno certo che ci permette di riflettere la luce di Gesù: la gioia della MISERICORDIA. La Quaresima, infatti, ci invita a passare **dall'ira alla misericordia** come ha fatto Dio Padre con noi, donandoci suo Figlio. Il perdono, da parte nostra, dimostra, che abbiamo compreso quanto Dio ha fatto per noi e siamo pronti, dopo aver accolto il suo perdono, a perdonare. Al dono della misericordia corrisponde il nostro impegno ad essere illuminati da Gesù per donarci ai nostri fratelli e sorelle.

PREGHIERA

Signore, ti sei fatto vita, luce, pienezza, verità del cuore... E noi? Cosa preferiamo? Cosa scegliamo ogni giorno? Perché accontentarci della luce soffusa quando possiamo vivere la pienezza della gioia? Aiuta la nostra famiglia a non ripiegarsi su felicità temporanee... Tu che, per il grande amore che hai per noi ci hai dato tutto, senza misura., rendici capaci di accogliere il Tuo immenso dono d'amore e saperlo condividere con chi ci sta accanto AMEN.

BUONA DOMENICA e...



Digiuno...dalla infedeltà

Stanco dei peccati del popolo, Dio manda i babilonesi a distruggere il tempio, ma poi suscita in Ciro la volontà di ricostruirlo e di far ritornare i Giudei a Gerusalemme. Sebbene la vita dell'uomo sia fatta di cadute, di lotte, di vittorie e di sconfitte, e di ripensamenti, ci impegniamo ad essere fedeli a Dio, a credere con ogni fibra che Lui ci ama.

SEGNO

Ora chi guida la preghiera accende la candela che rimarrà accesa per tutto il tempo del pasto.



Famiglie

17 MARZO 2024

PREGHIAMO A TAVOLA

V DOMENICA DI QUARESIMA

Prepara
Un pezzo di pane
intero, accanto al vaso con l'acqua, la Bibbia aperta, il crocifisso e la candela accesa.

PRIMA LA PAROLA

Se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto. Chi ama la propria vita, la perde e chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna. (Gv 12, 24-25)

CONSUMARE *Dall'ARIDITÀ alla VITA*

Per capire

Gesù parla apertamente della sua morte come mezzo per donare la vita a tutti gli uomini. Il chicco di grano, solo morendo può portare nuovo frutto, nuova vita. Anche la nostra vita diventa feconda se impariamo a non diventarne dei padroni egoisti, ma siamo disposti a donare ed amare con tutto noi stessi; la vita vera non la possediamo noi, ma è un dono del Padre. Basta poco per perdere la comunione e ritrovarsi distanti, soli. Anche in famiglia.

Anche se siamo in tanti. Il dono che Gesù ci fa, con il suo sacrificio d'amore, è la possibilità di rinsaldare, di rigenerare ciò che a volte maldestramente sciupiamo. La Quaresima ci invita a saper essere dono di noi stessi, a saper rinunciare a qualcosa di nostro per ritornare, come il seme nella terra, ad essere più vivi, più veri, più forti, per donarci agli altri. Al dono della vita corrisponde il nostro servizio per gli altri, per amore, per missione.



SEGNO

Chi guida la preghiera
spezza il pane
e ne distribuisce a tutti
un piccolo pezzo
che sarà consumato
durante il pasto.

PREGHIERA

O Padre, che hai ascoltato il grido del tuo Figlio, obbediente fino alla morte di croce, dona a noi, che nelle prove della vita partecipiamo alla sua passione, la fecondità del seme che muore, per poterti vedere. Vogliamo vederti! Vogliamo scoprire il tuo dono, credere nella forza disarmante del tuo amore. Gesù, crocifisso e sconfitto dall'ingiustizia vogliamo vedere in te e nella tua risurrezione l'onnipotenza dell'amore. Vogliamo conoscerti e seguirti, per essere, come te, seme che muore e porta frutto, ridona vita, genera risurrezione. AMEN.

Digiuno...dalla estraneità

Non più una legge scritta su tavole di pietra, ma nella carne del cuore umano. Così, Dio stesso entra nel cuore dell'uomo come oggi accade attraverso l'eucarestia. Al momento della comunione, Dio appartiene all'uomo e l'uomo appartiene a Dio. Se non c'è più necessità di norme, punizioni e richiami, l'impegno per questa tappa è non sentirsi più estranei a Dio, al suo corpo donato per noi, all'intimità con Lui, alla sua volontà, aderendo a Lui di tutto cuore e per amore.



Famiglie

24 MARZO 2024

PREGHIAMO A TAVOLA

DOMENICA DELLE PALME

Prepara

Sulla tavola
un rametto
di ulivo.

PRIMA LA PAROLA

Portarono il puledro da Gesù, vi gettarono sopra i loro mantelli ed egli vi sali sopra. Molti stendevano i propri mantelli sulla strada, altri invece delle fronde, tagliate nei campi. Quelli che precedevano e quelli che seguivano, gridavano: «Osanna! Benedetto colui che viene nel nome del Signore!»

BENEDIRE la GRAZIA nella VITA



In questo giorno la Chiesa fa memoria dell'ingresso di Gesù in Gerusalemme, prima di consegnarsi e vivere i giorni della passione. È giunto il tempo anche per noi di dire al Signore la nostra disponibilità a seguirlo, ad abbandonare tutte le nostre sicurezze e riconoscere in Lui colui che porta a compimento ogni nostra speranza. Siamo invitati a mettere a sua disposizione noi stessi, per diventare collaboratori nell'annunciare al mondo il volto di un Dio che sceglie la via della piccolezza e dell'umiltà

PREGHIERA

O Padre, che hai ascoltato Dio onnipotente ed eterno, che hai dato come modello agli uomini il Cristo tuo Figlio, nostro Salvatore, fatto uomo e umiliato fino alla morte di croce, fa' che abbiamo sempre presente il grande insegnamento della sua passione, per partecipare alla gloria della risurrezione. AMEN

SEGNO

Ora ognuno prende in mano il rametto di ulivo dicendo:
Osanna! Benedetto colui che viene nel nome del Signore!
Benedetto sei tu, Gesù che vuoi entrare nella mia vita.

BUONA DOMENICA e...



Digiuno...dall'indifferenza

La prospettiva della morte non distoglie Gesù da coloro che camminano con lui, verso i quali conserva lo sguardo dell'amore, in forza del quale anche il più piccolo dettaglio conta. Diversamente la folla intende l'altro come oggetto al quale impone ciò che pensa o crede. L'indicazione per questa domenica, all'insegna di scambi di rami di ulivo, è non assolutizzare il proprio "io" azionando meccanismi di violenza, ma avere davanti il volto dell'altro, facendosene carico, come condizione per ritrovare la propria umanità