

[ Arcidiocesi di Bari-Bitonto ]

quaresima  
pasqua  
2021



# PRENDIAMO LA FORMA DEL PANE

PER ESSERE NEL MONDO ARTIGIANI DI COMUNIONE



+ *Quaresima*



*Miei cari,*

*nell'intraprendere il cammino, desidero  
consegnarvi un segno che dica l'orizzonte,  
l'impegno, la responsabilità a cui siamo chiamati:  
un semplice pezzo di pane.*

*Imparando dal Crocefisso, spezziamo e  
condividiamo la nostra esistenza con i fratelli,  
benediremo la vita divenendo artigiani di  
comunione e costruttori di unità.*

*Bona via!*

*Con affetto*

*Il vostro vescovo Giuseppe*



# Il sussidio

per la Quaresima e la Pasqua 2021 è tutto incentrato sul segno del pane. L'idea è nata dalla consegna del pane che l'Arcivescovo Mons. Giuseppe Satriano ha voluto compiere come gesto simbolico il giorno del suo ingresso in diocesi. All'interno del Sussidio c'è uno schema di preghiera che introduce il tempo quaresimale, da poter utilizzare il primo venerdì di Quaresima. Tale schema di preghiera è stato ispirato dal "Mulino mistico" raffigurato in un capitello della Basilica di Vézelay in Francia. Alla riscoperta di questa opera ha contribuito un documentario di padre M. Rupnik andato in onda il 21 ottobre su Tv2000 (<https://www.tv2000.it/blog/2018/10/21/la-santa-bellezza-il-mulino-mistico/>). A seguire c'è una proposta di *Via Crucis* "Alto e Fragile": le meditazioni ai Vangeli sono storie di vita vera segnate dalla prova e aperte alla speranza. Un grazie sincero a questi fratelli che hanno accolto l'invito a mettersi in gioco nel narrare squarci della propria esistenza. Le immagini che accompagnano la *via Crucis* sono di Giuseppe Pacucci, un ragazzo di 16 anni della parrocchia di S. Marcello. La proposta della *Caritas diocesana* per la Quaresima di carità, che quest'anno sarà anticipata alla prima domenica di Quaresima, ci vedrà impegnati concretamente nel sostenere i progetti attivati sulla rotta balcanica avviati dalla CEI. Giunge puntuale anche la proposta di adorazione eucaristica vocazionale, curata dal Centro Diocesano Vocazioni, che annualmente ci vede pregare all'unisono il Giovedì Santo davanti all'altare della reposizione in tutte le comunità della diocesi. L'Ufficio catechistico diocesano, invece, ha preparato delle schede con momenti di preghiera e attività per i ragazzi dell'iniziazione cristiana incentrati sui Vangeli delle domeniche di Quaresima, ma adattabili anche a piccoli gruppi nelle parrocchie. Il servizio di Pastorale giovanile accompagnerà i nostri passi nel tempo Pasquale con la *Via Panis*, un itinerario che ci porterà a riflettere su quadretti evangelici che vedono Gesù coinvolto in momenti di convivialità. Non mancano nel sussidio altri schemi di preghiera (liturgia penitenziale, adorazione della croce) che ogni parrocchia potrà adattare al proprio cammino pastorale.

Le immagini del pane presenti nel sussidio sono di Safet Zec, artista della Bosnia-Erzegovina.

**Si ricorda che per quest'anno la Congregazione per il Culto Divino e la Disciplina dei Sacramenti ha reso note le disposizioni cui dovranno attenersi i celebranti nel rito di imposizione delle Ceneri** che si possono leggere sul sito web della Congregazione. Il sacerdote, dopo aver benedetto le ceneri e averle asperse con l'acqua benedetta, – precisa la nota – si rivolge ai presenti recitando "una volta sola per tutti la formula prevista dal Messale Romano "Convertitevi e credete al Vangelo"», oppure "Ricordati, uomo, che polvere tu sei e in polvere ritornerai". Quindi, prosegue la nota, "il sacerdote asperge le mani e indossa la mascherina a protezione di naso e bocca, poi impone le ceneri a quanti si avvicinano a lui o, se opportuno, egli stesso si avvicina a quanti stanno in piedi al loro posto". Il sacerdote, si conclude, "prende le ceneri e le lascia cadere sul capo di ciascuno, senza dire nulla". **Infine c'è da tener presente che la Conferenza Episcopale Italiana ha stabilito che, dal prossimo 14 febbraio, i fedeli potranno scambiarsi il dono della pace guardandosi negli occhi e chinando semplicemente il capo.**

Sia consentito qui di esprimere un grazie di vero cuore a quanti hanno collaborato nella realizzazione del Sussidio: al Servizio per la Pastorale giovanile, alla *Caritas*, all'ufficio Pastorale, all'ufficio Catechistico, all'ufficio di Musica sacra e al *Centro Vocazioni* della nostra diocesi con i rispettivi responsabili. Un grazie particolare anche al grafico Laura Dimastromatteo, a don Francesco Necchia, Vicario parrocchiale della Parrocchia S. Maria Veterana in Triggiano e all'accogliuto Francesco Misceo, collaboratore della Parrocchia S. Marcello in Bari.

# INDICE

<b>PRESENTAZIONE</b>	7
<i>Celebrazione nel primo venerdì di Quaresima</i>	
<b>TRASFORMATI DALL'AMORE</b>	10
<i>Via Crucis per la comunità</i>	
<b>ALTO E FRAGILE</b>	23
Ufficio Caritas Diocesana	
<b>QUARESIMA DI CARITÀ 2021</b>	57
<i>Liturgia Penitenziale</i>	
<b>CAMMINO DI RICONCILIAZIONE</b>	61
<i>Adorazione della Croce</i>	
<b>LA SPERANZA NON DELUDE</b>	69
<i>Adorazione Eucaristica Vocazionale Giovedì Santo 2021</i>	
<b>L'EUCARISTIA: LIEVITO DI FRATERNITÀ</b>	77
Ufficio Catechistico Diocesano	
<i>Preghiamo insieme in famiglia</i>	
<b>LE DOMENICHE DI QUARESIMA: ASCOLTO, PAROLA, CANTO, IMMAGINI...</b>	86
Ufficio Catechistico Diocesano	
<i>Celebrazione quaresimale in famiglia con i fanciulli e i ragazzi dell'iniziazione cristiana</i>	
<b>GESÙ PANE SPEZZATO PER TUTTI</b>	113
Proposta della Pastorale Giovanile per il Tempo di Pasqua	
<i>Via Panis</i>	
<b>«I PANI DEL VOLTO»</b>	121
Proposta della Pastorale Giovanile	
<i>Come il Pane</i>	
<b>ITINERARIO PER ADOLESCENTI</b>	
<b>IN 5 SENSI</b>	145
Ufficio Diocesano di Musica Sacra	
<i>Proposta di Quaresima</i>	
<b>I CANTI</b>	166

# Presentazione

## PRENDIAMO LA FORMA DEL PANE FORMA PANIS, FORMA AMORIS

Uno dei primi gesti compiuti dal Vescovo Giuseppe all'inizio del suo ministero pastorale nella nostra Chiesa locale è stata la consegna del pane ai fedeli presenti alla solenne celebrazione eucaristica del 25 gennaio scorso. L'Arcivescovo ha ripetuto il segno quando personalmente ha visitato alcune comunità della diocesi. Egli stesso chiede ai parroci della nostra diocesi che, nella prima domenica di Quaresima, venga distribuito a tutti i fedeli un piccolo pezzo di pane. Non è la prima volta che un Vescovo pone un gesto così eloquente all'inizio del suo ministero episcopale. La memoria corre al Cardinale Giacomo Lercaro che, al suo arrivo nella Chiesa di Bologna, fece porre sotto l'altare della Cattedrale un cartiglio con la citazione della *Didachè* 4, 8: «Se condividiamo il pane del cielo perché non divideremo il pane della terra?». Fu questo il principio che ispirò tutto il suo episcopato e lo vide protagonista durante il Concilio Vaticano II nella sfida della Chiesa dei poveri. Come non pensare al Cardinale Carlo Maria Martini che fece il suo ingresso nella diocesi di Milano portando tra le mani il Vangelo? Il nostro Vescovo Giuseppe, invece, si è presentato al popolo di Dio con dei piccoli pezzi di pane da offrire in dono a ciascuno: gesto semplice ma non banale, da non lasciare cadere nel vuoto perché senz'altro dischiude un orizzonte pastorale.

Il pane è il più elementare alimento umano, l'essenziale, indispensabile per poter celebrare l'Eucaristia e, come ebbe a dire Giovanni Paolo II, «la Chiesa vive dell'Eucaristia» (EE 1).

Sia nelle parole dell'omelia del nostro Vescovo che nel suo saluto finale nella celebrazione eucaristica d'ingresso del 25 gennaio è possibile scorgere l'intelligenza spirituale della consegna del pane. Affermava il Vescovo Giuseppe:



Il ritrovarci insieme intorno alla mensa del Signore ci ripropone la sfida eucaristica, ovvero l'invito a prendere la forma del pane, lasciando che Cristo ci abiti mediante il dono della Parola e dell'Eucaristia»; «Il “fate questo in memoria di me”, che tra poco risuonerà al termine della consacrazione, è il chiaro invito ad assumere l'impegno di vivere come il Maestro, accolto nel segno del pane spezzato e del vino versato.

(MONS. GIUSEPPE SATRIANO, *Omelia per l'inizio del ministero pastorale*)



L'esortazione del Vescovo a prendere la forma del pane – che ritroviamo anche nella preghiera che accompagna la sua immagine ricordo dell'ingresso – è la parafrasi di un'omelia molto bella che Agostino rivolgeva ai nuovi battezzati la notte di Pasqua (S. 227). Nell'omelia il Vescovo di Ippona commenta il passo di 1 Cor 10, 17 - *Poiché c'è un solo pane, noi, pur essendo molti, siamo un corpo solo* - ponendo un parallelismo tra il diventare cristiani e la preparazione del pane eucaristico:



Non erano molti i chicchi di frumento? – dice Agostino - Ma prima di diventare pane erano separati e sono stati uniti per mezzo dell'acqua dopo essere stati in qualche modo macinati. Se il grano non viene macinato e impastato con l'acqua, non prende quella forma che noi chiamiamo pane. Così anche voi prima siete stati come macinati con l'umiliazione del digiuno e col sacramento dell'esorcismo. Poi c'è stato il battesimo e siete stati come impastati con l'acqua per prendere la forma del pane. Ma ancora non si ha il pane se non c'è il fuoco. E che cosa esprime il fuoco, cioè l'unzione dell'olio? Infatti l'olio, che è alimento per il fuoco, è il segno sacramentale dello Spirito Santo [...] Dunque viene lo Spirito Santo, il fuoco dopo l'acqua e voi diventate pane, cioè corpo di Cristo. (AGOSTINO, S., 227, 1)



Nella citazione paolina che Agostino prende in considerazione, l'Apostolo offre le ragioni profonde dell'Eucaristia, centro e asse della comunità credente, espressione di una sorta di "parentela carnale" e "consanguineità" tra i credenti e il Signore<sup>1</sup>. È nella partecipazione all'Eucaristia che avviene la comunione con Dio e con i fratelli e le sorelle. Il pane unico che mangiamo simboleggia e realizza la comunione: la Chiesa significata e causata dall'Eucaristia!

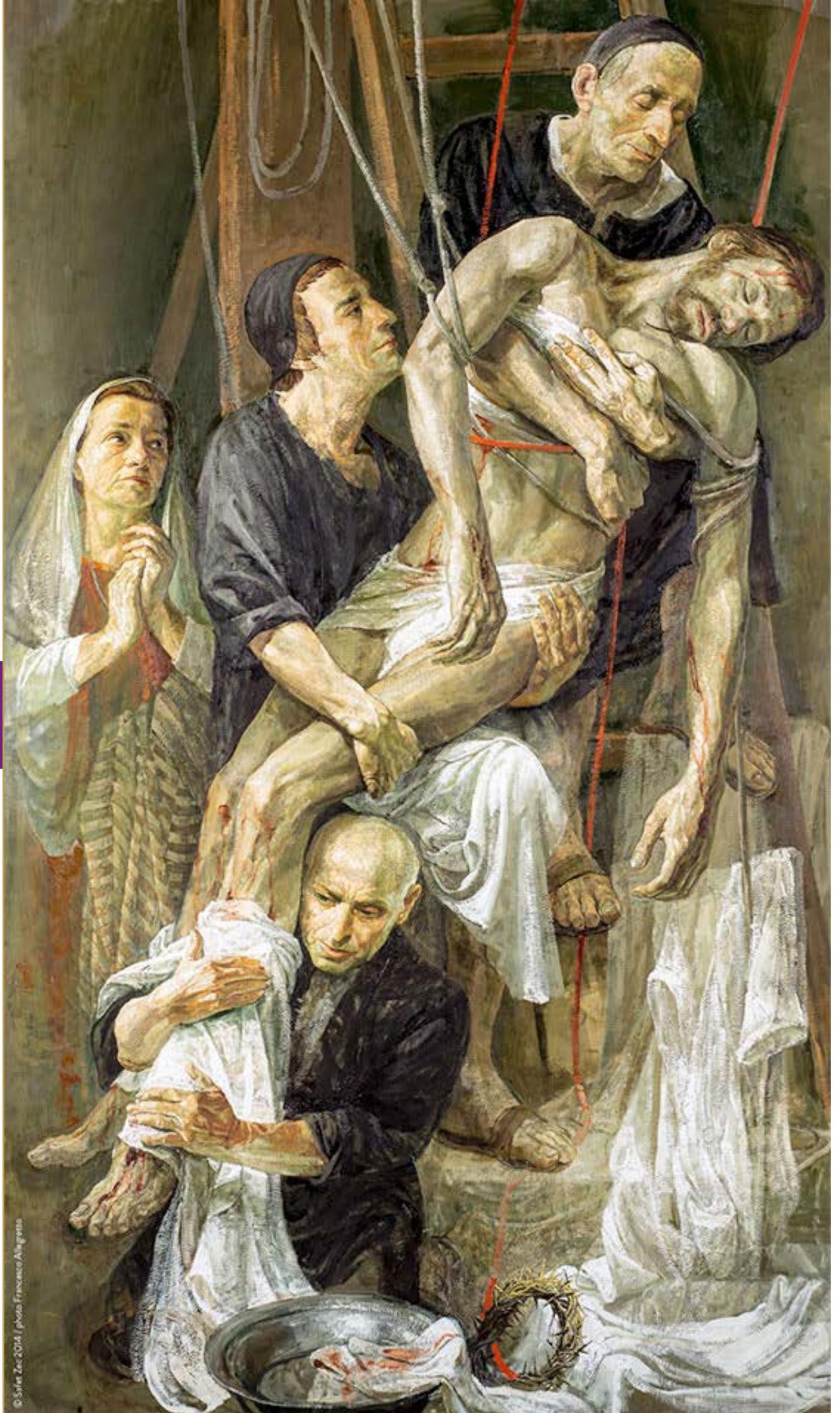
Agostino nel suo ministero, ispirandosi a Paolo, più di chiunque altro sviluppa il legame Chiesa-Eucaristia tanto da divenire il campione di questa visione teologica. Per lui l'Eucaristia è il sacramento dell'unità, un progetto di amore comunitario. Il pane esprime l'esistenza umana e, nell'Eucaristia offerta e ricevuta, la trasformazione di tale esistenza. All'inizio del discorso che stiamo considerando, Agostino afferma: «Se voi li avete ricevuti bene [i sacramenti] voi stessi siete quel che avete ricevuto» (AGOSTINO, S., 227, 1). In tal modo egli mostra tutto il realismo dell'Eucaristia che ha come effetto quello di produrre la comunione nella Chiesa. Come il Corpo di Cristo era significato dal pane, così la Chiesa, che è anche il Corpo di Cristo, appare significata dal pane consacrato. Dirà in un altro discorso tenuto sempre ai neofiti:

«Uno solo è il pane, dice [Paolo]. Per quanti possano essere i pani posti qui sopra, uno solo è il pane; per quanti possano essere i pani posti oggi sugli altari di Cristo in tutto il mondo, uno solo è il pane. Ma che significa: Uno solo è il pane? Lo spiega molto in breve: Noi, pur essendo molti, siamo un corpo solo». Potremmo chiedere ad Agostino: che forma ha questo pane? Non tarderebbe la sua risposta: «Come dunque da tutti quei chicchi di grano, radunati insieme e in qualche modo uniti tra di loro nell'impastatura, si forma un unico pane, così nella concordia della carità si forma un unico corpo di Cristo» (AGOSTINO, S., 229 /A). Chi si nutre di questo pane assume la forma del corpo di Cristo che nella comunità concretamente si manifesta nell'amore: *Forma panis, forma amoris!* Con quel lirismo che gli è proprio, nel libro delle *Confessioni*, farà dire a Gesù queste parole: «Io sono il tuo nutrimento ma invece di cambiarmi in te, tu sarai trasformato in me» (AGOSTINO, *Conf.*, 7,10,16).

Tale insegnamento era comune tra i Padri della Chiesa e occupava il primo posto nel loro pensiero. Gli stessi segni sensibili del mistero, gli elementi del pane, erano per loro un ammonimento a vivere e a convenire in quell'unità amorevole che è l'effetto ultimo di chi si nutre dell'Eucaristia. Nella *Didachè*, un testo della tradizione del primo secolo,

1 Cfr. L. A. SCHÖKEL, *La biblia de nuestro pueblo*, Bilbao 2014, 2189.





© Sifer Zec 2014 / photo Francesco Allegretti

si prega sul pane riservato per l'Eucaristia: «Come questo pane spezzato era disposto sui monti e, raccolto, è divenuto uno, così la Chiesa sia raccolta dalle estremità della terra nel tuo regno» (IX, 4). Massimo di Torino vedeva la Chiesa come una donna che lavora alla mola, le cui pietre sono rappresentate dalla Scrittura che macina gli uomini e che con il lievito di Cristo trasforma in pane solido (Omelia 111). Il Vescovo Giuseppe, in sintonia con tale insegnamento, indica a tutta la Chiesa di Bari-Bitonto un percorso:



Come ci dicevamo nel pensiero omiletico, lasciamoci trasformare dall'Amore, quell'Amore proclamato e celebrato [...] Al termine della celebrazione desidero consegnarvi un segno che dica l'orizzonte, l'impegno, la responsabilità del nostro camminare: un semplice pezzo di pane accompagnato da un'immagine del Crocefisso. Un pezzo di pane da mettere sulle nostre tavole, da condividere, che dica la bellezza e la semplicità della nostra storia, della nostra terra, della nostra esistenza. Essa, trasfigurata dal dono dell'Eucaristia appena celebrata, è chiamata a divenire pane spezzato per il mondo. Il piccolo pezzo di pane che vi verrà consegnato portatelo nella vostra casa, beneditelo con una preghiera, condividetelo e donatelo. Sarà il gesto del condividere a benedire la vostra vita e la vita di chi riceverà questo segno di speranza.

(MONS. GIUSEPPE SATRIANO, *Ringraziamento al termine della celebrazione d'ingresso*)



Per troppo tempo siamo arrivati alla celebrazione eucaristica per “abitudine”, per “vedere l'ostia”, “per assistere alla messa” o “ascoltare una bella predica”! Il Vescovo, in questo tempo sofferto, povero di percorsi pastorali, in cui l'unica possibilità di crescita nella fede per molti è la partecipazione alla celebrazione eucaristica, pone l'accento sulla centralità dell'Eucaristia, recuperando quel legame imprescindibile tra il pane eucaristico e la comunità, al fine di cogliere l'effetto sacramentale nella vita del singolo credente e nella comunità ecclesiale: *prendere la forma del pane...*

In tal modo il mistero dell'Eucaristia si prolunga necessariamente nelle relazioni e nella vita di ciascuno (Cf. Gv 6, 35). L'Eucaristia, per sua natura, non si consuma all'interno del rito, in un approccio individualistico-devozionale, ma richiede aggancio alla vita<sup>2</sup>. Nella dinamica eucaristica non c'è spazio per l'auto conservazione ma solo per l'amore, ricevuto e donato. Il tempo di Quaresima che si apre è un tempo favorevole per comprendere in profondità il significato del pane. In esso è contenuto tutto il mistero della passione e risurrezione di Cristo. Il riferimento a Giovanni: «Se il chicco di grano caduto in terra non muore, rimane solo; se invece muore produce molto frutto» (Gv 12, 24 – V domenica di Quaresima B) e alla narrazione del dono pasquale nell'ultima cena (Mc 14,22-25), dove egli stesso diventa pane per tutti, ci aiuta a invocare con fiducia: «Dacci oggi il nostro pane quotidiano». Incamminiamoci e, nel segno del pane, continuiamo a crescere come credenti e comunità ecclesiale, *con-formandoci* a Cristo e imparando a fare della nostra vita un dono.

Direttore Ufficio Liturgico  
Sac. Francesco Mancini

2 Cfr. H. DE LUBAC, *Corpus Mysticum*, Milano 1982, 107-135.





quaresima  
pasqua  
2021



CELEBRAZIONE  
NEL PRIMO VENERDÌ  
DI QUARESIMA

# Trasformati dall'Amore

LA FORMA DEL PANE



PRENDIAMO

# CELEBRAZIONE NEL PRIMO VENERDÌ DI QUARESIMA TRASFORMATI DALL'AMORE

## INTRODUZIONE

Si tratta di un momento di preghiera per introdurci alla Quaresima.

In questa Quaresima, ai tempi della pandemia, in cui tutti siamo invitati a prendere la forma del pane, la cenere non è l'unica 'polvere' che ci ricorda di cosa siamo fatti. Essa, segno di purificazione, si fa sempre più candida fino a farsi farina.

In questo momento di preghiera, strutturato in tre parti, passeremo dal grano alla farina attraverso il mulino che simboleggia Cristo. L'immagine simbolica, infatti, che ci guida è rappresentata su un capitello della basilica di Vezelay, nella Francia centrale, ed è definita, appunto, il 'mulino mistico'.

Ciascuno di noi è come il chicco di grano: inizia un tempo di grazia in cui, se ci lasciamo macinare, saremo pronti per essere impastati in un unico pane. Questo pane è la Chiesa che spezza la Parola, l'Eucaristia e se stessa per nutrire il mondo.

## AMBIENTAZIONE

*L'altare e l'ambone sono spogli.*

*All'ingresso dell'aula liturgica una lampada accesa accoglie i fedeli. Accanto è stata predisposta una cesta con alcuni bigliettini su ciascuno dei quali è riportato un versetto del Salmo 119 (vedi nel testo a seguire).*

*Ogni fedele, entrando, prende un bigliettino e si reca al proprio posto. Quando l'assemblea è radunata, è possibile ridistribuire i bigliettini rimasti nella cesta.*

*Un'altra cesta contiene tanti lumini che i fedeli prenderanno all'uscita.*

### *Guida*

Noi uomini abbiamo fame, siamo esseri di desiderio e il pane esprime la possibilità di trovare vita e felicità: da bambini mendichiamo il pane, divenuti adulti ce lo guadagniamo con il lavoro quotidiano, vivendo con gli altri siamo chiamati a dividerlo. E in tutto questo impariamo che la nostra fame non è solo di pane ma anche di parole che escono dalla bocca dell'altro: abbiamo bisogno che il pane venga da noi spezzato e offerto a un altro, che un altro ci offra a sua volta il pane, che insieme possiamo consumarlo e gioire, abbiamo soprattutto bisogno che un Altro ci dica che vuole che noi viviamo, che vuole non la nostra morte ma, al contrario, salvarci dalla morte.

*(Enzo Bianchi, "Il pane di ieri", 44-45)*

## COME INCENSO - A. Ladisa - A. Parisi

**Sull'altare della croce, agnello immolato,  
dal fuoco dell'amore, il tuo corpo bruciato,  
al Padre l'hai offerto, come incenso gradito,  
ai fratelli hai donato, come pane di vita.**

Dall'amore macinati, come chicchi di grano,  
il tuo Spirito ci renda, o Padre, pane di fraternità.

Dal Vangelo trasformati, come uva nel tino,  
il tuo Spirito ci renda, o Padre, dono per l'umanità.

## SALUTO

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

*Tutti* **Amen.**

## PREGHIERA DI LODE

*(dall'Amidah, preghiera ebraica di benedizione)*

*Letto* Facci tornare, o Padre nostro, alla Tua Legge  
e fa che restiamo attaccati ai Tuoi precetti.  
Facci avvicinare, o nostro Re, al Tuo culto,  
e fatti tornare con pentimento perfetto alla Tua presenza.

*Tutti* **Benedetto Tu, Signore, che accogli la penitenza.**

*Letto* Perdonaci, Padre nostro, perché abbiamo peccato;  
assolvici, o nostro Re, perché ci siamo ribellati.  
Tu infatti sei un Dio buono e che perdona.

*Tutti* **Benedetto Tu, Signore, che sei pietoso e perdoni con larghezza.**

*Letto* Guarda, Ti preghiamo, alla nostra miseria,  
e difendi la nostra causa, e salvaci, o nostro Re,  
prontamente in grazia del Tuo Nome,  
perché Tu sei un potente Dio redentore.

*Tutti* **Benedetto Tu, Signore, redentore di Israele.**

*Cel.* Dona pace, bene, benedizione, grazia, carità e misericordia  
a noi e a tutto Israele, Tuo popolo.  
Benedici, Padre nostro, noi tutti insieme, con la luce del Tuo volto,  
perché con la luce del Tuo volto hai dato a noi, Signore Dio nostro,  
la Legge di vita, amore, grazia, carità, benedizione,  
salvezza e misericordia e vita e pace.

Ti piaccia di benedirci e benedire tutto il Tuo popolo Israele,  
sempre in ogni tempo e in ogni ora, nella Tua pace.

*Tutti* **Amen.**

*Seduti*



# PRIMO MOMENTO IL GRANO E LA PAROLA

## *Guida*

Nella basilica di Vezelay, su un capitello, si trova un'immagine veramente particolare. Si tratta di un mulino. C'è Mosè che sta versando da sopra il grano, mentre sotto vediamo San Paolo che sta raccogliendo la farina. Il mulino, nel senso stretto, vero, è invece una ruota con la croce dentro. Siamo nel XII secolo, e vediamo come ancora in quel tempo i cristiani custodivano gelosamente la visione simbolica del mondo, della vita, della storia. Che vuol dire simbolica? Non significa che il simbolo rimanda a qualche significato al di fuori di sé, no. I cristiani hanno visto il simbolo come qualcosa di proprio opposto, come reale presenza dentro la realtà di un'altra realtà. Si sprofonda continuamente da una realtà all'altra. Allora nel grano già si vede la farina, ma il grano ancora non è il cibo. Non si può mangiare il grano. Bisogna che passi il mulino, che venga macinato, diventi farina. Ci vuole acqua per impastare. E solo dopo, mettendolo sul fuoco, diventa veramente cibo. Allora vuol dire che dentro il grano io già vedo la pagnotta che poi diventa cibo, ma deve passare questo mulino. Ora, che cos'è il grano che Mosè mette dentro? È la sua Legge.

(M. I. Rupnik)

## LETTURA

### **Dal libro del Deuteronomio (4,6-13)**

Ascolta, Israele: il Signore è il nostro Dio, unico è il Signore. Tu amerai il Signore, tuo Dio, con tutto il cuore, con tutta l'anima e con tutte le forze. Questi precetti che oggi ti do, ti stiano fissi nel cuore. Li ripeterai ai tuoi figli, ne parlerai quando ti troverai in casa tua, quando camminerai per via, quando ti coricherai e quando ti alzerai. Te li legherai alla mano come un segno, ti saranno come un pendaglio tra gli occhi e li scriverai sugli stipiti della tua casa e sulle tue porte. Quando il Signore, tuo Dio, ti avrà fatto entrare nella terra che ai tuoi padri Abramo, Isacco e Giacobbe aveva giurato di darti, con città grandi e belle che tu non hai edificato, case piene di ogni bene che tu non hai riempito, cisterne scavate ma non da te, vigne e oliveti che tu non hai piantato, quando avrai mangiato e ti sarai saziato, guardati dal dimenticare il Signore, che ti ha fatto uscire dalla terra d'Egitto, dalla condizione servile. Temerai il Signore, tuo Dio, lo servirai e giurerai per il suo nome.

*Per introdurre la preghiera del Salmo 119, il celebrante proclama "Lampada ai miei passi è la tua Parola, luce sul mio cammino". A seguire, spontaneamente, ciascun fedele si alza e legge ad alta voce il versetto scritto sul bigliettino che ha ricevuto all'ingresso dell'aula liturgica (non è necessario seguire la numerazione progressiva).*

## SALMO 119

**Cel. Lampada ai miei passi è la tua Parola, luce sul mio cammino.**

- <sup>1</sup> Beato chi è integro nella sua via e cammina nella legge del Signore.  
<sup>2</sup> Beato chi custodisce i suoi insegnamenti e lo cerca con tutto il cuore.  
<sup>3</sup> Non commette certo ingiustizie e cammina nelle sue vie.  
<sup>4</sup> Tu hai promulgato i tuoi precetti perché siano osservati interamente.  
<sup>5</sup> Siano stabili le mie vie nel custodire i tuoi decreti.  
<sup>6</sup> Non dovrò allora vergognarmi, se avrò considerato tutti i tuoi comandi.  
<sup>7</sup> Ti loderò con cuore sincero, quando avrò appreso i tuoi giusti giudizi.  
<sup>8</sup> Voglio osservare i tuoi decreti: non abbandonarmi mai.
- <sup>9</sup> Come potrà un giovane tenere pura la sua via? Osservando la tua parola.  
<sup>10</sup> Con tutto il mio cuore ti cerco: non lasciarmi deviare dai tuoi comandi.  
<sup>11</sup> Ripongo nel cuore la tua promessa per non peccare contro di te.  
<sup>12</sup> Benedetto sei tu, Signore: insegnami i tuoi decreti.  
<sup>13</sup> Con le mie labbra ho raccontato tutti i giudizi della tua bocca.  
<sup>14</sup> Nella via dei tuoi insegnamenti è la mia gioia, più che in tutte le ricchezze.  
<sup>15</sup> Voglio meditare i tuoi precetti, considerare le tue vie.  
<sup>16</sup> Nei tuoi decreti è la mia delizia, non dimenticherò la tua parola.
- <sup>17</sup> Sii benevolo con il tuo servo e avrò vita, osserverò la tua parola.  
<sup>18</sup> Aprimi gli occhi perché io consideri le meraviglie della tua legge.  
<sup>20</sup> Io mi consumo nel desiderio dei tuoi giudizi in ogni momento.  
<sup>23</sup> Anche se i potenti siedono e mi calunniano, il tuo servo medita i tuoi decreti.  
<sup>24</sup> I tuoi insegnamenti sono la mia delizia: sono essi i miei consiglieri.  
<sup>25</sup> La mia vita è incollata alla polvere: fammi vivere secondo la tua parola.  
<sup>26</sup> Ti ho manifestato le mie vie e tu mi hai risposto; insegnami i tuoi decreti.  
<sup>27</sup> Fammi conoscere la via dei tuoi precetti e mediterò le tue meraviglie.
- <sup>30</sup> Ho scelto la via della fedeltà, mi sono proposto i tuoi giudizi.  
<sup>31</sup> Ho aderito ai tuoi insegnamenti: Signore, che io non debba vergognarmi.  
<sup>32</sup> Corro sulla via dei tuoi comandi, perché hai allargato il mio cuore.  
<sup>33</sup> Insegnami, Signore, la via dei tuoi decreti e la custodirò sino alla fine.  
<sup>34</sup> Dammi intelligenza, perché io custodisca la tua legge e la osservi con tutto il cuore.  
<sup>35</sup> Guidami sul sentiero dei tuoi comandi, perché in essi è la mia felicità.  
<sup>36</sup> Piega il mio cuore verso i tuoi insegnamenti e non verso il guadagno.  
<sup>38</sup> Con il tuo servo mantieni la tua promessa, perché di te si abbia timore.
- <sup>40</sup> Ecco, desidero i tuoi precetti: fammi vivere nella tua giustizia.  
<sup>41</sup> Venga a me, Signore, il tuo amore, la tua salvezza secondo la tua promessa.  
<sup>43</sup> Non togliere dalla mia bocca la parola vera, perché spero nei tuoi giudizi.  
<sup>44</sup> Osserverò continuamente la tua legge, in eterno, per sempre.  
<sup>45</sup> Camminerò in un luogo spazioso, perché ho ricercato i tuoi precetti.  
<sup>46</sup> Davanti ai re parlerò dei tuoi insegnamenti e non dovrò vergognarmi.  
<sup>47</sup> La mia delizia sarà nei tuoi comandi, che io amo.  
<sup>48</sup> Alzerò le mani verso i tuoi comandi che amo, mediterò i tuoi decreti.
- <sup>49</sup> Ricordati della parola detta al tuo servo, con la quale mi hai dato speranza.  
<sup>50</sup> Questo mi consola nella mia miseria: la tua promessa mi fa vivere.  
<sup>52</sup> Ricordo i tuoi eterni giudizi, o Signore, e ne sono consolato.



- 54 I tuoi decreti sono il mio canto nella dimora del mio esilio.  
 55 Nella notte ricordo il tuo nome, Signore, e osservo la tua legge.  
 56 Tutto questo mi accade perché ho custodito i tuoi precetti.  
 57 La mia parte è il Signore: ho deciso di osservare le tue parole.  
 58 Con tutto il cuore ho placato il tuo volto: abbi pietà di me secondo la tua promessa.  
 59 Ho esaminato le mie vie, ho rivolto i miei piedi verso i tuoi insegnamenti.  
 60 Mi affretto e non voglio tardare a osservare i tuoi comandi.  
 62 Nel cuore della notte mi alzo a renderti grazie per i tuoi giusti giudizi.  
 63 Sono amico di coloro che ti temono e osservano i tuoi precetti.  
 64 Del tuo amore, Signore, è piena la terra; insegnami i tuoi decreti.  
 65 Hai fatto del bene al tuo servo, secondo la tua parola, Signore.  
 66 Insegnami il gusto del bene e la conoscenza, perché ho fiducia nei tuoi comandi.  
 67 Prima di essere umiliato andavo errando, ma ora osservo la tua promessa.
- 68 Tu sei buono e fai il bene: insegnami i tuoi decreti.  
 71 Bene per me se sono stato umiliato, perché impari i tuoi decreti.  
 72 Bene per me è la legge della tua bocca, più di mille pezzi d'oro e d'argento.  
 73 Le tue mani mi hanno fatto e plasmato: fammi capire e imparerò i tuoi comandi.  
 74 Quelli che ti temono al vedermi avranno gioia, perché spero nella tua parola.  
 75 Signore, io so che i tuoi giudizi sono giusti e con ragione mi hai umiliato.  
 76 Il tuo amore sia la mia consolazione, secondo la promessa fatta al tuo servo.  
 77 Venga a me la tua misericordia e io avrò vita, perché la tua legge è la mia delizia.
- 79 Si volgano a me quelli che ti temono e che conoscono i tuoi insegnamenti.  
 80 Sia integro il mio cuore nei tuoi decreti, perché non debba vergognarmi.  
 81 Mi consumo nell'attesa della tua salvezza, spero nella tua parola.  
 88 Secondo il tuo amore fammi vivere e osserverò l'insegnamento della tua bocca.  
 89 Per sempre, o Signore, la tua parola è stabile nei cieli.  
 90 La tua fedeltà di generazione in generazione; hai fondato la terra ed essa è salda.  
 91 Per i tuoi giudizi tutto è stabile fino ad oggi, perché ogni cosa è al tuo servizio.  
 93 Mai dimenticherò i tuoi precetti, perché con essi tu mi fai vivere.
- 94 Io sono tuo: salvami, perché ho ricercato i tuoi precetti.  
 96 Di ogni cosa perfetta ho visto il confine: l'ampiezza dei tuoi comandi è infinita.  
 97 Quanto amo la tua legge! La medito tutto il giorno.  
 98 Il tuo comando mi fa più saggio dei miei nemici, perché esso è sempre con me.  
 99 Sono più saggio di tutti i miei maestri, perché medito i tuoi insegnamenti.  
 100 Ho più intelligenza degli anziani, perché custodisco i tuoi precetti.  
 101 Tengo lontani i miei piedi da ogni cattivo sentiero, per osservare la tua parola.  
 102 Non mi allontanano dai tuoi giudizi, perché sei tu a istruirmi.
- 103 Quanto sono dolci al mio palato le tue promesse, più del miele per la mia bocca.  
 104 I tuoi precetti mi danno intelligenza, perciò odio ogni falso sentiero.  
 106 Ho giurato, e lo confermo, di osservare i tuoi giusti giudizi.  
 108 Signore, gradisci le offerte delle mie labbra, insegnami i tuoi giudizi.  
 111 Mia eredità per sempre sono i tuoi insegnamenti, perché sono essi la gioia del mio cuore.  
 112 Ho piegato il mio cuore a compiere i tuoi decreti, in eterno, senza fine.  
 114 Tu sei mio rifugio e mio scudo: spero nella tua parola.

- 116 Sostienimi secondo la tua promessa e avrò vita, non deludere la mia speranza.
- 117 Aiutami e sarò salvo, non perderò mai di vista i tuoi decreti.
- 124 Agisci con il tuo servo secondo il tuo amore e insegnami i tuoi decreti.
- 125 Io sono tuo servo: fammi comprendere e conoscerò i tuoi insegnamenti.
- 127 Perciò amo i tuoi comandi, più dell'oro, dell'oro più fino.
- 128 Per questo io considero retti tutti i tuoi precetti e odio ogni falso sentiero.
- 129 Meravigliosi sono i tuoi insegnamenti: per questo li custodisco.
- 130 La rivelazione delle tue parole illumina, dona intelligenza ai semplici.
- 131 Apro anelante la mia bocca, perché ho sete dei tuoi comandi.
- 132 Volgiti a me e abbi pietà, con il giudizio che riservi a chi ama il tuo nome.
- 133 Rendi saldi i miei passi secondo la tua promessa e non permettere che mi domini alcun male.
- 135 Fa' risplendere il tuo volto sul tuo servo e insegnami i tuoi decreti.
- 137 Tu sei giusto, Signore, e retto nei tuoi giudizi.
- 138 Con giustizia hai promulgato i tuoi insegnamenti e con grande fedeltà.
- 140 Limpida e pura è la tua promessa e il tuo servo la ama.
- 142 La tua giustizia è giustizia eterna e la tua legge è verità.
- 144 Giustizia eterna sono i tuoi insegnamenti: fammi comprendere e avrò la vita.
- 145 Invoco con tutto il cuore: Signore, rispondimi; custodirò i tuoi decreti.
- 146 Io t'invoco: salvami e osserverò i tuoi insegnamenti.
- 147 Precedo l'aurora e grido aiuto, spero nelle tue parole.
- 148 I miei occhi precedono il mattino, per meditare sulla tua promessa.
- 149 Ascolta la mia voce, secondo il tuo amore; Signore, fammi vivere secondo il tuo giudizio.
- 151 Tu, Signore, sei vicino; Tutti i tuoi comandi sono verità.
- 152 Da tempo lo so: i tuoi insegnamenti li hai stabiliti per sempre.
- 154 Difendi la mia causa e riscattami, secondo la tua promessa fammi vivere.
- 156 Grande è la tua tenerezza, Signore: fammi vivere secondo i tuoi giudizi.
- 159 Vedi che io amo i tuoi precetti: Signore, secondo il tuo amore dammi vita.
- 160 La verità è fondamento della tua parola, ogni tuo giusto giudizio dura in eterno.
- 162 Io gioisco per la tua promessa, come chi trova un grande bottino.
- 165 Grande pace per chi ama la tua legge: nel suo cammino non trova inciampo.
- 166 Aspetto da te la salvezza, Signore, e metto in pratica i tuoi comandi.
- 167 Io osservo i tuoi insegnamenti e li amo intensamente.
- 168 Osservo i tuoi precetti e i tuoi insegnamenti: davanti a te sono tutte le mie vie.
- 170 Venga davanti a te la mia supplica, liberami secondo la tua promessa.
- 171 Sgorgi dalle mie labbra la tua lode, perché mi insegni i tuoi decreti.
- 172 La mia lingua canti la tua promessa, perché tutti i tuoi comandi sono giustizia.
- 173 Mi venga in aiuto la tua mano, perché ho scelto i tuoi precetti.
- 174 Desidero la tua salvezza, Signore, e la tua legge è la mia delizia.
- 175 Che io possa vivere e darti lode: mi aiutino i tuoi giudizi.



## SEGNO

*Due lettori della comunità adornano l'ambone con un drappo colorato, mentre l'assemblea canta.*

**CANTO** *(scelto dal repertorio della comunità sul tema della Parola)*

## SECONDO MOMENTO IL MULINO E L'ALTARE

### *Guida*

Al centro dell'immagine del mulino mistico, la ruota con la croce dentro praticamente spiega tutto. È grandiosa questa visione che dentro la Legge di Mosè già si intravede ciò che è poi il compimento di questa Legge, che è Cristo. Ma Cristo non si presenta semplicemente come un personaggio grande, grandioso, famoso, molto capace, talentuoso, che viene e realizza ciò che è scritto. No. Deve venire e far vedere che è il dono di Dio nelle nostre mani. È questo il mulino. È questo che significa 'torchio'. Tant'è vero che in ebraico 'torchio' si dice Getsemani, cioè proprio il giardino in cui Cristo accoglierà dal Padre la sua volontà: il Padre vuole che lui si consegni nelle nostre mani.

*(M. I. Rupnik)*

## LETTURA

**Dal vangelo secondo Giovanni (6,48-51)**

Io sono il pane della vita. I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia. Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo.

## SEGNO

*Due fedeli che si occupano del decoro dell'aula liturgica cospargono l'altare con il nardo, o altro unguento. Poi il celebrante incensa l'altare. L'assemblea canta.*

**CANTO** *(scelto dal repertorio della comunità sul tema dell'Eucaristia)*

## DIALOGO DI AMORE

### *Voce maschile*

Io di più non posso darti.  
Non sono che quello che sono.  
Ah, come vorrei essere

sabbia, sole, in estate!  
Che tu ti distendessi  
riposata a riposare.  
Ah, come vorrei essere  
vetro, tessuto, legno,  
che conserva il suo colore  
qui, il suo profumo qui,  
ed è nato tremila chilometri lontano!  
Essere la materia che ti piace,  
che tocchi tutti i giorni,  
che vedi ormai senza guardare  
intorno a te, le cose  
di cui se senti la mancanza  
domandi: "Ah, ma dov'è?"  
Ah, e come vorrei essere  
un'allegria fra tutte,  
una sola,  
l'allegria della tua allegria!  
Un amore, un solo amore:  
l'amore di cui tu ti innamorassi.  
Ma non sono che quello che sono.

*Voce femminile*

Regalo, dono, offerta?  
Simbolo puro, segno  
che voglio darmi a te.  
Che dolore, separarmi  
da ciò che ti offro,  
che ti appartiene  
senz'altra meta ormai  
che essere tuo, di te,  
mentre io resto  
sull'altra riva, solo,  
ancora così mio.  
Come vorrei essere  
quello che io ti do  
e non chi te lo dà.  
Quando ti dico:  
"Sono tuo, solo tuo"  
ho paura di una nuvola,  
di una città, di un numero  
che possono rubarmi  
un minuto all'amore  
intero a te dovuto.  
Ah!, se io fossi la rosa  
che ti do; che ha rischiato  
di essere altra  
e non per le tue mani,



finché non giunsi io.  
Che non ha ora altro futuro  
Che essere con la tua rosa,  
la mia rosa,  
vissuta in te, da te,  
al profumo, al contatto.  
Fino a che tu la innalzi  
di là dal suo sfiorire  
a un ricordo di rosa,  
sicura, inalterabile,  
tutta al riparo ormai  
da altro amore o altra vita  
che non siano i tuoi.

(Pedro Salinas, "La voce a te dovuta", XXIII e XXVI)

## RIFLESSIONE DEL CELEBRANTE

### TERZO MOMENTO LA FARINA E IL MONDO

#### *Guida*

Una religione che è intesa come legge non può essere cibo per la vita degli uomini. Tanto è vero che poi Paolo, che raccoglie la farina, nella Lettera ai Galati lo dice apertamente: semplicemente la Legge non ha mai giustificato nessuno. Uno che fa tutto ciò che viene prescritto dalla legge non viene giustificato. Che vuol dire? Che non riesce a trovare un rapporto armonioso, armonico, con Dio. Non è possibile. L'amore è uno solo. Infatti, nel Getsemani Cristo dice "mi consegno a te, Padre" e a chi si consegna? Alle mani di Giuda che viene a prenderlo con i suoi banditi. Questo vuol dire che l'amore è uno solo. Allora questa immagine ci introduce direttamente nella questione clou della nostra fede: si vive secondo una religione o si vive secondo la fede? Secondo la fede significa accoglienza del dono della vita. Questa Legge di Mosè, in Cristo diventa il cibo che noi mangiamo per poter vivere la vita filiale, quella di Cristo che è Figlio. Figlio, non schiavo. Non una religione servile, ma una fede filiale.

(M. I. Rupnik)

## LETTURE

**Dal vangelo secondo Matteo** (13,33-34)

Disse loro un'altra parabola: «Il regno dei cieli è simile al lievito, che una donna prese e mescolò in tre misure di farina, finché non fu tutta lievitata». Tutte queste cose Gesù disse alle folle con parabole e non parlava ad esse se non con parabole.

**Dalla Didachè** (IV,8- IX,4)

Non respingerai chi ha bisogno, dividerai tutto con il tuo fratello e non dirai che appartiene soltanto a te: se infatti insieme siete partecipi di ciò che è immortale, quanto più lo siete nelle cose mortali!

Come questo pane spezzato era sparso qua e là sopra le alture e, raccolto, è diventato una cosa sola,

così si raccolga la tua assemblea dai confini della terra nel tuo Regno: poiché tua è la gloria e la potenza, attraverso Gesù Cristo nei secoli. Amen.

(traduzione di G. Maestri - M. Morselli)

## SEGNO

*Due ministri della santa Comunione depongono ai piedi dell'altare l'icona che accompagnerà tutta la quaresima, mentre l'assemblea esegue il canone.*

## CANONE

**Misericordias Domini, in aeternum cantabo.**

## PADRE NOSTRO

## PREGHIERA CORALE

*Cel.* Cerco una verità che sia sorgiva come l'acqua:  
una verità che non debba tutte le volte  
prendere in prestito a destra o a sinistra;  
una verità per la quale non debba continuamente  
rifarmi a modelli esterni,  
ma che mi salga dall'interno;  
una verità che continuamente si rinnovi in me  
e in ciascuno di noi come si rinnova continuamente,  
sempre nuova e sempre uguale, l'acqua della sorgente.

*Tutti* **Cerco una verità che sia semplice come il pane:  
una verità che si possa toccare,  
la si possa vedere,  
che non ci inganni, che non sia complicata,  
che non sia difficile e che, come il pane,  
possa essere spezzata, divisa e distribuita agli altri.  
Una verità che noi possiamo guardare in faccia, toccare,  
considerare e portare intorno a noi in maniera semplice.  
Non una verità per la quale siamo costretti  
a pensare continuamente che cosa sia,  
che cosa significhi, ma una verità che di per se stessa,  
come il pane, ci dica la sua sostanza,  
la sua capacità di nutrirci, la sua realtà di cosa concreta e immediata.**



*Cel.* Cerco una verità che sia chiara come la luce:  
una verità che non abbia tenebre,  
non abbia sotterfugi, nascondigli, remore, reticenze;  
una verità capace di illuminare la mia strada,  
capace di illuminare anche la strada degli altri.

*Tutti* **Cerco una verità che sia potente come la vita:  
una verità capace sempre di rinnovarsi,  
mai stanca di sé;  
una verità che continuamente risorga dalla propria stanchezza,  
dalla propria sfiducia, dal proprio adagiarsi pigro;  
una verità che continuamente riviva in noi,  
che sia potente così come la vita è potente  
sopra ogni altra realtà.**

(C. M. Martini)

## BENEDIZIONE E CONGEDO

*Cel.* Il Signore sia con voi.

*Tutti* **E con il tuo spirito.**

*Cel.* Vi benedica Dio onnipotente, Padre e Figlio e Spirito Santo.

*Tutti* **Amen.**

*Cel.* Trasformate il mondo con la luce del Vangelo. Andate in pace.

*Tutti* **Rendiamo grazie a Dio.**

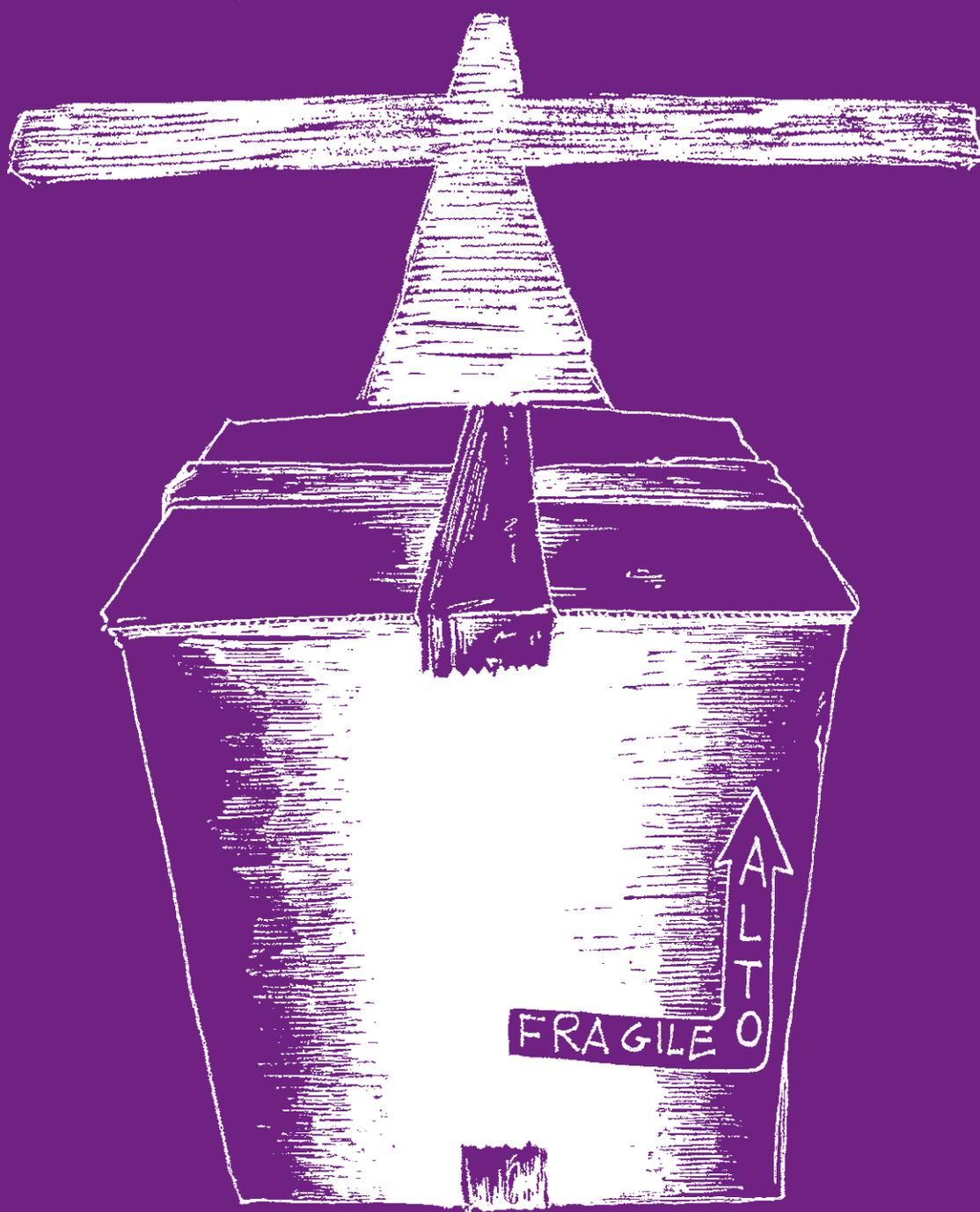
## SEGNO

*Ciascuno, uscendo, prende un lumino e lo accende alla lampada.*

**CANTO** (*scelto dal repertorio della comunità*)

VIA CRUCIS  
PER LA COMUNITÀ

# Alto e fragile



LA FORMA DEL PANE



PRENDIAMO

# ALTO E FRAGILE VIA CRUCIS PER LA COMUNITÀ

## INTRODUZIONE

La *Via Crucis* nasce come pio esercizio nella Chiesa a partire dal Medioevo. Essa rinvia all'ultimo tratto del cammino di Gesù sulla terra posto tra l'uscita dal cenacolo verso il monte degli ulivi e il luogo del Golgota, dove si consuma la sua morte e avviene la sua sepoltura. Tutta la vita di Gesù è un cammino sospinto dalla forza dello Spirito, dal deserto delle tentazioni fino al Calvario dell'estrema e definitiva prova d'amore per l'umanità. Un amore sofferto che diventa offerta e consegna dentro un progetto di salvezza e di risurrezione per molti.

La *Via Crucis* nasce come volontà dei cristiani di partecipare, da ogni angolo della terra, ai sentieri e alle strade percorse da Gesù a Gerusalemme portando la croce.

La Chiesa così conserva e tramanda la memoria storica degli avvenimenti e delle tappe del cammino della croce, che racchiudono e svelano il mistero dell'amore di Dio, la cui memoria sacramentale è l'Eucaristia.

“*Alto e fragile*” è il tema svolto nella *Via Crucis* proposta per le nostre comunità parrocchiali. “*Fragile*” richiama la dimensione della sofferenza, della debolezza, del limite umano. “*Alto*” racchiude l'esperienza della resurrezione, i germogli di vita e rinascita nascosti nel quotidiano. “*Alto e fragile*” sono le coordinate della croce di Gesù, le direttrici esistenziali entro cui germoglia l'amore crocifisso che, proprio quando vive l'abbassamento più totale, si eleva come punto risolutore e di salvezza per abbracciare il mondo intero. “*Alto e fragile*” è la misura del dono infinito che Dio fa a ciascuno di noi nel suo Figlio Gesù.

Le stazioni di questa *Via Crucis* seguono i brani biblici della passione e morte di Gesù di Nazareth. Le riflessioni riportate sono storie di vita segnate dalla prova, intrecciate dall'amore, aperte alla speranza. I disegni che sviluppano il significato e il senso dei testi sono stati realizzati da Giuseppe Pacucci, un giovane di sedici anni.

### *Guida*

Cammina. Senza sosta cammina. Va qui e poi là. Trascorre la propria vita su circa sessanta chilometri di lunghezza, trenta di larghezza. E cammina. Senza sosta. Si direbbe che il riposo gli è vietato. Quello che si sa di lui lo si deve a un libro. Se avessimo un orecchio un po' più fine, potremmo fare a meno di quel libro e ricevere notizie di lui ascoltando il canto dei granelli di sabbia, sollevati dai suoi piedi nudi. Nulla si riprende dal suo passaggio e il suo passaggio non conosce fine. Sono dapprima in quattro a scrivere su di lui. Quando scrivono hanno sessant'anni di ritardo sull'evento del suo passaggio. Noi ne abbiamo molti di più: duemila. Tutto quanto può essere detto su quest'uomo è in ritardo rispetto a lui. Conserva una falcata di vantaggio e la sua parola è come lui, incessantemente in movimento, senza fine nel movimento di dare tutto di se stessa. Duemila anni dopo di lui è come sessanta. È appena passato e i giardini di Israele fremono ancora per il suo passaggio, come dopo una bomba, onde infuocate di un soffio.

(C. Bobin, “L'uomo che cammina”, 9-11)

## CANTO *(scelto dal repertorio della comunità)*

### SALUTO

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

*Tutti* **Amen.**

*Cel.* Il Signore sia con voi.

*Tutti* **E con il tuo spirito.**

### INVITO ALLA PREGHIERA

*Cel.* O alto e glorioso Dio,  
illumina le tenebre del cuore mio.

Dammi una fede retta,

speranza certa,

carità perfetta

e umiltà profonda.

Dammi, Signore, senno e discernimento  
per compiere la tua vera e santa volontà.

*Tutti* **Amen.**





# I STAZIONE

## Gesù in agonia nell'orto degli ulivi

*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.

**Dal Vangelo secondo Marco (14,32-36)**

Giunsero a un podere chiamato Getsèmani ed egli disse ai suoi discepoli: "Sedetevi qui, mentre io prego". Prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e cominciò a sentire paura e angoscia. Disse loro: «La mia anima è triste fino alla morte. Restate qui e vegliate». Poi, andato un po' innanzi, cadde a terra e pregava che, se fosse possibile, passasse via da lui quell'ora. E diceva: «Abbà! Padre! Tutto è possibile a te: allontana da me questo calice! Però non ciò che voglio io, ma ciò che vuoi tu».

### MEDITAZIONE

È Vangelo quello che abbiamo ascoltato? Dov'è la bella, buona notizia? Nel Getsemani facciamo esperienza del Silenzio di Dio, della sofferenza inaudita e della solitudine. Il Getsemani rappresenta il portale della Passione di Cristo e dunque di quella dell'uomo. È in realtà la porta stretta che l'uomo è chiamato ad attraversare mentre nella sua vita cala, profonda, la notte. È questa l'esperienza degli ammalati che varcano la soglia del nostro Hospice "Aurelio Marena" e della Casa Alloggio per malati di AIDS. Luoghi che accolgono la domanda a cui finanche Dio sembra non rispondere: "Perché a me?". Luoghi in cui si sperimenta la consapevolezza del tempo che si fa breve. Ma sono anche luoghi del paradosso. Perché lì si canta la vita. Luoghi educativi che insegnano l'importanza e la bellezza della vita fino al suo ultimo istante. In Hospice, nella Casa Alloggio si vive, sì il Getsemani, ma con la compagnia di uomini e donne che si mettono accanto; che, prima ancora che medici, infermieri, oss, amministrativi, volontari e sacerdoti, sono veri e propri educatori. In questi luoghi tutti, gli ammalati, le loro famiglie e coloro che se ne prendono cura, sono chiamati ad attraversare la sofferenza imparando ad ascoltare il silenzio di Dio che è, in realtà, una presenza viva, una carezza, una mano forte che sostiene, una lacrima che bagna il terreno dell'angoscia e dà senso profondo all'invocazione del Cristo: "Però non ciò che voglio io, ma ciò che vuoi tu". E quello che il Signore vuole per noi è

che la nostra vita fiorisca, perché lui è fedele alle sue promesse e non alle nostre attese, nella consapevolezza che il dolore dell'agonia è in realtà il dolore del parto. Certo non è facile. Non è stato facile per Gesù, tentato di sfiducia nell'orto degli ulivi. Ma questo è, molto probabilmente Vangelo, Bella notizia. Nonostante tutto.

*Giovanni, Direttore Amministrativo Fondazione Opera Ss. Medici di Bitonto*

*Cel.* Sulla via del dolore  
che conduce al Calvario  
io ti chiedo, o Gesù,  
di divenirti compagno.  
Amen.

*(Giovanni Bardi)*

## SANTA MADRE DEH VOI FATE... - A. Parisi

assemblea

San - ta Ma - dre deh voi fa - te che le pia - ghe del Si -

organo

ass.

gno - re sia-no im - pres - se nel mio cuo - re.

organo

2. Spirito d'amore  
rimani con noi per sempre.

4. Spirito di gioia  
rimani con noi per sempre.

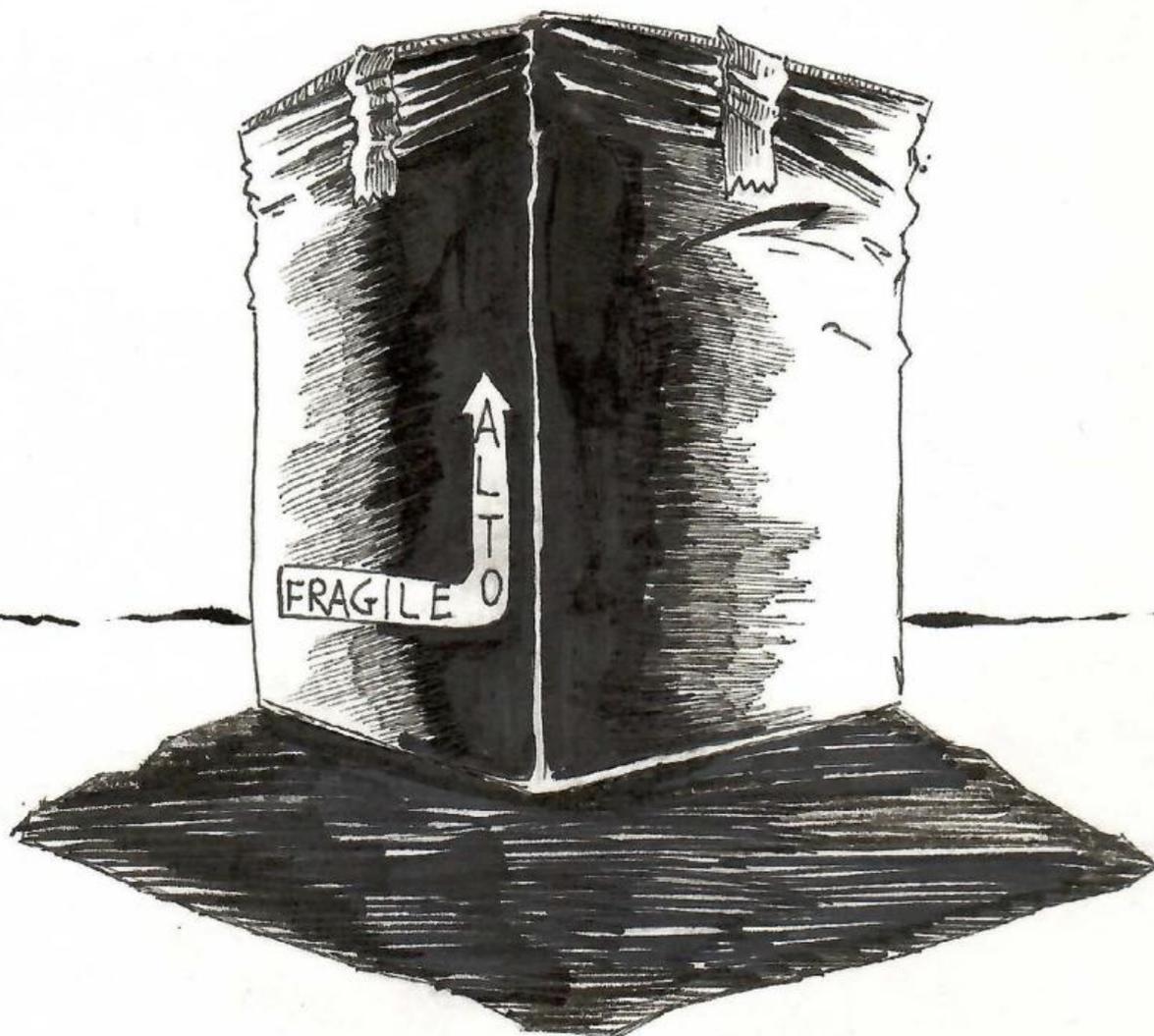
3. Spirito di pace  
rimani con noi per sempre.

5. Spirito di fuoco  
rimani con noi per sempre.



# II STAZIONE

**Gesù tradito da Giuda e  
abbandonato dai suoi**



*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* **Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.**

**Dal Vangelo secondo Marco** (14,43a.45-46.50-52)

E subito, mentre ancora egli parlava, arrivò Giuda, uno dei Dodici. Appena giunto, gli si avvicinò e disse: “Rabbi” e lo baciò. Quelli gli misero le mani addosso e lo arrestarono. Allora tutti lo abbandonarono e fuggirono. Lo seguiva però un ragazzo, che aveva addosso soltanto un lenzuolo, e lo afferrarono. Ma egli, lasciato cadere il lenzuolo, fuggì via nudo.

## MEDITAZIONE

Un bacio stravolge tutto.

Dal gesto sublime dell'amore, dell'affetto, dell'amicizia, della pace germoglia un tradimento che viola la fiducia, che porta alla croce.

E ci ritroviamo, senza più quelle solide basi che sorreggono le nostre vite, quelle certezze che accompagnano i nostri giorni, sommersi nelle nostre solitudini, impauriti da un futuro ignoto, fragili, come foglie d'autunno soffiate dal vento.

E poi il silenzio, il silenzio assordante dell'abbandono, e in quel silenzio, in quel buio, irrompi Tu.

Tu a volte inaspettato, a volte atteso, a volte cercato, sempre ci sei, a ridare colore alla vita con grida di speranza.

Ce l'hai fatta Signore, anche questa volta ad aiutarci a rialzare la testa, a guardare verso l'alto, ad aprire gli occhi ed il cuore, e ad accogliere Giuda nel nostro perdono.

No, non bastano trenta denari Signore, non basta il bacio del tradimento, Tu, Gesù, risorgi ogni giorno e noi con te.

*Paolo, animatore giovani*

*Cel.* Signore, non sono degno che tu entri,  
ma io ti apro lo stesso.  
Ti apro la porta più larga della mia anima.  
Ma tu l'hai già scardinata con la tua Croce.  
Amen.

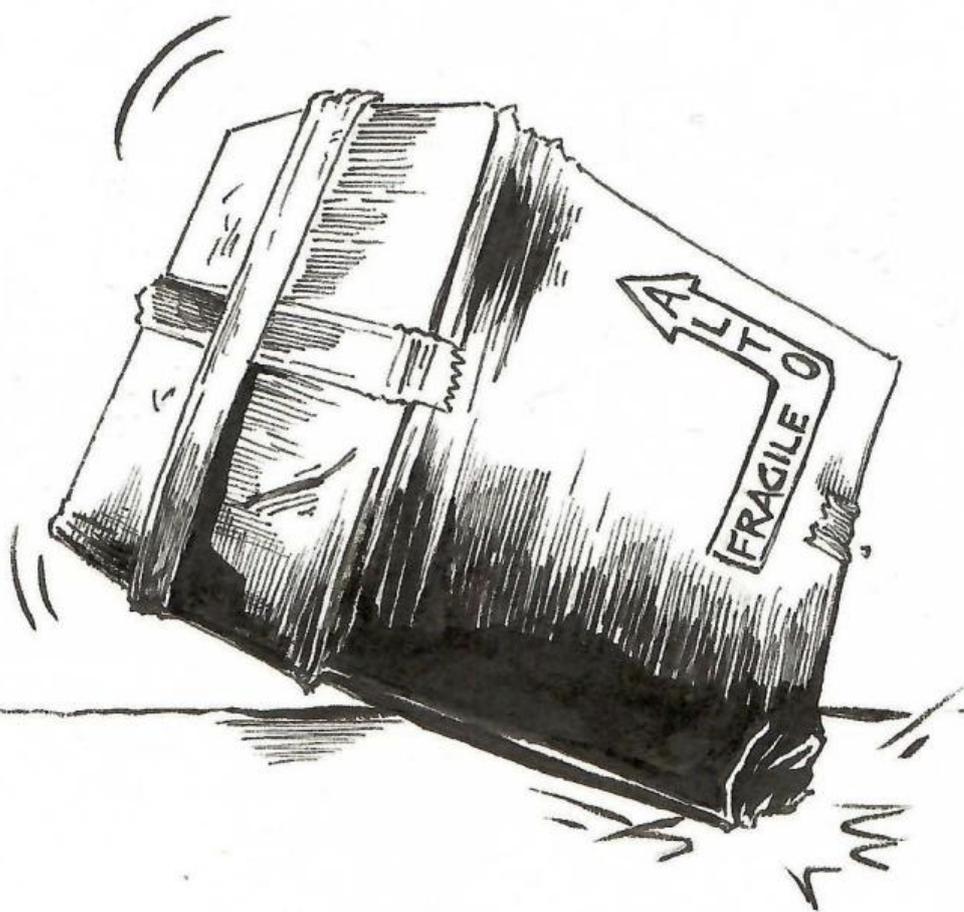
*(Primo Mazzolari)*

**SANTA MADRE DEH VOI FATE...** - A. Parisi



# III STAZIONE

**Gesù è condannato  
dal Sinedrio**



*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* **Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.**

**Dal Vangelo secondo Marco (14,55.61b-62a.64b)**

I capi dei sacerdoti e tutto il sinedrio cercavano una testimonianza contro Gesù per metterlo a morte, ma non la trovavano.

Il sommo sacerdote lo interrogò dicendogli: “Sei tu il Cristo, il Figlio del Benedetto?”. Gesù rispose: “Io lo sono!”. Tutti sentenziarono che era reo di morte.

## MEDITAZIONE

Capita spesso, nella vita di un uomo, di essere messo alla prova dal giudizio degli altri. Purtroppo, il più delle volte, si tratta di un giudizio negativo che, nostro malgrado, condiziona il nostro essere e la nostra vita.

Scegliere di adottare un bambino per donargli una famiglia che la vita gli ha negato pur essendo un suo diritto, comporta essere sottoposti a tanti giudizi e pregiudizi e solo la profonda convinzione che si sta facendo la cosa giusta, ti dà il coraggio di affrontarli e portare avanti il tuo progetto, proprio come Gesù che, senza timore, ha affrontato chi nel sinedrio gli contestava le sue scelte e il suo essere. Assistenti sociali, psicologi, giudici ti sottopongono ad un'analisi a volte dura e spietata, provando a mettere a nudo le tue debolezze e le tue fragilità di uomo/donna e di futuro papà/mamma, a volte senza pensare che un bambino infelice, perché bisognoso di chi possa prendersi cura di lui, possa colmare le tue imperfezioni.

Il cammino che bisogna affrontare è tutto in salita. Nei momenti più bui la certezza che dopo la sofferenza della croce c'è sempre la gioia della resurrezione ci ha dato la forza di arrivare fino in fondo.

Chivorn e Naziya ci hanno reso migliori e quello che davvero conta è la loro felicità, nella consapevolezza che non saranno cose come farli vivere in una grande casa o il non fargli mai mancare nulla le ragioni per cui ci ameranno per tutta la vita, ma semplicemente il nostro esserci per loro sempre e comunque.

*Pino*

*Cel.* Signore, aiutaci ad accettare le pene e i conflitti  
che ci aspettano ogni giorno,  
come opportunità di crescere  
e di somigliarti di più.  
Amen.

*(Santa Teresa di Calcutta)*

**SANTA MADRE DEH VOI FATE...** - A. Parisi



# IV STAZIONE

**Gesù è rinnegato  
da Pietro**



*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* **Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.**

### **Dal Vangelo secondo Marco (14,66-68.72)**

Mentre Pietro era giù nel cortile, venne una delle giovani serve del sommo sacerdote e, vedendo Pietro che stava a scaldarsi, lo guardò in faccia e gli disse: “Anche tu eri con il Nazareno, con Gesù”. Ma egli negò, dicendo: “Non so e non capisco che cosa dici”. Poi uscì fuori verso l’ingresso e un gallo cantò. E subito, per la seconda volta, un gallo cantò. E Pietro si ricordò della parola che Gesù gli aveva detto: “Prima che due volte il gallo canti, tre volte mi rinnegherai”. E scoppiò in pianto.

## **MEDITAZIONE**

Senza tetto ma sotto le stelle. Un braciere riscalda le buie e fredde ore della notte. Notte unica eppure simile a tante altre. «Anche se dovessi morire con te, non ti rinnegherò!». Pietro mostra tutta la sua bravura, mette in pratica la generosità impulsiva, vuole essere d’aiuto nella sofferenza. Quante volte anch’io così. Non considerando però che prima o poi arriva la debolezza, il momento di fare spazio alla verità. Grazie a Dio! E la strada la aprono i fratelli.

Basta uno sguardo triste che bussa, interpella, chiede casa. Due occhi che guardano in profondità e ti riconoscono per quello che sei. Basta uno sguardo per farci tornare nella vergogna ed intraprendere la strada della negazione. Ora il volto senza speranza è il nostro, ora s’incontra la vita che è fragile. Una vita che ci appartiene. Si ha paura e si cade. Si tradisce. Un nuovo canto di gallo squarcia il silenzio e la coscienza. Dietro quello sguardo che chiede, comprendiamo cos’è l’amore e facciamo esperienza di umiltà. Pensavamo di poter dare tanto ma non tutto, invece scopriamo che siamo noi i poveri, non sappiamo e non capiamo cosa accade, eppure siamo resi degni di dare tutto. Come sarà per Pietro. “Seguimi” (Gv 21).

*Antonello, volontario Dormitorio don Vito Diana*

*Cel.* Io mi abbandono, o Dio, nelle tue mani.

Gira e rigira questa argilla come creata nelle mani del vasaio.

Dalle una forma e poi spezzala, se vuoi.

Domanda, ordina: “Che cosa vuoi che io faccia, che cosa vuoi che io non faccia?”

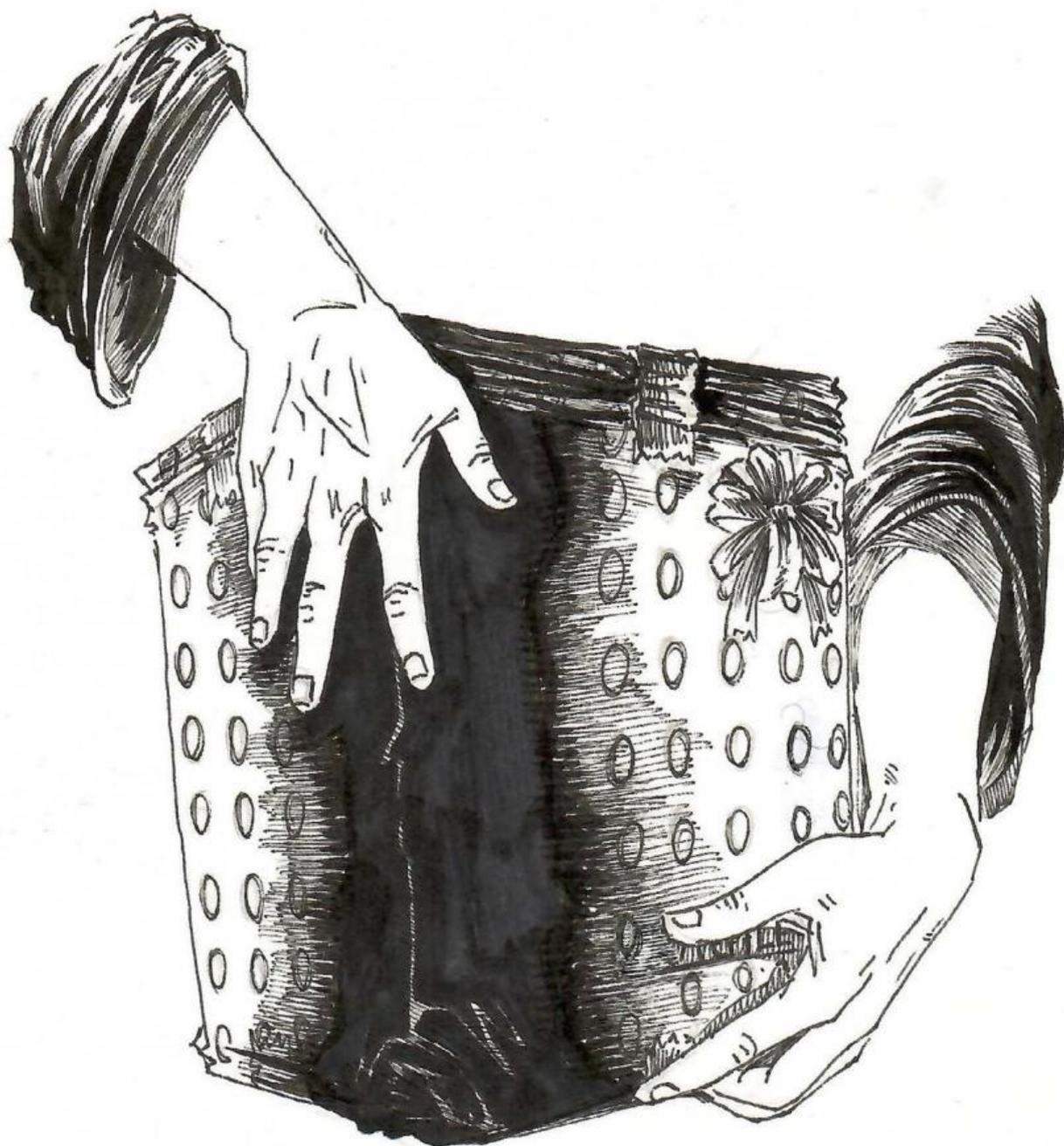
*(Robert Kennedy)*

**SANTA MADRE DEH VOI FATE...** - A. Parisi



# V STAZIONE

**Gesù è giudicato  
da Pilato**



quaresima  
pasqua  
2021

*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* **Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.**

### **Dal Vangelo secondo Marco (15,12-15)**

Pilato disse loro di nuovo: “Che cosa volete dunque che io faccia di quello che voi chiamate il re dei Giudei?”. Ed essi di nuovo gridarono: “Crocifiggilo!”. Pilato diceva loro: “Che male ha fatto?”. Ma essi gridarono più forte: “Crocifiggilo!”. Pilato, volendo dare soddisfazione alla folla, rimise in libertà per loro Barabba e, dopo aver fatto flagellare Gesù, lo consegnò perché fosse crocifisso.

## **MEDITAZIONE**

Pilato esibisce dinanzi ai giudei il folle confronto Gesù-Barabba, il brigante che portava il nome di figlio del Padre, in realtà un sedizioso, un omicida. La folla nel giro di questi pochi versetti urla forte per ben due volte sempre più forte “Crocifiggilo!”. Allora il procuratore romano in Giudea, dopo averlo fatto flagellare, “consegna” Gesù perché venga ucciso. Di fronte a Gesù non c’è giudice veritiero e tutto il processo è menzogna, falsità, accusa infondata, strategia ipocrita delle parti.

La politica non sempre ha parole e azioni giuste per la vita delle persone, degli innocenti, dei giusti, degli onesti. Lo sperimentiamo continuamente, tutti i giorni, non solo in tempi di pandemia e decreti: c’è sempre qualche governante che “vuol dare soddisfazione alla moltitudine”, che si fa sovrastare da microscopici, meschini interessi per non perdere consensi. Ma i giusti tacciono come Gesù, continuano coraggiosamente a resistere: si pensi per esempio a insegnanti e studenti in questi tempi difficili. Hanno lavorato come s’è potuto, realisticamente con quello che c’era e non con quello che avrebbe dovuto esserci, senza lamentarsi. L’insegnamento si è rivelato certo fragile ma solidale, fatto di “smarrimenti, cadute, sconfitte e riprese, ricominciamenti, riaperture, rilanci”. L’inciampo della politica non lo ha fermato. Torna alla mente la bella testimonianza di Etty Hillesum, giovane ebrea “resistente”. Nel suo diario meraviglioso scrive: “Possono renderci la vita un po’ spiacevole, possono privarci di qualche bene materiale o di un po’ di libertà di movimento, ma siamo noi stessi a privarci delle nostre forze migliori con il nostro atteggiamento sbagliato: con il nostro sentirci perseguitati, umiliati e oppressi, con il nostro odio e con la millanteria che maschera paura. Certo ogni tanto si può esser tristi e abbattuti per quel che ci fanno, è umano e comprensibile che sia così. E tuttavia: siamo soprattutto noi stessi a derubarci da soli”.

*Paola, un’insegnante di Belle Lettere*

*Cel.* Signore, rendici attenti  
alla sofferenza del mondo:  
facci scoprire solidali nella povertà  
con tutti i desolati e oppressi della terra.  
Amen.

*(Bruno Forte)*

**SANTA MADRE DEH VOI FATE...** - A. Parisi



# VI STAZIONE

**Gesù è flagellato  
e coronato di spine**



quaresima  
pasqua  
2021

*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* **Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.**

### **Dal Vangelo secondo Marco (15,15b.17-19)**

Pilato dopo aver fatto flagellare Gesù lo consegnò perché fosse crocifisso. Lo vestirono di porpora, intrecciarono una corona di spine e gliela misero attorno al capo. Poi presero a salutarlo: "Salve, re dei Giudei!". E gli percuotevano il capo con una canna, gli sputavano addosso e, piegando le ginocchia, si prostravano davanti a lui.

## **MEDITAZIONE**

Derisi da una generazione che non ha saputo costruire e dare un futuro ai propri figli, flagellati da una costante precarietà di vita e di lavoro, incoronati dalla perenne fragilità, percossi dalla fascinazione del male che promette profitti facili nelle file dei clan, insultati nella loro intelligenza, lontani dal loro mondo culturale, i giovani hanno il volto di Gesù. Ci chiedono tempo e noi diamo loro spazio, ci chiedono relazione e noi forniamo loro servizi, ci chiedono vita fraterna e noi offriamo loro strutture, ci chiedono amicizia e noi facciamo per loro attività. Sotto il peso della derisione e delle percosse, il giovane, come Gesù, ci chiede prima ancora che cose da fare, di essere presenti. Presenti nel loro percorso di vita, facendo il primo passo, eliminando barriere e distanze, provocando la gioia ed il desiderio di essere amici, creando un clima familiare dove si sentano liberi e capaci di esprimere sé stessi, offrendo amore ed accoglienza incondizionata. La disponibilità, l'ascolto, la gioia e la dedizione sono le note essenziali per suscitare processi di salvezza, e sono le stesse note che caratterizzano il percorso del Figlio di Dio verso la croce e la risurrezione.

*don Francesco, Direttore salesiano Redentore-Bari*

*Cel.* Gesù, aiutaci a capire che bere il tuo calice  
non è un atto eroico con una bella ricompensa,  
non fa parte di un accordo.  
Bere il calice è un atto d'amore disinteressato,  
un atto di immensa fiducia, un atto di abbandono a Dio.  
Amen.

*(Henri Nouwen)*

**SANTA MADRE DEH VOI FATE...** - A. Parisi



# VII STAZIONE

**Gesù è caricato  
della croce**

quaresima  
pasqua  
2021



*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* **Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.**

**Dal Vangelo secondo Marco (15,20)**

Dopo essersi fatti beffe di Gesù, lo spogliarono della porpora e gli fecero indossare le sue vesti, poi lo condussero fuori per crocifiggerlo.

## MEDITAZIONE

“Dopo averlo schernito, lo spogliarono della porpora e gli rimisero le sue vesti, poi lo condussero fuori per crocifiggerlo” (Mc 15,20)

È dura accettare che una malattia inaspettata, quanto mai pericolosa, piombi nella tua vita, ti spogli della tua dignità, ti sottragga ai tuoi giorni consueti fatti di mille amate sovrastrutture deliranti e tante belle parole, per riportarti all’origine, per “rimetterti le tue vesti”, quelle della tua nudità.

Il cancro come percorso di rinascita, come passaggio catartico, come doloroso e straziante riavvicinamento al proprio autentico “Essere in Dio”.

O Gesù, ti contemplo schernito da chi oggi non ti riconosce vivente, da chi nega il tuo “esserci” obbedendo alla logica del “credo solo a ciò che vedo”, e sento farsi strada prepotente in me l’ardore di chi vuole gridare che sei Tu l’unico Signore della Vita, l’unica Presenza Amica nell’arida solitudine del dolore, l’unico Cuore pulsante che solido, forte, instancabile accompagna ciascuno lungo la via della CROCE.

Nella pesantezza del dolore concedici la leggerezza dell’abbandono fiducioso al tuo abbraccio rigenerante, ogni volta che gli eventi ci “conducono fuori per crocifiggerci”.

*Isabella*

*Cel.* Guardate bene le vostre mani stasera.  
Poi contemplate quelle del Signore sulla Croce...  
Così bene aperte che le volle inchiodate,  
affinché non si chiudessero mai più.

*(Roger Etchegaray)*

**SANTA MADRE DEH VOI FATE...** - A. Parisi



# VIII STAZIONE

**Gesù è aiutato dal Cireneo  
a portare la croce**

quaresima  
pasqua  
2021



*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* **Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.**

### **Dal Vangelo secondo Marco (15,21)**

Costrinsero a portare la croce di Gesù un tale che passava, un certo Simone di Cirene che veniva dalla campagna, padre di Alessandro e di Rufo.

## **MEDITAZIONE**

Assaporavo già il tepore della mia quotidianità, dopo una lunga giornata di lavoro, e improvvisamente ho dovuto farmi carico di un peso non mio. Non mi sono prestato, mi hanno ordinato di farlo e non ho potuto dire di no.

«Ma perché proprio io?», accanto a questo dolore con cui non sembra che io abbia nulla da spartire.

Sotto un peso che non so quanto sarò capace di reggere, me lo chiedo ancora: «perché proprio io? con il mio essere uomo qualsiasi, senza particolare forza, senza particolare qualità».

Ma adesso, comunque, io sento che non posso tirarmi indietro e questo dolore e questa fatica, parte di un dolore e di una fatica più grandi, stanno diventando anche miei, magari senza colpa, ma anche senza merito.

Sotto un peso che è materiale, fisico, ma che si trasforma, si trasfigura e si posa anche nell'anima e nel cuore, mi metto in ascolto di una storia che è più grande di me.

E allora, per quel che posso, sento di dover alleviare la fatica di colui a cui sono stato messo accanto, straniero che mi chiede di farmi fratello, e così, col respiro che si rompe a ogni passo, gli chiederò il suo nome e gli dirò il mio nome e i nostri nomi pronunciati insieme renderanno più lieve questa ascesa.

*Filippo, Direttore Comunità Terapeutica "Lorusso-Cipparoli"*

*Cel.* O Signore, sull'esempio di te crocifisso,  
io devo riunire corpo, cuore e spirito.

E in tutta la mia lunghezza,  
devo distendermi sulla croce  
del momento presente. [...]

Là insieme salveremo i nostri fratelli.

Signore, aiutami a morire per te.

Aiutami a morire per loro.

*(Michel Quoist)*

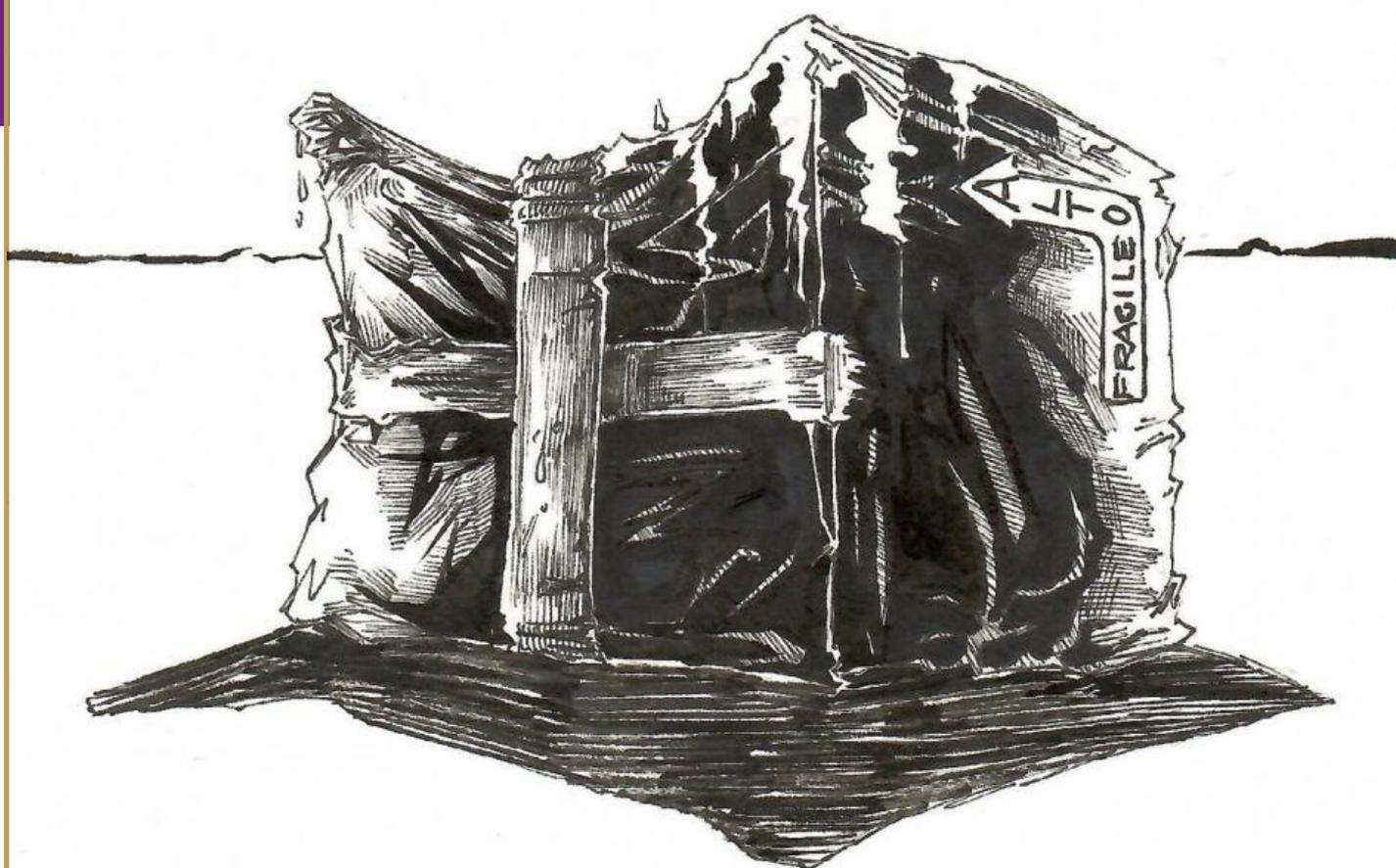
**SANTA MADRE DEH VOI FATE...** - A. Parisi



# IX STAZIONE

**Gesù incontra  
le donne di Gerusalemme**

quaresima  
pasqua  
2021



*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* **Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.**

**Dal Vangelo secondo Luca (23,27-28)**

Lo seguiva una grande moltitudine di popolo e di donne, che si battevano il petto e facevano lamenti su di lui. Ma Gesù, voltandosi verso di loro, disse: “Figlie di Gerusalemme, non piangete su di me, ma piangete su voi stesse e sui vostri figli.

## MEDITAZIONE

In quanti siamo Signore Gesù a seguirti. Ci ritroviamo tutti concentrati sulle nostre angosce quotidiane, angosce che toccano il nostro corpo, ma che in realtà scopriamo essere il Tuo Corpo. Angosce che spesso tocchiamo fuori da noi ma che ci si stampano dentro, ci attanagliano e diventano disperazione buttata sul mondo, fatta soffrire ai nostri figli e ai figli dei nostri figli. Soffriamo per Te e per noi stessi. Siamo madri provate dalla vita, siamo donne, siamo uomini con un cuore di madre ... cerchiamo di non far vivere ad altri ciò che stiamo subendo e portando su di noi, ma molto spesso non ci riusciamo. Ad un tratto c'è un momento in cui abbiamo il coraggio di alzare lo sguardo e incontriamo il Tuo Volto sulla nostra vita, si apre dentro di noi uno squarcio di cielo, uno squarcio di luce che apre il sipario sul nostro buio; è uno squarcio di speranza, di fiducia, di misericordia, è una luce che invade tutto. È trovarsi a sperimentare che sei Tu ad asciugare il nostro pianto, che sei Tu a fermare le nostre lacrime, perché la salvezza ha varcato la soglia della nostra casa. Vogliamo lasciarci salvare! Signore, salvaci!

Quando soffriamo sei Tu che sospiri in noi, quando generiamo alla vita sei Tu che respiri in noi, ed è proprio allora che diamo alla luce di nuovo i nostri figli e i figli che ci affidano. Quando amiamo è il Tuo stesso amore che varca le nostre angosce e ci restituisce alla vita. Finalmente viviamo ripercorrendo con te la Via della Croce che ci salva per sempre!

*Suore Francescane Alcantarine, Centro diurno “Volto Santo”*

*Cel.* Davanti a te, crocifisso,  
sento un insopprimibile bisogno  
di aver accanto tutti gli uomini.  
La tua morte ci raccoglie, ci unisce;  
e il tuo sangue ci salda nella comunione.  
Amen.

*(Anastasio Ballestrero)*

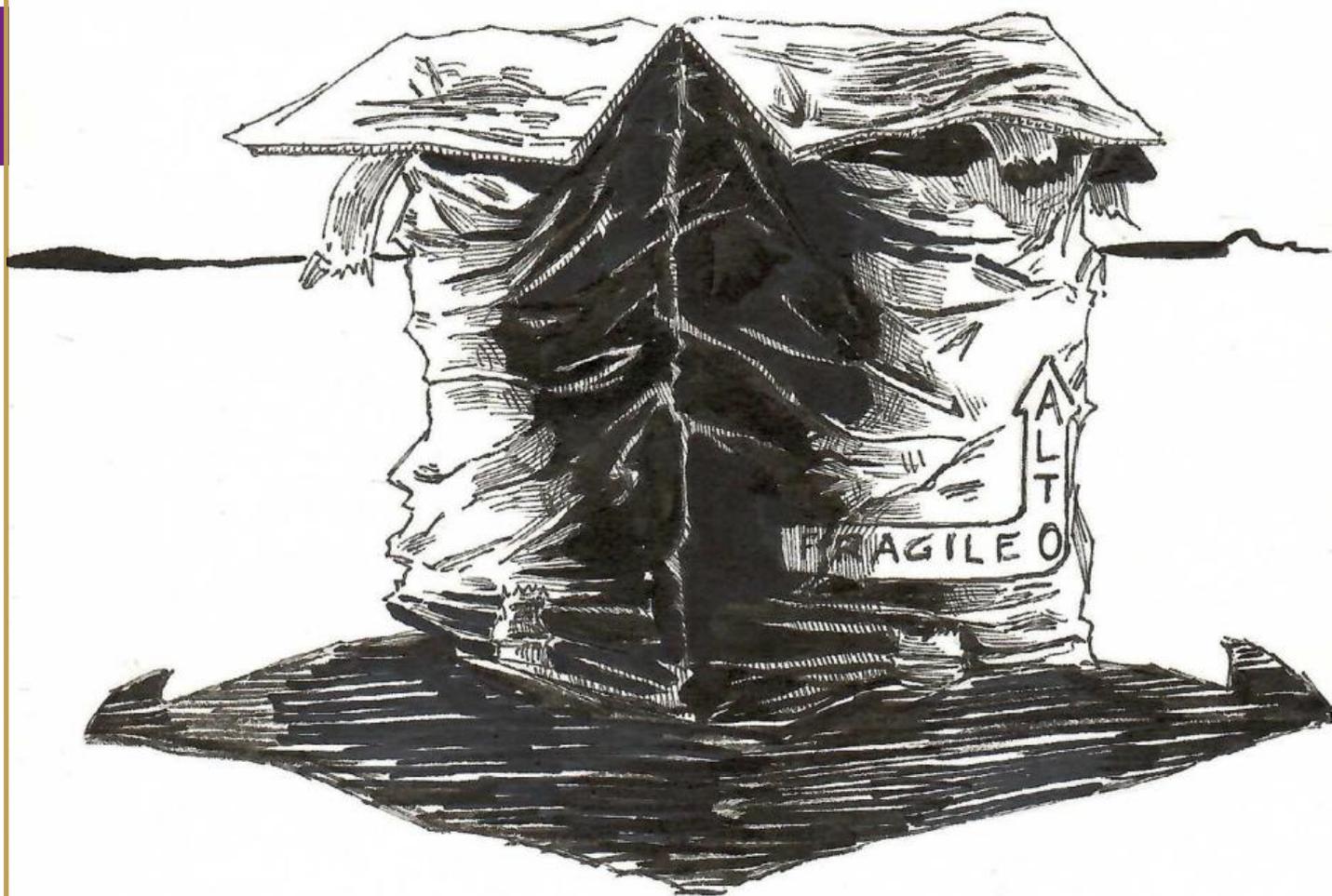
**SANTA MADRE DEH VOI FATE...** - A. Parisi



# X STAZIONE

**Gesù è crocifisso**

quaresima  
pasqua  
2021



*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* **Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.**

### **Dal Vangelo secondo Marco (15,25.31.34)**

Erano le nove del mattino quando lo crocifissero. Così anche i capi dei sacerdoti, con gli scribi, fra loro si facevano beffe di lui e dicevano: “Ha salvato altri e non può salvare se stesso! Alle tre, Gesù gridò a gran voce: “*Eloì, Eloì, lemà sabactàni?*”, che significa: «*Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?*».

## **MEDITAZIONE**

Il supplizio della croce è un rito di morte che si svolge adagio, senza pietà per chi muore. Ma Gesù non salva se stesso. “Non può”, dicono, mettendo in rilievo la sua impotenza. Perché tanto odio? È il gusto di gente debole e violenta, che per sentirsi forte, deve colpire un vinto. È successo sul Calvario, succede in tante parti, ovunque ci sia un povero uomo umiliato come il crocifisso. È accaduto a Floribert Bwana Chui, giovane della Comunità di Sant’Egidio di Goma, nella Repubblica Democratica del Congo. Floribert, funzionario delle dogane, rifiutò migliaia di dollari affinché facesse passare una partita di riso avariato. Fu torturato e ucciso nel luglio 2007, la sua coscienza gli impediva di scendere a patti. E come dimenticare un altro cristiano, un altro martire: Shahbaz Bhatti? Ministro per le Minoranze del Pakistan, Shahbaz fu ucciso il 2 marzo 2011, per non aver voluto rinunciare alle sue battaglie per i deboli e gli oppressi. Anche Gesù, il figlio di Dio, muore indifeso, abbandonato, torturato. Leggere questo Vangelo oggi è ricordare questi fratelli. È porsi una domanda: Noi da che parte stiamo? Io da che parte sto? Sto solo a guardare? Molti, troppi, stanno solo a guardare e così Gesù è condannato a morte.

*Francesco, Comunità di Sant’Egidio*

*Cel.* Signore Gesù Cristo,  
dall’alto tu ci vuoi attirare tutti a te:  
scuotici dall’illusione di volerti ammirare o adorare,  
invece di imitarti e assomigliarti.  
Amen.

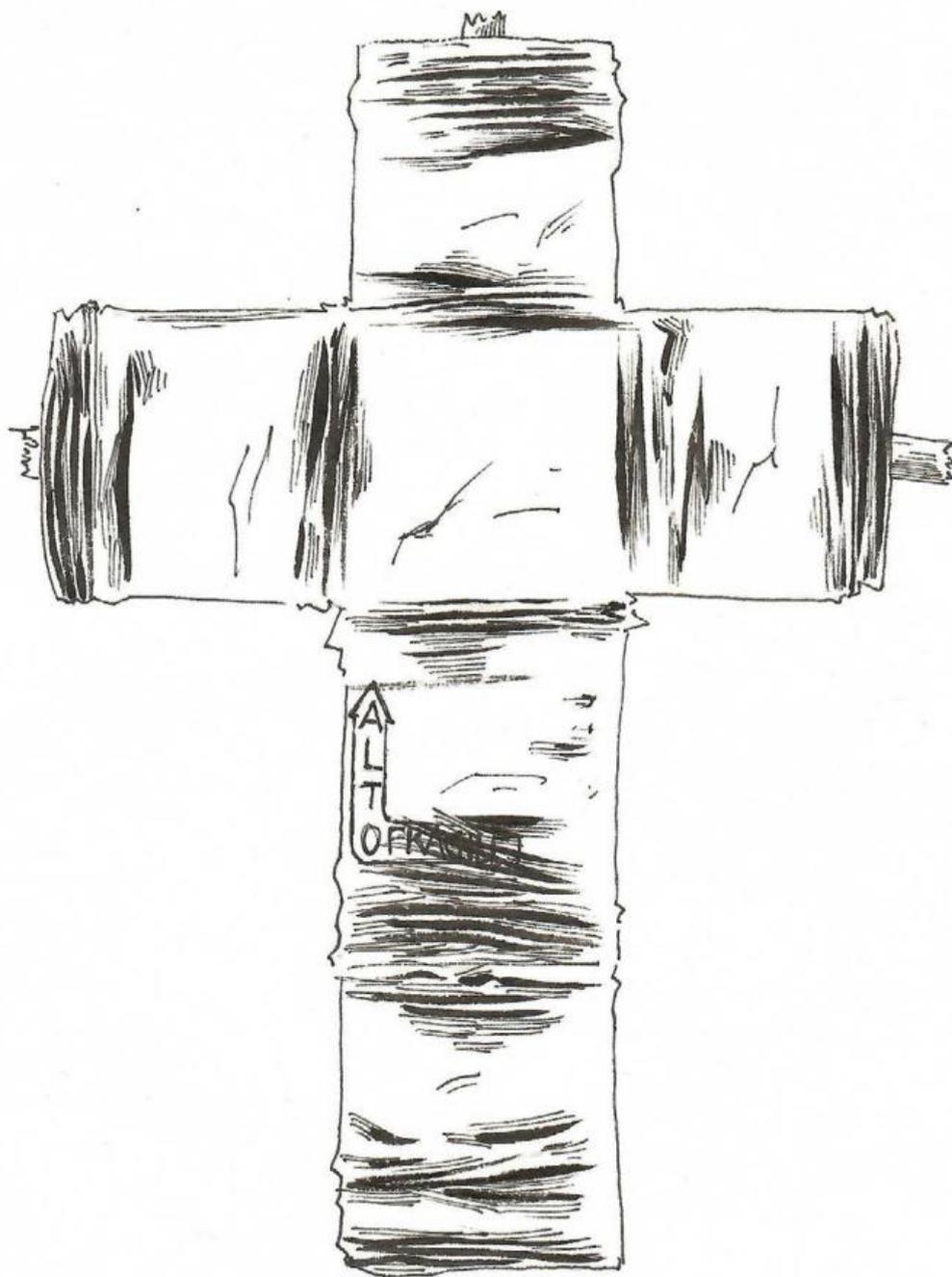
*(Sören Kirkegaard)*

**SANTA MADRE DEH VOI FATE...** - A. Parisi



# XI STAZIONE

**Gesù promette il suo Regno  
al buon ladrone**



*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* **Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.**

**Dal Vangelo secondo Luca (23,33.42-43)**

Quando giunsero sul luogo chiamato Cranio, vi crocifisero lui e i malfattori, uno a destra e l'altro a sinistra. E disse: "Gesù, ricordati di me quando entrerai nel tuo regno". Gli rispose: "In verità io ti dico: oggi con me sarai nel paradiso".

## MEDITAZIONE

La vicenda di quest'uomo appeso alla croce... tra cielo e terra a poche ore dalla sua morte è paradigma di tante vite umane fragili e spezzate bisognose di uno sguardo! Ecco chi è il buon ladrone...una persona che ha sbagliato che anche sul patibolo sul quale è finito tenta l'ultimo disperato furto per salvarsi la pelle. Chiede non perdono per il male commesso ma solo un semplice ricordo! Ricordati di me Gesù...parole fortissime, scarne, nude... che squarciano il buio della morte e lasciano intravedere già le prime timide luci di un'alba nuova. Una invocazione di senso... una preghiera straziante! Qui tra la vita e la morte la narrazione autobiografica di una vita vissuta...Ricordati di chi sono, dei miei peccati, del fallimento che è stata la mia vita, degli errori commessi, delle occasioni di bene che ho perduto, delle mie fragilità. Ora ho paura... ho bisogno di te... aiutami, restami accanto... ho perso tutto ma non la speranza di sapersi accanto a te! Amami così come sono, per quello che sono! Perdonami! In queste parole la consapevolezza del peccato e la gioia del perdono ritrovato. E nella condanna a morte la parola di Gesù: promessa di felicità e di libertà; germoglio di rinascita, di cambiamento, di speranza, di resurrezione: Oggi sarai con me nel Paradiso! Sul Golgota l'ultima conversione di un uomo... l'estremo gesto di amore e di infinita misericordia di Dio...che ama senza misura, che salva ciò che è perduto, che redime ciò che si è perso come tanti ragazzi reclusi e ristretti nel buio di un carcere che attendono la luce della libertà e di una vita nuova.

*don Evan, cappellano Carcere Minorile*

*Cel.* Ti sei spogliato di tutto, mio Signore e mio Dio [...],  
concedimi questa esperienza di spogliazione  
per imitarti con l'amore del prossimo,  
con l'obbedienza alle tue parole,  
con la libertà di fronte ai beni del mondo.  
Amen.

*(Charles de Foucauld)*

**SANTA MADRE DEH VOI FATE...** - A. Parisi



# XII STAZIONE

**La madre e il discepolo  
accanto alla croce di Gesù**



*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* **Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.**

**Dal Vangelo secondo Giovanni (19,25-27)**

Stavano presso la croce di Gesù sua madre, la sorella di sua madre, Maria madre di Clèopa e Maria di Màgdala. Gesù allora, 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.

## MEDITAZIONE

Sono nata a Kandahar 22 anni fa, sono stata in Italia per quasi tutta l’infanzia e di questo non smetterò mai di ringraziare mio padre che ha voluto che io vedessi un mondo di pace, poi sono tornata in Afghanistan. Ho conosciuto gli italiani, sono come noi. Così a questo popolo che ho amato invio la mia preghiera. In Italia c’è la mafia che si è diffusa come un cancro in tutto il mondo, facendo stragi: sono felice che per questo nessuno abbia mai pensato di bombardare l’Italia, di darla da governare a stranieri, di riempirla di bombe, mine e pianto: la mafia non avrebbe perso, mentre gli italiani avrebbero visto i loro sogni trasformarsi in orrore e incubi. Ero con il mio bimbo e il mio giovane uomo, quando lui è andato a combattere. Non volontario, non terrorista. È partito perché i giovani ragazzi vengono arruolati dagli eserciti di tutto il mondo quando c’è la guerra. Aveva 20 anni e se ne è andato senza guardare il suo bimbo che piangeva. Forse immaginava che non l’avrebbe visto più, non voleva vederlo in lacrime. Cadevano le bombe l’ultima volta che l’ho visto, il rumore era assordante e la gente gridava e correva in cerca di rifugi che non ci sono. Così non so se ha sentito il mio saluto....

La notte ho stretto il mio bimbo che non dormiva più. Chiedeva perché, ma io non sapevo cosa rispondergli. Non si può dire ad un bimbo che il mondo odia il terrorismo, che significa uccidere gli innocenti, e così in risposta bombarda noi...E ora vorrei morire perché in una di quelle notti da incubo la casa è esplosa su noi abbracciati. E che cosa ha potuto fare la mamma per il suo bimbo? Gli avevo promesso protezione, la bomba è caduta e lui nel terrore mi ha guardata come a ricordarmi la promessa. Ho chiesto a Dio di mandare un’altra bomba a uccidermi, sentivo di non farcela. E invece stavo già correndo, cercando aiuto, tra le bombe e le fiamme e con altre mamme con i loro bimbi tra le braccia... Ho affidato la mia lettera ad una amica che è scappata in Europa; io da qui non posso scappare, il mio bambino è steso in un letto. Credo che nessuna delle belle persone che ho incontrato lì da voi avrebbe voluto pagare con le sue tasse la bomba che ha tolto la speranza a mio figlio. Eppure, quella bomba l’avete pagata anche voi. Se favorire involontariamente chi uccide innocenti è terrorismo, allora gli italiani sono terroristi? Non lo sono, come non lo sono io. Siamo le vittime della guerra... Non cestinate la mia preghiera, voglio immaginare che esista una speranza.

La speranza la costruiamo anche noi stando accanto ai tanti crocifissi e vittime delle guerre e denunciando che la guerra è sempre una inutile strage.

*Rashida*

*Cel.* Gesù crocifisso, è finita l’illusione di una felicità senza Dio!

Torniamo a te, unica speranza

e unico liberatore,

unica gioia e unica verità

che riempie il cuore e dà senso e dignità alla vita di tutti.

Amen.

*(Angelo Comastri)*

**SANTA MADRE DEH VOI FATE...** - A. Parisi



# XIII STAZIONE

**Gesù muore  
sulla croce**

quaresima  
pasqua  
2021



*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* **Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.**

**Dal Vangelo secondo Luca (23,46)**

Gesù, gridando a gran voce, disse: “Padre, nelle tue mani consegno il mio spirito”. Detto questo, spirò.

## MEDITAZIONE

Il buio, in pieno giorno, e un uomo che soffre, e grida, poi si affida. Sembra il racconto di tante giornate diventate ordinarie in questi mesi che di ordinario hanno ben poco. È un racconto che ha il volto di uomini e donne, giovani e anziani, che sono genitori, figli, fratelli, amici, colleghi. Nei loro occhi la paura, la solitudine, la stanchezza, la fame d'aria. Sono gli occhi di Emanuele, che ti chiede di tranquillizzare sua moglie che è a casa, in pensiero per lui. Sono le mani di Stella, che stringono le tue per farsi forza mentre intorno è un continuo di allarmi e figure tutte uguali, di cui a stento si vedono gli occhi. Sotto le tute e i dispositivi vari, ogni volta ti senti un po' come quel velo del tempio che si squarcia nel mezzo. Nessuno è davvero isolato, quando la Vita ti si aggrappa addosso e ti travolge un senso di umanità e di prossimità che non puoi ignorare. Non ci sono numeri, cognomi, cartelle. Sono storie di cui entri a far parte, storie che entrano nella tua. Ci si affida, e ci si appartiene. Ci si promette che “quando esco venite tutti a cena a casa mia”, che abbraccerò tua figlia se non potrai farlo tu, che ci torniamo insieme a vedere il mare. Si diventa custodi di vita, di fatiche, di progetti, di paure e speranze. C'è, in quella sofferenza e in quell'affidarsi, il senso di tutta la Vita che ci è stata donata: l'essere insieme, l'uno per l'altro, con fiducia e responsabilità.

*Monica, medico rianimatore*

*Cel.* Abbi pietà di me. Accoglami nel tuo amore.

E quando il mio pellegrinaggio si avvicinerà alla fine  
e il giorno declinerà e le ombre della morte mi avvolgeranno,  
pronuncia anche sulla mia fine la tua ultima parola:  
“Padre, nelle tue mani consegno il mio spirito!”. O buon Gesù!  
Amen.

*(Karl Rahner)*

**SANTA MADRE DEH VOI FATE...** - A. Parisi



# XIV STAZIONE

**Gesù è deposto  
dalla croce nel sepolcro**

quaresima  
pasqua  
2021



*Cel.* Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

*Tutti* **Perché con la tua Santa Croce hai redento il mondo.**

### **Dal Vangelo secondo Marco (15,46)**

Egli allora, comprato un lenzuolo, lo depose dalla croce, lo avvolse con il lenzuolo e lo mise in un sepolcro scavato nella roccia. Poi fece rotolare una pietra all'entrata del sepolcro.

## **MEDITAZIONE**

Gesù è deposto nel sepolcro. Cosa significa “deporre”?

Deporre esprime il porre giù un oggetto, una parola, un corpo con gesto definitivo, irreversibile. Il sepolcro, spazio buio e chiuso, è infatti simbolo di un tempo che viene sigillato per sempre, concluso nel suo divenire: lì muore ogni speranza e ogni possibilità di vita.

Anche noi viviamo momenti in cui “siamo deposti”: lì la vita si congela e smarrisce il suo senso. Sono i giorni che seguono le sconfitte, i fallimenti, le perdite. Sono le ore del dolore e del lutto, della morte e della nostalgia, del silenzio muto di chi non ha più parole perché tutte le parole sono state consumate. Sono i lunghi minuti in cui la pietra rotolata sulla tomba di tutte le attese appare sigillo di morte di ogni promessa.

Il Sabato del Silenzio è il tempo del duro faccia a faccia con tutte le nostre disperazioni, è l'appuntamento con le nostre paure più profonde che depongono la loro sentenza: “Ormai è finita per sempre!”

Gesù, nel suo non ribellarsi alla croce e avendo fede nella potenza inesprimibile della Vita, ci svela invece che la storia non finisce nei sepolcri.

Egli ci chiede: Sarete capaci di abitare il vostro sepolcro rendendo quel giorno non l'ultimo, ma una “Vigilia”? Credete voi che le sconfitte e le disperazioni possano essere non una tomba ma il canale di un parto? Riuscirete a togliervi definitivamente gli abiti a lutto e a rendere “Santo” questo vostro giorno e madre di tutte le Vigilie?

*Ignazio, psicoterapeuta e formatore*

*Cel.* Non lasciarci sorprendere  
dalla paura e dalla stanchezza  
davanti all'ombra della tua croce  
- perché noi abbiamo paura anche dell'ombra -  
ma infondici l'ardore del tuo Spirito per aderire a te  
e con te portare a compimento  
la santa, adorabile volontà del Padre.  
Amen.

*(Anna Maria Cànopi)*

**SANTA MADRE DEH VOI FATE...** - A. Parisi



## CONCLUSIONE

### *Guida*

Ho visto un giorno un vecchio orologio fermo  
ripartire da solo, e ho compreso, ho intuito  
che tu non smetterai di vivere con la mia morte.  
Ma a cosa serve chiedersi che cos'è la morte,  
poiché la porta che si aprirà allora sarà magnifica,  
anche se si affaccerà su un terreno abbandonato?  
Bisogna macinare a lungo le parole  
e morire in silenzio per far cuocere il pane del cielo.  
Morire, è come innamorarsi: si sparisce, e non si danno più notizie di sé a nessuno.  
Quando dubito, il mio cuore è più fragile di un lampone,  
ma quando mi affido a te, è più duro di un diamante.  
Voglio ben soffrire, ma non voglio disperare.  
Non lascerò che nessuno spenga in me la piccola lampada rossa della fiducia.  
Essi temono la morte più di tutto,  
senza accorgersi che c'è una cosa ancor più temibile: una vita senza amore.  
Nell'istante terribile in cui non c'è più niente da credere o da sperare  
- non più aria né porte - tu sorgi.  
Tu vieni quando nessuno più può consolarci:  
tu seppellisci segretamente quanto amiamo in fondo al nostro cuore,  
ben al riparo dal tempo.  
Se è verso di te che mi volgo, anche se la morte si mettesse tra noi,  
non fa nulla, tu la farai dileguare.  
La morte, che appartiene al tempo,  
non può toccare qualcosa che non appartenga al tempo.  
Il Dio in cui credo non è forte,  
ma è tanto invincibile quanto una corrente d'aria.  
Nessuno può fermarmi adesso.

*(C. Bobin, "Il Cristo dei papaveri")*

## PREGHIERA

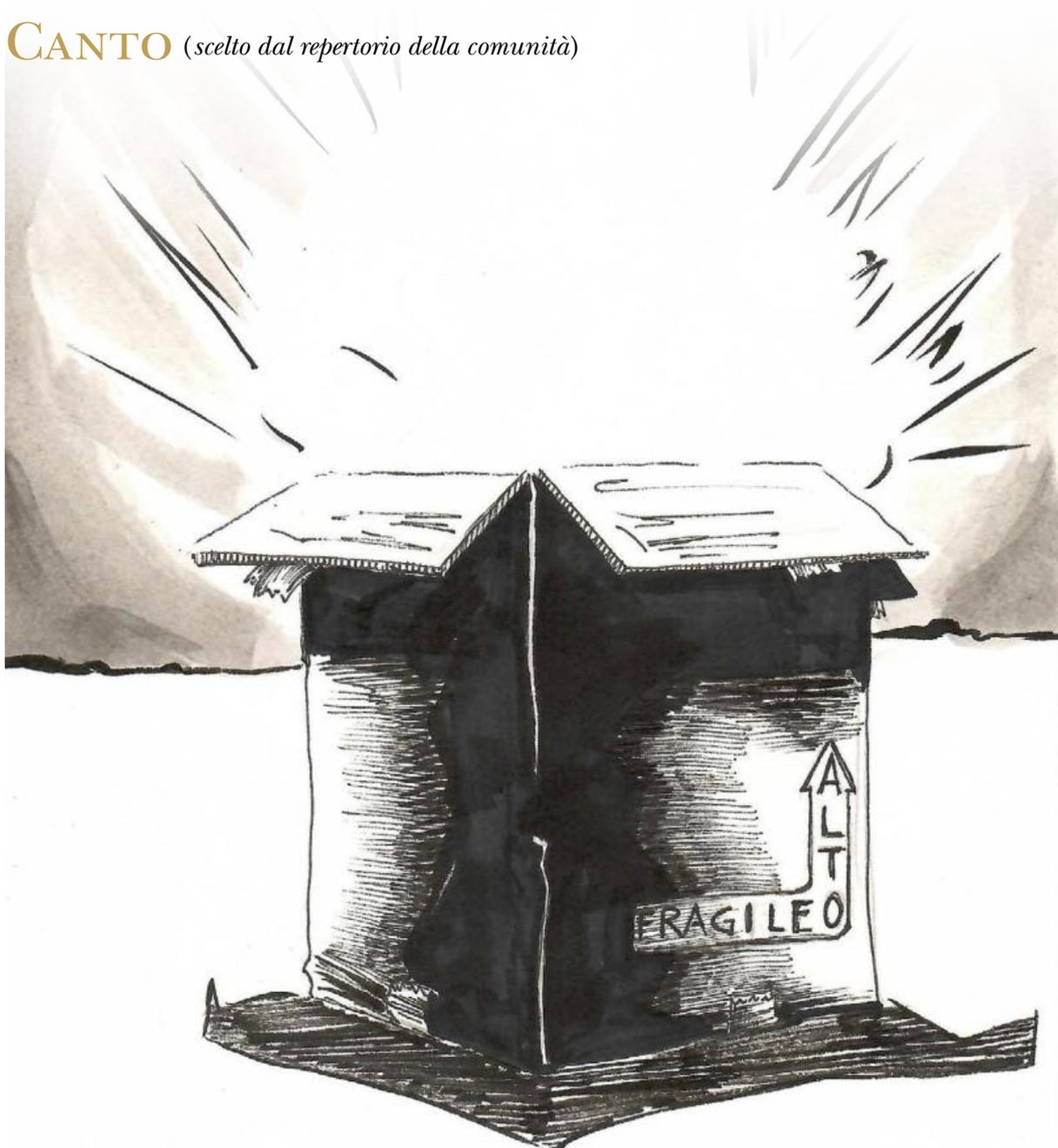
Santa Maria, Vergine della notte,  
noi t'imploriamo di starci vicino  
quando incombe il dolore, e irrompe la prova,  
e sibila il vento della disperazione,  
e sovrastano sulla nostra esistenza  
il cielo nero degli affanni o il freddo delle delusioni,  
o l'ala severa della morte.  
Liberaci dai brividi delle tenebre.  
Nell'ora del nostro Calvario,  
tu, che hai sperimentato l'eclisse del sole,  
stendi il tuo manto su di noi,  
sicché, fasciati dal tuo respiro,  
ci sia più sopportabile la lunga attesa della libertà.  
Alleggerisci con carezze di madre la sofferenza dei malati.  
Riempi di presenze amiche e discrete il tempo amaro di chi è solo.

Spegni i focolai di nostalgia nel cuore dei naviganti,  
e offri loro la spalla perché vi poggino il capo.  
Preserva da ogni male i nostri cari che faticano in terre lontane  
e conforta, col baleno struggente degli occhi,  
chi ha perso la fiducia nella vita.  
Ripeti ancora oggi la canzone del Magnificat,  
e annuncia straripamenti di giustizia a tutti gli oppressi della terra.  
Non ci lasciare soli nella notte a salmodiare le nostre paure.  
Anzi, se nei momenti dell'oscurità ti metterai vicino a noi  
e ci sussurrerai che anche tu stai aspettando la luce,  
le sorgenti del pianto si dissecheranno sul nostro volto.  
E sveglieremo insieme l'aurora.  
Così sia.

*(Don Tonino Bello)*

## BENEDIZIONE

**CANTO** *(scelto dal repertorio della comunità)*





quaresima  
pasqua  
2021



UFFICIO CARITAS  
DIOCESANA

# Quaresima di Carità 2021

LA FORMA DEL PANE



PRENDIAMO

# UFFICIO CARITAS DIOCESANA

## QUARESIMA DI CARITÀ 2021

In sintonia col cammino annuale di tutta la Diocesi ci permettiamo di indicare alcune proposte che potranno essere integrate dai percorsi delle Comunità parrocchiali. Auspichiamo, innanzitutto, che la Caritas parrocchiale, di concerto con il Consiglio pastorale e tenendo conto delle attenzioni liturgiche e catechetiche, possa vivere un momento di riflessione su come “tradurre” sul territorio, meglio ancora se in una dimensione inter-parrocchiale, la proposta pastorale diocesana in gesti concreti di carità.

## EMERGENZA UMANITARIA ROTTA BALCANICA

- La Caritas diocesana sta attenzionando quanto sta accadendo ai migranti in questi giorni sulla Rotta Balcanica. Fratelli e sorelle che nel migliore dei casi sono all'interno di campi di accoglienza sferzati dalla neve. Vi chiediamo di continuare ad informarci e creare momenti di sensibilizzazione per le vostre comunità parrocchiali attingendo anche al materiale informativo presente sul sito della Caritas diocesana. Ecco alcuni link:

[https://www.facebook.com/plugins/video.php?height=314&href=https%3A%2F%2Fwww.facebook.com%2Ftg3rai%2Fvideo%2F862420651212257%2F&show\\_text=false&width=560](https://www.facebook.com/plugins/video.php?height=314&href=https%3A%2F%2Fwww.facebook.com%2Ftg3rai%2Fvideo%2F862420651212257%2F&show_text=false&width=560)

<https://www.avenire.it/attualita/pagine/lorrore-alle-porte-delleuropa>

<https://www.avenire.it/attualita/pagine/reportage-lipa-migranti-bosnia-scavo>

<https://www.radicifuture.it/old/www.radicifuturemagazine.it/articoli/inchieste/12903524/Migranti-si-riapre-la-rotta-balcanica.html>

<https://www.internazionale.it/reportage/annalisa-camilli/2021/01/12/bosnia-croazia-lipa-neve-migranti>

- Proporre una riflessione a partire dal Messaggio del Santo Padre per la Quaresima 2021;
- Almeno un appuntamento di preghiera con la **Via Crucis sia fatto in un luogo significativo** del territorio che aiuti a interrogarsi **sulla povertà educativa o su una particolare marginalità magari poco conosciuta**;
- Non trascurare di **invitare le persone più bisognose alle diverse celebrazioni specie al Triduo pasquale**;

## QUARESIMA DI CARITÀ I DOMENICA DI QUARESIMA

Quest'anno celebriamo la "Quaresima di Carità" in tutta la **diocesi la prima domenica di Quaresima (21 febbraio 2021)**. Pur immaginando le tante necessità parrocchiali, vi chiediamo di non trascurare questa forma di partecipazione e di comunione che permette di provvedere, **secondo l'indicazione di Padre Arcivescovo, a sostenere i progetti di Caritas Italiana attivati sulla rotta Balcanica**

Quanto raccolto potrà giungere nei seguenti modi:

- in Curia presso l'Economato diocesano;
- tramite bonifico: IBAN IT40Z0311104007 00000000 7986 Arcidiocesi Bari-Bitonto/ Caritas diocesana – Causale: Quaresima di Carità 2021;
- tramite ccp: 000011938701 Arcidiocesi Bari-Bitonto/Caritas diocesana – Causale: Quaresima di Carità 2021.

Vi chiediamo di raccontarci le diverse iniziative realizzate, anche con testi brevi, scrivendo a [orp@caritasbaribitonto.it](mailto:orp@caritasbaribitonto.it)

Restiamo a disposizione per ogni eventualità e auguriamo a voi e alle vostre realtà ecclesiali un autentico cammino verso la Pasqua.

Un fraterno saluto  
**d. Vito, Michela e Vito e l'intera equipe diocesana**





quaresima  
pasqua  
2021

# LITURGIA PENITENZIALE

## Cammino di riconciliazione

(La seguente celebrazione penitenziale è stata ispirata dal testo di C. M. MARTINI, *La scuola della parola. Riflessioni sul salmo "Miserere"*, 1985).

LA FORMA DEL PANE



PRENDIAMO

## LITURGIA PENITENZIALE CAMMINO DI RICONCILIAZIONE

### CANTO D'INIZIO

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

*Tutti* **Amen.**

*Cel.* Il Signore sia con voi.

*Tutti* **E con il tuo Spirito.**

*Cel.* Grazie, mio Dio, per averci dato questa divina preghiera del Miserere. Questo Miserere che è la nostra preghiera quotidiana. Diciamo spesso questo salmo, facciamone spesso la nostra preghiera; esso racchiude il compendio di ogni nostra preghiera: adorazione, amore, offerta, ringraziamento, pentimento, domanda. Esso parte dalla considerazione di noi stessi e della vista dei nostri peccati e sale fino alla contemplazione di Dio, passando attraverso il prossimo e pregando per la conversione di tutti gli uomini (*Charles de Foucauld*).

*Tutti* **Noi siamo suo popolo e gregge del suo pascolo! Per questo desideriamo nutrirci della sua parola e rallegrarci di seguirlo nelle vicende della vita**

*Guida* Il Salmo 50 si può, utilmente, dividere in tre parti. **La prima parte** è il riconoscimento di una situazione. I verbi sono tutti all'indicativo ed espongono, sottolineano dei fatti: riconosco la mia colpa, contro di te ho peccato, sei giusto quando parli, mi insegni la sapienza. **La seconda parte** esprime la supplica. Il brano cambia di tono e quasi tutti i verbi sono all'imperativo: purificami, lavami, fammi sentire gioia, distogli lo sguardo, cancella, crea in me, non respingermi, non privarmi, rendimi la gioia, sostieni in me. **La terza parte** è il progetto per l'avvenire. I verbi sono al futuro: insegnerò, la mia lingua esalterà. Con termini a noi più abituali possiamo chiamare: esame di coscienza il riconoscimento della situazione; richiesta di perdono la supplica; proposito il progetto per l'avvenire. Sono tre momenti chiaramente distinti nella lettura, anche semplicemente nella differenza dei verbi. (*C. M. Martini, "La scuola della parola. Riflessioni sul salmo Miserere", 33*).

## PREGARE LA PAROLA DI DIO

### SALMO 50

*Lettore* Pietà di me, o Dio, secondo la tua misericordia;  
nel tuo grande amore cancella il mio peccato.

*Tutti* Lavami da tutte le mie colpe,  
mondami dal mio peccato.  
Riconosco la mia colpa,  
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.

*Lettore* Contro di te, contro te solo ho peccato,  
quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto;  
perciò sei giusto quando parli,  
retto nel tuo giudizio.

*Tutti* Ecco, nella colpa sono stato generato,  
nel peccato mi ha concepito mia madre.  
Ma tu vuoi la sincerità del cuore  
e nell'intimo m'insegni la sapienza.

*Lettore* Purificami con issòpo e sarò mondato;  
lavami e sarò più bianco della neve.  
Fammi sentire gioia e letizia,  
esulteranno le ossa che hai spezzato.

*Tutti* Distogli lo sguardo dai miei peccati,  
cancella tutte le mie colpe.  
Crea in me, o Dio, un cuore puro,  
rinnova in me uno spirito saldo.

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

*Tutti* Insegnerò agli erranti le tue vie  
e i peccatori a te ritorneranno.  
Liberami dal sangue, Dio, Dio mia salvezza,  
la mia lingua esalterà la tua giustizia.

*Lettore* Signore, apri le mie labbra  
e la mia bocca proclami la tua lode;  
poiché non gradisci il sacrificio  
e se offro olocausti, non li accetti.

*Tutti* Uno spirito contrito è sacrificio a Dio,  
un cuore affranto e umiliato  
tu, o Dio, non disprezzi.

*Lettore* Nel tuo amore fa' grazia a Sion,  
rialza le mura di Gerusalemme.

*Tutti* Allora gradirai i sacrifici prescritti,  
l'olocausto e l'intera oblazione,  
allora immoleranno vittime sopra il tuo altare.

## CANTO DI MEDITAZIONE

*Segue l'esame di coscienza e la confessione individuale.*



## IL DOLORE DEI PECCATI

*Sei giusto quando parli, retto nel tuo giudizio*

Salmo 50, 6

### ASCOLTARE LA PAROLA DI DIO

**Dal Vangelo secondo Luca (22, 54-62)**

Dopo averlo preso, lo condussero via e lo fecero entrare nella casa del sommo sacerdote. Pietro lo seguiva da lontano. Siccome avevano acceso un fuoco in mezzo al cortile e si erano seduti attorno, anche Pietro si sedette in mezzo a loro. Vedutolo seduto presso la fiamma, una serva fissandolo disse: «Anche questi era con lui». Ma egli negò dicendo: «Donna, non lo conosco!». Poco dopo un altro lo vide e disse: «Anche tu sei di loro!». Ma Pietro rispose: «No, non lo sono!». Passata circa un'ora, un altro insisteva: «In verità, anche questo era con lui, è anche lui un Galileo». Ma Pietro disse: «O uomo, non so quello che dici». E, in quell'istante, mentre ancora parlava, un gallo cantò. All'ora il Signore, voltatosi, guardò Pietro, e Pietro si ricordò delle parole che il Signore gli aveva detto: «Prima che il gallo canti, oggi mi rinnegherai tre volte». E uscito pianse amaramente.

### MEDITARE LA PAROLA DI DIO

Perché Pietro scoppia in pianto?

Fino a quel momento aveva una certa coscienza, anche se un po' annebbiata, di avere fatto una cosa sbagliata, di essersi disonorato; di avere tradito un amico.

Ma è solo quando Gesù lo incontra e lo guarda che Pietro scoppia in pianto. In quel momento capisce una cosa sola: io ho rinnegato quest'uomo e lui va a morire per me! È la sovrabbondanza incredibile di fiducia e di attenzione a chi l'ha demeritata, che fa scattare il contrasto.

Il dolore cristiano nasce dalla percezione di questo contrasto, nasce dall'incontro con Colui che, offeso in sé e nel suo amore per l'uomo, offre, come contraccambio, uno sguardo di amicizia.

[...] La rivelazione della colpevolezza del cristiano viene dall'incontro con Cristo, con la sua Parola e con la sua Persona. Questo incontro sblocca la rigidità del giudizio su di noi, giudizio sempre incerto e impacciato, e la scioglie in un vero pentimento, nel dispiacere interiore per avere offeso Cristo nella sua persona; nel dispiacere per la scorrettezza del nostro rapporto di amicizia, per l'infrazione del codice di onore e di tenerezza, per la disattenzione e il disprezzo di un rapporto prezioso (C. M. Martini, "La scuola della parola. Riflessioni sul salmo Miserere", 49-50).

**CANTO** (scelto dal repertorio della comunità)

## LA PENITENZA

*Allora gradirai i sacrifici prescritti, l'olocausto e l'intera oblazione.*

Salmo 50, 21

### ASCOLTARE LA PAROLA DI DIO

**Dal Vangelo secondo Luca (19,1-10)**

Entrato in Gerico, attraversava la città. Ed ecco un uomo di nome Zaccheo, capo dei pubblicani e ricco, cercava di vedere quale fosse Gesù, ma non gli riusciva a causa della folla, poiché era piccolo di statura. Allora corse avanti e, per poterlo vedere, salì su un sicomoro, poiché doveva passare di là.

Quando giunse sul luogo, Gesù alzò lo sguardo e gli disse: «Zaccheo, scendi subito, perché oggi devo fermarmi a casa tua». In fretta scese e lo accolse pieno di gioia. Vedendo ciò, tutti mormoravano: «È andato ad alloggiare da un peccatore!». Ma Zaccheo, alzatosi, disse al Signore: «Ecco, Signore, io do la metà dei miei beni ai poveri; e se ho frodato qualcuno, restituisco quattro volte tanto». Gesù gli rispose: «Oggi la salvezza è entrata in questa casa, perché anch'egli è figlio di Abramo, il Figlio dell'uomo infatti è venuto a cercare e a salvare ciò che era perduto».

### MEDITARE LA PAROLA DI DIO

Zaccheo è lui stesso che propone a Gesù la «penitenza» che vuol fare e Gesù l'approva. Zaccheo propone ciò che è più adatto per un uomo avido, imbroglione, desideroso di possedere come è lui.

Ha saputo cogliere il proprio punto debole e su questo si rinnova. Per lui il frutto di «penitenza» è la generosità verso i poveri, la prontezza nel riparare i torti che ha arrecato agli altri (non lunghe formule di preghiera, non pellegrinaggi, non gesti esteriori che non toccano). È la sua personale, storica, precisa penitenza. Gesù l'approva e gli dice: «Oggi la salvezza è entrata in questa casa».

Ciascuno, quindi, è in grado di aiutare il confessore nello stabilire una penitenza che sia segno ed espressione di un autentico itinerario penitenziale.

[...] Anziché lamentarci che la «penitenza» è poco adatta, che è esteriore, formale, che è sempre la stessa, noi potremmo, in un dialogo più disteso e più aperto; suggerire qualche volta che cosa riteniamo importante come segno della conversione che abbiamo chiesto a Dio, come frutto dello Spirito Santo di purificazione, invocandolo nei nostri incontri con le parole del Salmo: «Crea in me, o Dio, un cuore puro, rinnova in me uno spirito saldo... non privarmi del tuo Santo Spirito, rendi mi la gioia di essere salvato...» (C. M. Martini, *La scuola della parola. Riflessioni sul salmo Miserere*, 84-85).

**CANTO** (scelto dal repertorio della comunità)



## TESTIMONIARE LA MISERICORDIA

*Insegnerò agli erranti le tue vie: la mia lingua esalterà la tua giustizia...  
apri le mie labbra e la mia bocca proclami la tua lode.*

Salmo 50, 15

### ASCOLTARE LA PAROLA DI DIO

**Dal Vangelo secondo Giovanni (4, 19-39)**

In quel tempo, la donna Samaritana disse a Gesù: «Signore, vedo che tu sei un profeta. I nostri padri hanno adorato Dio sopra questo monte e voi dite, che è Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare». Gesù le dice: «Credimi, donna, è giunto il momento in cui né su questo monte, né in Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorate quel che non conoscete, noi adoriamo quello che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma è giunto il momento, ed è questo, in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità; perché il Padre cerca tali adoratori. Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorarlo in spirito e verità». Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia (cioè il Cristo): quando egli verrà, ci annunzierà ogni cosa». Le disse Gesù: «Sono io, che ti parlo».

In quel momento giunsero i suoi discepoli e si meravigliarono che stesse a discorrere con una donna. Nessuno tuttavia gli disse: «Che desideri?», o: «Perché parli con lei?». La donna intanto lasciò la brocca, andò in città e disse alla gente: «Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Che sia forse il Messia?». Uscirono allora dalla città e andavano da lui.

Intanto i discepoli lo pregavano: «Rabbì, mangia». Ma egli rispose: «Ho da mangiare un cibo che voi non conoscete». E i discepoli si domandavano l'un l'altro: «Qualcuno forse gli ha portato da mangiare?». Gesù disse loro: «Mio cibo è fare la volontà di colui che mi ha mandato e compiere la sua opera. Non dite voi: Ci sono ancora quattro mesi e poi viene la mietitura? Ecco, io vi dico: Levate i vostri occhi e guardate i campi che già biondeggiano per la mietitura. E chi miete riceve salario e raccoglie frutto per la vita eterna, perché ne goda insieme chi semina e chi miete. Qui infatti si realizza il detto: uno semina e uno miete. Io vi ho mandati a mietere ciò che voi non avete lavorato, altri hanno lavorato e voi siete subentrati nel loro lavoro». Molti Samaritani di quella città credettero in lui per le parole della donna che dichiarava: «Mi ha detto tutto quello che ho fatto».

### MEDITARE LA PAROLA DI DIO

E alla fine del cammino, ritroviamo l'apertura del cuore e delle labbra: «La donna intanto lasciò la brocca, andò in città e disse alla gente: Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Che sia forse il Messia?».

Notiamo la finezza del particolare: «lasciò la brocca». Questa donna era venuta per attingere acqua, la brocca era la sua ricchezza, ad essa era legata la sua vita quotidiana: eppure in questo momento tutto è dimenticato e la brocca slabbrata, abbandonata sul

ciglio del pozzo, è come il segno di una esistenza da cui la donna è ormai uscita, è il segno di un incubo che ha lasciato dietro di sé. A somiglianza dei due discepoli di Emmaus, che interrompono la cena a metà, si alzano e corrono verso Gerusalemme, la Samaritana rifà la strada, corre in città e va ad annunciare quello che le è accaduto. Lo annuncia con parole piuttosto maldestre, in verità: «Che sia forse il Messia?». Di per sé non è un annuncio molto efficace, almeno da un punto di vista teologico. Eppure queste parole sono una testimonianza efficacissima perché derivano da una esperienza vissuta. La gente ha davanti una persona che non parla con parole imparate, che non ripete una lezione, ma che parla quasi smozzicando le frasi e però con il cuore e l'affanno di chi ha avuto un'esperienza formidabile, che a fatica si può comunicare.

Alla Samaritana si sono aperte le labbra, si è sciolta la lingua e, in una esplosione di gioia, parla con semplicità e con verità della misericordia di Dio verso di lei (C. M. Martini, "La scuola della parola. Riflessioni sul salmo Miserere", 95-96).

## PREGHIERA

Voglio credere in Dio Padre,  
che mi ama come un figlio,  
e in Gesù, il Signore,  
che ha infuso il suo Spirito  
nella mia vita  
per farmi sorridere e così condurmi  
al regno di vita eterna.

Credo nella mia storia,  
che è stata trapassata  
dallo sguardo d'amore di Dio,  
[...]  
mi ha portato all'incontro  
per invitarmi a seguirlo.

Credo nel mio dolore,  
infecondo a causa del mio egoismo,  
nel quale mi rifugio.  
Credo nella meschinità della mia anima,  
che cerca di inghiottire  
senza dare... senza dare.

Credo che gli altri siano buoni,  
e che devo amarli senza timore,  
e senza tradirli mai  
per cercare una sicurezza per me.  
Credo nella vita religiosa.  
Credo di voler amare molto.

Credo nella morte quotidiana,  
bruciante, dalla quale sfuggo,



ma che mi sorride invitandomi ad accettarla.  
Credo nella pazienza di Dio,  
accogliente, buona come una notte d'estate.  
[...]

E attendo la sorpresa di ogni giorno,  
in cui si manifesteranno l'amore,  
la forza, il tradimento e il peccato,  
che mi accompagneranno  
fino all'incontro definitivo  
con quel volto meraviglioso  
che non so come sia,  
che fuggo continuamente,  
ma che voglio conoscere e amare.  
Amen.

*(J. M. Bergoglio, 1969)*

*Cel.* Dio, Padre nostro, che ti fai carico del cammino dei tuoi figli donando loro il necessario per vivere e per aprirli all'incontro con te, e quando sbagliano sei pronto a perdonare, ti ringraziamo per il tuo amore paziente e misericordioso. Fa' che poniamo in te la nostra fiducia e impariamo a essere misericordiosi, perdonandoci a vicenda gli uni gli altri. Per Cristo nostro Signore.

*Tutti* **Amen.**

**CANTO** *(scelto dal repertorio della comunità)*

ADORAZIONE  
DELLA CROCE

**La speranza  
non delude**

**LA FORMA DEL PANE**



**PRENDIAMO**

# ADORAZIONE DELLA CROCE LA SPERANZA NON DELUDE

## INTRODUZIONE

Il momento di preghiera dell'adorazione della croce può essere celebrato dalla comunità in uno dei venerdì di Quaresima. I testi sono del p. Innocenzo Gargano.

## AMBIENTAZIONE

*L'altare è spoglio.*

*Accanto all'altare è stata predisposta la base sulla quale verrà poggiata la croce e, accanto, una cesta con tanti piccoli cordoncini colorati.*

*All'ingresso dell'aula liturgica vengono consegnati a ciascuno un foglietto e una penna.*

*Guida*

“Tutte le folle che erano accorse a questo spettacolo, ripensando a quanto era accaduto, se ne tornavano percuotendosi il petto”. (Lc 23, 48)

Si parla dello spettacolo che la gente di Gerusalemme va a vedere sul colle del Calvario. Essa crede di vedere, ma in realtà è essa stessa che viene vista e folgorata da quel Crocifisso che, unico, scruta le viscere e i cuori.

Lasciamoci anche noi guardare da Gesù, e, con Lui, osserviamoci nel cuore... come ha guardato Pietro, liberandolo dal peso del suo tradimento e rendendolo trasparente e coraggioso testimone.

**CANTO** (*scelto dal repertorio della comunità*)

## SALUTO

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

*Tutti* **Amen.**

*Cel.* Il Dio della speranza che ci riempie di ogni gioia e pace nella fede, per la potenza dello Spirito Santo sia con tutti voi.

*Tutti* **E con il tuo spirito.**

## PREGHIERA CORALE

(Pt 2, 20b-25)

*Letto* Fratelli, se facendo il bene supporterete con pazienza la sofferenza, ciò sarà gradito davanti a Dio. A questo infatti siete stati chiamati, poiché anche Cristo patì per voi, lasciandovi un esempio, perché ne seguiate le orme:

*Tutti* **Egli non commise peccato e non si trovò inganno sulla sua bocca,**

*Letto* oltraggiato non rispondeva con oltraggi, e soffrendo non minacciava vendetta, ma rimetteva la sua causa a colui che giudica con giustizia.

*Tutti* **Egli portò i nostri peccati nel suo corpo sul legno della croce, perché, non vivendo più per il peccato, vivessimo per la giustizia;**

*Letto* dalle sue piaghe siete stati guariti.  
Eravate erranti come pecore, ma ora siete tornati al pastore e guardiano delle vostre anime.

## ORAZIONE

*Cel.* O Dio nostro Padre,  
immensamente grande, onnipotente e santo,  
noi ti lodiamo e ti benediciamo  
perché, attraverso Gesù, tuo figlio e nostro fratello,  
ci riveli la tua infinita misericordia.  
In Lui, nostro salvatore, conosciamo il tuo volto  
e ci è pienamente manifesto il tuo cuore.  
Fa che ci lasciamo raggiungere da questo sguardo di tenerezza  
e sappiamo essere, accanto ai fratelli,  
uomini e donne secondo il tuo cuore.  
Per Cristo nostro Signore.

*Tutti* **Amen.**

## INTRONIZZAZIONE DELLA CROCE

*Guida*  
Ravvediti...  
Mettili in silenzio, in quello spazio dove emerge il vero...  
Dove la parola ha il suono e il senso...  
Mettili davanti al mistero...  
Ama la sacra penombra...  
Da cui si vede ben di più di quel che immagini...  
Rimettiti nell'umiltà che sa e ama...  
E adora...

*Un giovane e un adulto intronizzano la croce al centro del presbiterio, mentre l'assemblea canta.*

## ADORO TE (RnS)

Sei qui davanti a me, o mio Signore,  
sei in questa brezza che ristora il cuore,  
Roveto che mai si consumerà,  
presenza che riempie l'anima.

**Adoro Te, fonte della Vita,  
adoro Te, Trinità infinità.  
I miei calzari leverò su questo santo suolo,  
alla presenza Tua mi prostrerò.**



Sei qui davanti a me, o mio Signore,  
nella Tua grazia trovo la mia gioia.  
Io lodo, ringrazio e prego perché  
il mondo ritorni a vivere in Te.

## CONTEMPLAZIONE

*Il celebrante si reca davanti alla croce e, fatto un profondo inchino, introduce la preghiera:*

*Cel.* Essere là davanti a te, Signore, e nient'altro.  
Chiudere gli occhi del mio corpo,  
chiudere gli occhi della mia anima.  
E restare immobile, silenzioso,  
mostrarmi a te che sei là, esposto a me.  
Essere presente a te, l'infinito presente.

*Tutti* **Accetto di non sentire nulla, Signore,  
di non vedere nulla, di non capire nulla.  
Vuoto di ogni idea, di ogni immagine.  
Meditando la tua legge,  
ascoltando la tua Parola,  
invocando la tua presenza.  
Eccomi semplicemente per incontrarti senza ostacoli.  
Nel silenzio della fede, davanti a te, Signore.**

*Cel.* E i miei occhi finalmente ti vedono.  
Tu mi hai chiamato alla tua presenza e al tuo servizio  
e odo la tua voce, il tuo sguardo di amore sulla mia vita.

*Seduti*

## SILENZIO ADORANTE

*Guida*

È il momento di meditare sulle nostre resistenze a fare il bene, le ferite e la fatica di amare, di accogliere, di perdonare. Possiamo, poi, annotarle sul foglietto e liberamente deporlo ai piedi della croce.

*Si può accompagnare questo momento con un canto o canone scelto dal repertorio della comunità.*

## ASCOLTO

**Dalla Lettera di San Paolo apostolo ai Romani (5, 5-11)**

La speranza poi non delude, perché l'amore di Dio è stato riversato nei nostri cuori per mezzo dello Spirito Santo che ci è stato dato. Infatti, quando eravamo ancora deboli, nel tempo stabilito Cristo morì per gli empi. Ora, a stento qualcuno è disposto a morire per un giusto; forse qualcuno oserebbe morire per una persona buona. Ma Dio dimostra il suo amore verso di noi nel fatto che, mentre eravamo ancora peccatori, Cristo è morto per noi. A maggior ragione ora, giustificati nel suo sangue, saremo salvati dall'ira

per mezzo di lui. Se infatti, quand'eravamo nemici, siamo stati riconciliati con Dio per mezzo della morte del Figlio suo, molto più, ora che siamo riconciliati, saremo salvati mediante la sua vita. Non solo, ma ci gloriamo pure in Dio, per mezzo del Signore nostro Gesù Cristo, grazie al quale ora abbiamo ricevuto la riconciliazione.

## ACCLAMAZIONE AL VANGELO

**Dal Vangelo secondo Luca** (23, 32-34)

Insieme con lui venivano condotti a morte anche altri due, che erano malfattori. Quando giunsero sul luogo chiamato Cranio, vi crocifissero lui e i malfattori, uno a destra e l'altro a sinistra. Gesù diceva: "Padre, perdona loro, perché non sanno quello che fanno". Poi dividendo le sue vesti, le tirarono a sorte.

## RIFLESSIONE

*Lettore*

Il luogo del Cranio è il luogo in cui Gesù tocca il fondo delle conseguenze del tradimento subito, accettando di essere crocifisso tra malfattori. Gesù infatti non fugge dalla storia. Non fugge dal mondo.

Non odia il mondo in alcun modo. È anzi la manifestazione dell'amore di Dio per il mondo.

Come potrebbe fuggire? E dunque egli condivide in tutto e per tutto la condizione mondana, con tutte le sue miserie, con tutte le ferite che l'uomo, l'umanità, si porta addosso e dentro di sé.

Gesù condivide fino in fondo tutto questo e lo condivide in modo concreto, reale. Lasciandosi crocifiggere della stessa crocifissione dei malfattori. La differenza sta nell'atteggiamento del cuore: "Padre perdonali..." [...] Gesù condivide la situazione di chi è crocifisso con lui, ma con il cuore aperto al perdono, perché continuamente confrontato con il cuore stesso del Padre.

Permette che gli altri facciano delle sue vesti quello che vogliono. Gesù può rivelare la sua regalità senza bisogno di vesti. Gesù non ne ha più bisogno. È nudo come un verme. Non c'è modo più totale di questo per manifestare l'amore. Certo, un verme può generare disprezzo, come constata il salmista: "Io sono verme, non un uomo, sono il ripudiato, il rifiutato, l'abiezione degli uomini" (Sal 22,7).

Eppure, è questa nudità il modo più grande, il modo più intenso con cui si manifesta la più completa disponibilità all'amore.

## RIFLESSIONE DEL CELEBRANTE

### SEGNO

*Ciascuno dei presenti si reca ai piedi della croce e riceve da un ministro un cordoncino colorato. È il segno dell'amore di Gesù crocifisso che libera dal peccato e ci consegna la responsabilità della fraternità.*



*Lettore*

Come la scia di un bel vascello  
va allargandosi fino a sparire e a perdersi;  
ma comincia con una punta,  
ed è questa punta che viene verso di me.  
E il vascello è il mio stesso Figlio, carico di tutti i peccati del mondo.  
E questa punta sono queste tre o quattro parole:  
*Padre, perdona loro!*  
Ha ben saputo quel che faceva quel giorno,  
mio Figlio che li ama tanto.  
Quando ha messo questa barriera tra loro e me:  
*Padre, perdona loro!*  
Queste tre o quattro parole.  
Come un uomo che si getti un mantello sulle spalle.  
Volto verso di me s'era vestito.  
S'era gettato sulle spalle  
il mantello dei peccati del mondo.  
E ora dietro di lui il peccatore si nasconde al mio volto.  
Si sono ammassati come dei paurosi;  
e chi potrebbe rimproverarli di questo?  
Come timidi passerotti si sono ammassati dietro colui che è forte.  
E mi presentano questa punta.  
E fendono così il vento della mia collera  
e vincono a forza stessa delle tempeste della mia giustizia.  
E il soffio della mia collera non ha nessuna presa  
su questa massa angolare, dalle ali sfuggenti.  
Perché essi mi presentano quest'angolo: *Padre, perdona loro!*  
E io non posso prenderli che sotto quest'angolo.

(C. Peguy)

*In piedi*

## INVOCAZIONI

*Cel.* Carissimi fratelli e sorelle, supplichiamo con fede il Cristo Salvatore,  
che ci ha redenti con la sua Croce:

**Per Crucem et Passionem tuam, libera nos Domine** (*Canone Taizé*)

Cristo, che ti sei umiliato  
assumendo la nostra condizione mortale,  
fa' che la tua Chiesa ti segua  
nella via dell'umiltà e del sacrificio. **R.**

Cristo, che fosti obbediente fino alla morte di croce,  
donaci di imitare la tua obbedienza filiale. **R.**

Cristo, che per la tua morte fosti esaltato da Dio  
e hai ricevuto il nome  
che è al di sopra di ogni altro nome,  
fa' che i tuoi discepoli perseverino nella fede  
fino al giorno della tua venuta. **R.**

Cristo, nel cui nome ogni ginocchio si piega  
nei cieli, sulla terra e sottoterra,  
fa' che gli uomini trovino pace e salvezza  
sotto il tuo giogo soave. **R.**

Cristo, crocifisso e risorto,  
che ogni lingua proclama Signore a gloria di Dio Padre,  
accogli i nostri morti  
nella beatitudine del tuo regno. **R.**

*Cel.* Abbiamo contemplato in Gesù,  
il Cuore misericordioso del Padre,  
a lui ci rivolgiamo perché ci doni gli stessi sentimenti del Figlio:

## PADRE NOSTRO

Padre nostro  
che sei nei cieli,  
sia santificato il tuo nome,  
venga il tuo regno,  
sia fatta la tua volontà,  
come in cielo così in terra.  
Dacci oggi  
il nostro pane quotidiano,  
e rimetti a noi i nostri debiti  
come anche noi li rimettiamo  
ai nostri debitori,  
e non abbandonarci  
alla tentazione,  
ma liberaci dal male.

## PREGHIERA CORALE

*Lettore1*

Tu sei l'amore, o Padre,  
e in te voglio cercare il mio amore.  
Tu sei buono, misericordioso e compassionevole.  
Tu ami e chiami l'uomo alla felicità.  
Insegnami, Padre, ad amare come ami tu,  
a essere fedele nell'amore.  
Insegnami ad aprire i miei occhi all'altro  
e a dimenticare me stesso.



*Lettore2*

Tu sei l'amore, o Cristo Signore,  
tenerezza di Dio nella storia.

Tu sei il cuore spalancato del Padre,  
aperto fino a scoppiare di gioia dall'alto della Croce.

Il tuo amore, Gesù, è amore che salva, che guarisce;  
il tuo amore, Gesù, è la liberazione e il riscatto dell'uomo;  
insegnami, Gesù, amico dell'uomo,  
ad amare come ami tu.

*Lettore3*

Tu sei l'amore, o Spirito di vita,  
amore del Padre e del Figlio.

Tu sei regalo di Dio all'uomo per la salvezza;  
tu sei colui che vivifica, colui che incoraggia e consola.  
Insegnami, Spirito d'amore, ad amare come ami tu.

*Cel.* O Padre, che hai voluto salvare gli uomini con la Croce del Cristo tuo Figlio,  
concedi a noi che abbiamo conosciuto in terra il suo mistero di amore,  
di godere in cielo i frutti della redenzione.  
Per il Nostro Signore Gesù Cristo,  
tuo Figlio che è Dio  
e vive e regna nell'unità dello Spirito Santo  
per tutti i secoli dei secoli.

*Tutti* **Amen.**

## BENEDIZIONE

**CANTO** (*scelto dal repertorio della comunità*)

ADORAZIONE EUCARISTICA  
VOCAZIONALE  
GIOVEDÌ SANTO 2021

# L'Eucaristia: lievito di fraternità

*A cura del Centro Diocesano Vocazioni*



LA FORMA DEL PANE

PRENDIAMO

## “L’EUCARESTIA: LIEVITO DI FRATERNITÀ” ADORAZIONE EUCARISTICA

### AMBIENTAZIONE

*Presso l’altare della reposizione, si dispongono visibilmente i simboli del pane (grano, farina, acqua, lievito e sale) che aiuteranno a comprendere come è possibile, impastati dalla Grazia, diventare noi stessi pane eucaristico, uomini e donne di comunione, fratelli tutti. Se si ritiene opportuno si può deporre un cesto con del pane.*

#### *Guida*

L’adorazione di questa sera, prolungamento della celebrazione eucaristica alla quale abbiamo partecipato nelle ore vespertine, ci invita a inchinarci davanti alla presenza viva di Gesù, così come Lui si è inchinato davanti ai suoi discepoli, nel gesto della lavanda dei piedi, segno della donazione di tutto se stesso, per comunicarci tutto il Suo Amore. Tante volte abbiamo sentito parlare di Gesù come un nuovo Adamo. Lui, fattosi fratello nostro per indicarci la via al Padre, ha voluto ricomporre quella prima fraternità infranta da Caino, il fratricida, come impasto per una fraternità nuova. Nulla sembra più opportuno di un ritorno di Gesù, dello spirito di Gesù che è per eccellenza spirito di fraternità. Egli, conoscendo il cuore degli uomini, sembrò non rassegnarsi a quel limite imposto dalla carne umana che aveva assunto e, prima di morire, volle lasciarci qualcosa che lo moltiplicasse nel tempo e nello spazio: l’Eucaristia, lievito di fraternità. “*Nel segno del pane, spezzato e condiviso, la vita rinasca come canto di fraternità. Abitati dallo Spirito, prendiamo la forma del pane per essere nel mondo artigiani di comunione.*” (Giuseppe Satriano, Arcivescovo)

#### *In piedi*

### CANTO INIZIALE

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

*Tutti* **Amen**

*Sac.* Fratelli, eletti secondo la prescienza di Dio Padre, mediante la santificazione dello Spirito per obbedire a Gesù Cristo e per essere aspersi del suo sangue, grazia e pace in abbondanza a tutti voi.

*Tutti* **E con il tuo spirito.**

### PREGHIAMO INSIEME

Dio nostro, Trinità d’amore,  
dalla potente comunione della tua intimità divina  
effondi in mezzo a noi il fiume dell’amore fraterno.  
Donaci l’amore che traspariva nei gesti di Gesù,  
nella sua famiglia di Nazaret e nella prima comunità cristiana.

Concedi a noi cristiani di vivere il Vangelo  
 e di riconoscere Cristo in ogni essere umano,  
 per vederlo crocifisso nelle angosce degli abbandonati  
 e dei dimenticati di questo mondo  
 e risorto in ogni fratello che si rialza in piedi.  
 Vieni, Spirito Santo! Mostraci la tua bellezza  
 riflessa in tutti i popoli della terra,  
 per scoprire che tutti sono importanti,  
 che tutti sono necessari, che sono volti differenti  
 della stessa umanità amata da Dio. Amen.

*(Papa Francesco, "Fratelli tutti")*

*Seduti*

## I MOMENTO: CHIAMATI A PREPARARE...

*Guida*

Come per la preparazione del pane, abbiamo bisogno di farina, lievito, acqua e sale, così anche noi, come tanti chicchi di grano, macinati, abbiamo bisogno di essere impastati dall'acqua della Grazia di Dio e fermentati dal lievito del Vangelo.

### *Letture 1: IL GRANO*

In verità, in verità vi dico: se il chicco di grano caduto in terra non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto. Chi ama la sua vita la perde e chi odia la sua vita in questo mondo la conserverà per la vita eterna. *(Giovanni 12,24-25)*

### *Letture 2: L'ACQUA*

Poi mise dell'acqua in una bacinella, e cominciò a lavare i piedi ai discepoli, e ad asciugarli con l'asciugatoio del quale era cinto. Si avvicinò dunque a Simon Pietro, il quale gli disse: «Tu, Signore, lavare i piedi a me?» Gesù gli rispose: «Tu non sai ora quello che io faccio, ma lo capirai dopo». Pietro gli disse: «Non mi laverai mai i piedi!» Gesù gli rispose: «Se non ti lavo, non hai parte alcuna con me». *(Giovanni 13:5-8)*

### *Letture 3: IL SALE*

Voi siete il sale della terra; ma se il sale perdesse il sapore, con che cosa lo si potrà render salato? A null'altro serve che ad essere gettato via e calpestato dagli uomini. *(Matteo 5,13)*

### *Letture 4: IL LIEVITO*

Un'altra parabola disse loro: «Il regno dei cieli si può paragonare al lievito, che una donna ha preso e impastato con tre misure di farina perché tutta si fermenti». *(Matteo 13,33)*

## PER RIFLETTERE...

Il pane, cibo primario e insostituibile, segno di benessere e vitalità è il segno che Gesù ha scelto per rimanere, come presenza reale, in mezzo al suo popolo. Il pane, materia



prima che, trasformata nel Corpo di Cristo, nutre l'anima. Anche chi guadagna dice di riportare il pane a casa. Chi lavora ha la sicurezza di un tozzo di pane. Eppure il pane non è un cibo elaborato, particolare: semplicemente farina e acqua impastati, cucinati. Forse proprio per questo sono il segno che Cristo ha scelto per rendersi nostro cibo, alimento e sostegno, la povertà, la semplicità dei suoi elementi costitutivi. Ma il pane è anche il segno del frumento triturato, reso farina. I vari chicchi uniti tra loro, dopo la macinatura si confondono, si mescolano e l'acqua rende l'impasto utile alla cottura. Proprio come dovrebbe essere per i fedeli, i battezzati che uniti fra loro e cementati dallo Spirito formano la famiglia di Dio, il Corpo di Cristo. Ma come il pane è destinato ad essere spezzato, frazionato per essere consumato, così le nostre energie, le risorse debbono essere condivise. Il gesto dello spezzare il pane è rivelatore di una fraternità, di un'attenzione che io riservo per coloro che amo, per coloro con cui mi sento di entrare in relazione. Difatti il pane eucaristico si chiama comunione, intima unione, fraternità. Il pane è fatto per essere consumato, digerito, entra a far parte del nostro organismo, diventa la benzina del cammino, delle scelte, degli sforzi, delle lotte. Gesù che si dona a noi come pane di vita ha la stessa funzione per la vita spirituale. E' sostegno, forza, alimento, energia. C'è un fatto però, non di secondo ordine, nel procedimento che porta la farina impastata a diventare pane: il lievito, che è indispensabile. Esso, seppellito dalla massa, non scompare ma diventa la forza che fa lievitare tutto, trasformare ogni cosa. Una farina imbevuta d'acqua, senza il lievito non è pronta, adatta, per la cottura. Così la farina della nostra vita se non riceve, l'impulso, la forza del lievito dell'amore e dello Spirito di Dio non è sufficiente a determinare il nutrimento, la trasformazione. "Senza la tua forza nulla è nell'uomo". Se nelle pieghe della vita umana non ci mettiamo la forza, il lievito dell'amore di Dio, resta un piattume inutile. Al contrario, se Dio vive in noi, tutti possiamo trasformarci e saziare la fame di lavoro, la fame di relazioni, la fame di affetti di cui è affamata la società di oggi, il cuore dell'uomo. In questo modo, attraverso di noi, Dio diventa alimento per ogni fame umana, diventa sazietà, nutrimento vero e sostanziale. Noi lievito di fraternità nel mondo contemporaneo per sfamare e alimentare, per condividere e donare la forma trasformante dell'amore.

## CANONE

*Pausa di silenzio*

## II MOMENTO: CHIAMATI A CELEBRARE

*Guida*

Quel pane, ben preparato è pronto per essere cotto. Sui nostri altari il fuoco dello Spirito consacra e trasforma quel pane in Corpo di Cristo perché possiamo perpetuare il memoriale della Sua Pasqua e celebrare la nostra salvezza. Anche noi, trasformati dallo Spirito Santo siamo chiamati a diventare Eucarestia, pane consacrato, spezzato e donato sulle tavole del mondo.

## Dalla Prima lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi (11,23-26)

Io, infatti, ho ricevuto dal Signore quello che a mia volta vi ho trasmesso: il Signore Gesù, nella notte in cui veniva tradito, prese del pane e, dopo aver reso grazie, lo spezzò e disse: «Questo è il mio corpo, che è per voi; fate questo in memoria di me». Allo stesso modo, dopo aver cenato, prese anche il calice, dicendo: «Questo calice è la nuova alleanza nel mio sangue; fate questo, ogni volta che ne bevete, in memoria di me». Ogni volta infatti che mangiate di questo pane e bevete di questo calice, voi annunziate la morte del Signore finché egli venga.

*Pausa di silenzio*

*In piedi*

## PREGHIAMO

*Tutti* **Tu, Padre ci hai donato il tuo Figlio,  
noi ti benediciamo e ti lodiamo!**

*Sac.* È veramente cosa buona e giusta  
renderti grazie e innalzare a te  
l'inno di benedizione e di lode,  
Dio onnipotente ed eterno,  
per Cristo Signore nostro.  
Nell'ultima cena con i suoi Apostoli,  
egli volle perpetuare nei secoli  
il memoriale della sua passione  
e si offrì a te, Agnello senza macchia,  
lode perfetta e sacrificio a te gradito.

*Tutti* **Tu, Padre ci doni ancora il tuo Figlio  
come cibo di vita eterna!**

*Sac.* In questo grande mistero tu nutri e santifichi i tuoi fedeli, perché una sola fede illumini e una sola carità riunisca l'umanità diffusa su tutta la terra.

*Tutti* **Tu, Padre, ci doni lo Spirito Santo,  
perché impariamo a donare anche noi la vita!**

*Sac.* E noi ci accostiamo a questo sacro convito,  
perché l'effusione del tuo Spirito  
ci trasformi a immagine della tua gloria.  
Per questo mistero di salvezza  
il cielo e la terra si uniscono in un cantico nuovo di adorazione e di lode,  
e noi con tutti gli angeli del cielo  
proclamiamo senza fine la tua gloria.

*Tutti* **Santo è il Signore Dio, Trinità d'amore, benediciamo il suo nome!**

*(dal prefazio della SS. Eucaristia II)*



## CANONE

*Seduti*

*Pausa di silenzio*

### III MOMENTO: CHIAMATI A CONDIVIDERE...

*Guida*

“L’Eucarestia fa la Chiesa”. Solo nutrendoci di questo Pane di vita possiamo realmente essere Chiesa, popolo di convocati, di chiamati e di inviati. Lasciamoci abitare da Cristo per prendere anche noi la forma del pane e così dare noi stessi da mangiare.

**Dal Vangelo secondo Marco (6,34-44)**

In quel tempo, Gesù vide molta folla e si commosse per loro, perché erano come pecore senza pastore, e si mise a insegnare loro molte cose. Essendosi ormai fatto tardi, gli si avvicinarono i discepoli dicendo: “Questo luogo è solitario ed è ormai tardi; congedali perciò, in modo che, andando per le campagne e i villaggi vicini, possano comprarsi da mangiare”. Ma egli rispose: “Voi stessi date loro da mangiare”. Gli dissero: “Dobbiamo andar noi a comprare duecento denari di pane e dare loro da mangiare?”. Ma egli replicò loro: “Quanti pani avete? Andate a vedere”. E accertatisi, riferirono: “Cinque pani e due pesci”. Allora ordinò loro di farli mettere tutti a sedere, a gruppi, sull’erba verde. E sedettero tutti a gruppi e gruppetti di cento e di cinquanta. Presi i cinque pani e i due pesci, levò gli occhi al cielo, pronunciò la benedizione, spezzò i pani e li diede ai discepoli perché li distribuissero; e divise i due pesci fra tutti. Tutti mangiarono e si sfamarono, e portarono via dodici ceste piene di pezzi di pane e anche dei pesci. Quelli che avevano mangiato i pani erano cinquemila uomini.

*Pausa di silenzio*

### PER RIFLETTERE...

8. Desidero tanto che, in questo tempo che ci è dato di vivere, riconoscendo la dignità di ogni persona umana, possiamo far rinascere tra tutti un’aspirazione mondiale alla fraternità. Tra tutti: «Ecco un bellissimo segreto per sognare e rendere la nostra vita una bella avventura. Nessuno può affrontare la vita in modo isolato [...]. C’è bisogno di una comunità che ci sostenga, che ci aiuti e nella quale ci aiutiamo a vicenda a guardare avanti. Com’è importante sognare insieme! [...] Da soli si rischia di avere dei miraggi, per cui vedi quello che non c’è; i sogni si costruiscono insieme». Sogniamo come un’unica umanità, come viandanti fatti della stessa carne umana, come figli di questa stessa terra che ospita tutti noi, ciascuno con la ricchezza della sua fede o delle sue convinzioni, ciascuno con la propria voce, tutti fratelli!

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

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

(Papa Francesco "Fratelli tutti")

*In piedi*

## CANTO DI MEDITAZIONE

*Seduti*

## RIFLESSIONE DEL CELEBRANTE

*In piedi*

*Sac.* Macinati, impastati, e trasformati da Cristo, Pane di vita nuova, apriamo il nostro cuore con gratitudine e rivolgliamogli la nostra umile preghiera:  
**Rendici un cuor solo e un'anima sola, Signore.**

Gesù pane di vita, fa della tua Chiesa la comunità di coloro che cercano in tutto la volontà del Padre. Preghiamo.

Gesù pane di vita, sostieni il nostro Papa Francesco, il vescovo Giuseppe e tutti i tuoi ministri, perchè celebrando ogni giorno l'Eucaristia sappiano imitare il mistero d'amore che si avvera nelle loro mani. Preghiamo.

Gesù pane di vita, sostieni la fedeltà di coloro che hai chiamato a seguirti come consacrati. Preghiamo.

Gesù pane di vita, sii forza per gli sposi, affinché possano amarsi come tu ami la chiesa, di amore gratuito, fedele, fecondo. Preghiamo.

Gesù pane di vita, fa' sentire ai giovani la bellezza della tua chiamata ad essere servi del tuo regno. Preghiamo.



Gesù pane di vita, rendici, a tua imitazione, miti ed umili, capaci di far tacere il proprio 'io' egoista, orgoglioso e prepotente. Preghiamo.

Gesù pane di vita, sostieni tutti gli ammalati, perché nutriti dell'Eucarestia e confortati dalla Comunità cristiana, trovino sempre la forza di fare la Tua volontà. Preghiamo.

## PADRE NOSTRO

## CANTO DI ADORAZIONE

*Mentre tutti si inginocchiano, il sacerdote fa l'offerta dell'incenso*

## PREGHIERA PER LE VOCAZIONI

**Dio, Padre di ogni creatura,**

da Te abbiamo ricevuto il dono straordinario della vita:  
rendici generosi nel rispondere alla tua chiamata  
per condividere con i nostri fratelli i "pani" che abbiamo ricevuto.

**Cristo Gesù, fratello nostro,**

che ti sei fatto per noi pane di vita,  
rinnova il prodigio della moltiplicazione dei pani  
e rendi la nostra esistenza un dono e un grazie perenne.

**Spirito Santo, fedele amico**

nel nostro cammino,  
sostienici con la forza del tuo amore  
per annunciare e testimoniare,  
lungo le strade del mondo, la bellezza della vita come vocazione.

**Santa Trinità, Amore eterno ed infinito,**

aiuta le nostre comunità ad accogliere  
il Vangelo della Vocazione,  
a pregare e gioire per la presenza di giovani  
orientati al ministero ordinato e alla vita consacrata. Amen

*(48ª Giornata Mondiale Vocazioni – 2011)*

## CONGEDO

*Sac.* Il Signore ci benedica, ci preservi da ogni male e ci conduca alla vita eterna

*Tutti* **Amen**

*Sac.* Benediciamo il Signore.

*Tutti* **Rendiamo grazie a Dio**

## CANTO DI ADORAZIONE

UFFICIO CATECHISTICO  
DIOCESANO

**LE DOMENICHE  
DI QUARESIMA:  
*Ascolto, Parola,  
Canto, Immagini...***

PREGHIAMO INSIEME  
IN FAMIGLIA ... O IN PARROCCHIA  
CON I FANCIULLI E I RAGAZZI  
DELL'INIZIAZIONE CRISTIANA

---

**GESÙ  
PANE SPEZZATO  
PER TUTTI**

CELEBRAZIONE QUARESIMALE  
IN FAMIGLIA ... O IN PARROCCHIA  
CON I FANCIULLI E I RAGAZZI  
DELL'INIZIAZIONE CRISTIANA

LA FORMA DEL PANE



PRENDIAMO

# UFFICIO CATECHISTICO DIOCESANO

## **LE DOMENICHE DI QUARESIMA: *Ascolto, Parola, Canto, Immagini...***

PREGHIAMO INSIEME  
IN FAMIGLIA ... O IN PARROCCHIA  
CON I FANCIULLI E I RAGAZZI  
DELL'INIZIAZIONE CRISTIANA

quaresima  
pasqua  
2021

Le schede presentate sono state pensate per la preghiera in famiglia, per vivere insieme un breve momento di preghiera e 'lavoro' sulla Parola della domenica, in particolare sui vangeli del Tempo di Quaresima dell'anno B. Lo spazio pensato è quello della casa, una preghiera semplice e creativa da fare in famiglia.

Qualora sarà possibile realizzare questi stessi momenti di preghiera e catechesi proposti, nello spazio della parrocchia o attraverso piattaforme multimediali, si potranno adattare facilmente le stesse schede, trovando delle soluzioni altrettanto creative nei luoghi e negli spazi pensati.

Oltre ai testi per la preghiera e ad una breve meditazione sul Vangelo domenicale, troverete l'indicazione di canti, attività da fare e immagini da disegnare (o colorare), che possono servire soprattutto per i bambini più piccoli o per ragazzi con disabilità cognitive.

Buona Quaresima!

## PRIMA DOMENICA DI QUARESIMA

### CI PREPARIAMO

Scegliamo un luogo tranquillo della casa, dove vivere insieme questo breve momento di preghiera con la Parola. Potremmo decidere di lasciare sempre aperta la Parola, in un angolo della nostra casa, addobbato in maniera sobria, rendendo visibile la pagina del Vangelo domenicale per tutta la settimana.

Se in famiglia ci sono bambini piccoli o ragazzi con disabilità cognitive, possiamo stampare e utilizzare giornalmente un “calendario di Quaresima”. Ogni giorno coloriamo una casella, aiutando così i ragazzi a percepire l'avvicinarsi della Pasqua<sup>1</sup>.

### CI INTRODUCIAMO NELLA PREGHIERA

*Uno dei genitori:* Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

*Insieme:* **Amen.**

*Uno dei genitori:* Ci ritroviamo insieme, davanti a Te, Signore, pieno di amore e misericordia, in questo cammino di Quaresima. Passo dopo passo, vogliamo seguirti, metterci in ascolto della tua Parola, perché ci aiuti a cambiare, e diventare sempre più come te: anche noi pieni di amore e pazienza, gli uni verso gli altri.

*Insieme: (da una preghiera di Madre Teresa di Calcutta)*

Apri i nostri occhi, Signore,  
perché possiamo vedere te  
nei nostri fratelli e sorelle.  
Apri le nostre orecchie, Signore,  
perché possiamo udire le invocazioni  
di chi ha fame, freddo, paura,  
e di chi è oppresso.  
Apri il nostro cuore, Signore,  
perché impariamo ad amarci gli uni gli altri  
come tu ci ami.  
Donaci di nuovo il tuo Spirito Signore,  
perché diventiamo un cuor solo ed un'anima sola,  
nel tuo nome.  
Amen.

---

<sup>1</sup> Da internet sono facilmente scaricabili diversi calendari di questo tipo.  
Per esempio:

 <http://www.padrestefanoliberti.com/2017/02/sulla-quaresima.html>

 <https://www.qumran2.net/indice.php?c=disegni&immagine=4294>

 <https://www.vitadiocesananinerolese.it/junior/il-cammino-di-quaresima-di-vita-junior>



## ASCOLTIAMO

*Un genitore:* Adesso ascoltiamo il Vangelo di Gesù

### Dal Vangelo secondo Marco

In quel tempo, lo Spirito sospinse Gesù nel deserto e nel deserto rimase quaranta giorni, tentato da Satana. Stava con le bestie selvatiche e gli angeli lo servivano. Dopo che Giovanni fu arrestato, Gesù andò nella Galilea, proclamando il vangelo di Dio, e diceva: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete nel Vangelo»

## CANTIAMO

Ora ascoltiamo un canto che ci aiuta ad entrare nel Vangelo di questa domenica e proviamo a cantare anche noi.

## AMORE SENZA MISURA - Testo: M. D'Alessandro / Musica: M. Lieggi

**Ritornello**

SI - GNO - RE VO - GLIA - MO SE - GUIR - TI SUL - LA VI - A DEL VAN - GE - LO.

VO - GLIA - MO CON TE CAM - MI - NA - RE FI - NO AI PIE - DI DEL - LA CRO - CE, PER

ES - SE - RE ^ AV - VOL - TI DAL TU - O IM - MEN SO A - MO - RE.

*Signore vogliamo seguirti  
sulla via del Vangelo.  
Vogliamo con Te camminare  
fino ai piedi della croce,  
per essere avvolti  
dal tuo immenso Amore.*

Gesù Tu sei oasi di pace.  
Il mio cuore ti cerca;  
con Te accanto il mio deserto fiorirà.

*(per i bambini molto piccoli o per i ragazzi con disabilità intellettiva si può proporre una gestualizzazione del canto)*

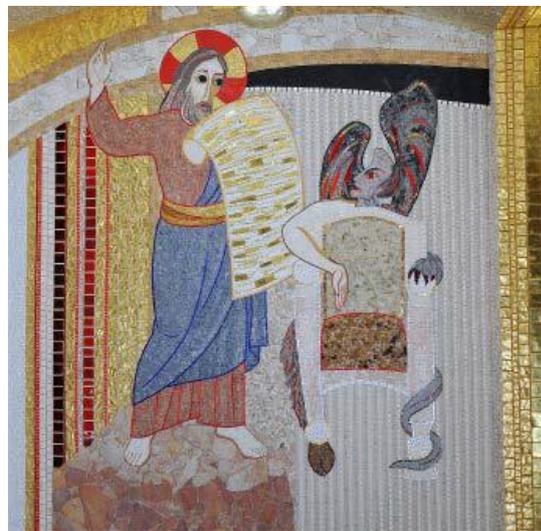
## RIFLETTIAMO

*Breve meditazione per entrare nel vangelo*

Anche la nostra vita personale e familiare è segnata dalle tentazioni che non vengono mai da Dio ma da Satana. Satana anche in questo tempo di pandemia ci tenta a credere che si può vivere senza Dio, senza la preghiera, senza la messa domenicale, senza il legame alla parrocchia e al gruppo degli amici. In questo tempo di Quaresima noi con la forza dello Spirito Santo e con la fede sull'esempio di Gesù dobbiamo imparare a respingere queste tentazioni e accogliere l'invito di Gesù a convertirci e a credere al Vangelo cioè non pretendere che siano gli altri a cambiare ma iniziare da se stessi come genitori e figli a cambiare in meglio nel trovare tempo e spazio per Dio, nell'essere più disponibili al dialogo, a dimostrare affetto e dire grazie mettendo in pratica il Vangelo dell'amore verso Dio e verso il prossimo.

## LAVORIAMO CON L'IMMAGINE

**Mosaico del Centro Aletti: *Satana tenta Cristo nel deserto*** - Cripta della chiesa inferiore di San Pio da Pietrelcina San Giovanni Rotondo (2009). Gesù è vestito di rosso (colore che ci dice che è Dio) e di blu (che ci dice che è anche vero uomo). La sua cintura è d'oro, come le tessere di mosaico alle sue spalle e come i frammenti sulla pergamena che ha in mano (e che regge come uno scudo). L'oro ci ricorda la preziosità e rimanda nuovamente alla bellezza del regno di Dio. Con l'altra mano, Gesù indica in alto verso un arco bianco che, insieme alla punta in alto, sembra formare una croce stilizzata. Gesù si salva e ci salva da



Satana indicando la via della Parola e della Croce. I suoi piedi sono nudi (perché si è spogliato per venire incontro a noi nell'incarnazione), ma sono su una roccia, solida, che è la forza della Parola di Dio, l'amore del Padre, che, come ricorda il Salmo di questa domenica, è sempre fedele. Chi ascolta le sue parole e le mette in pratica è come il saggio che costruisce la casa sulla roccia (Mt 7:24): così è Gesù nella lotta contro il tentatore. Il diavolo tenta Gesù indicandogli un trono, e quindi offrendogli potere, gloria, onore. La sua mano è verso il basso (al contrario di quella di Gesù). Satana è talmente legato a quel trono che sembra diventare tutt'uno con questo potere. Non ha i piedi sulla Roccia, ma si muove nell'aria, senza avere il peso delle cose importanti. Ha dei simboli che nella Bibbia o nelle rappresentazioni classiche normalmente raffigurano il Maligno: colori scuri (nero come il buio del peccato; grigio, rosso come le fiamme dell'inferno); ali (è l'angelo che ha smesso di obbedire a Dio). Mentre la mano che tenta Gesù per ingannarlo è umana, l'altra è una zampa, come quella di un lupo (pronto per ferire e mangiare). Al posto dei piedi, ha una coda di serpente (così appare nel libro della Genesi quando tenta Eva) e una zampa di capra (anche questo animale tradizionalmente associato al male, al contrario della pecora).





Con l'aiuto di piccole domande, si possono aiutare i bambini ad entrare nella figura, e quindi nel Vangelo (in nota qualche indicazione per i genitori).

- *Chi sono le due figure che si vedono?*
- *Di che colore sono?*
- *Come sono i piedi di Gesù e dove sono poggiati?*
- *Come sono i piedi di Satana? Che animali rappresentano?*
- *Che cosa sta indicando Satana? Che cosa sta dicendo, secondo te? (vedi la mano)*
- *Che cosa sta rispondendo Gesù, secondo te? Vedi le mani di Gesù: che cosa fanno?*
- *Riesci a vedere che... una mano indica una croce? Mentre nell'altra, che cosa tiene?*
- *Che cosa rappresenta quel rotolo?*

## RISPONDIAMO AL SIGNORE

### Preghiamo il Salmo

*(tutti insieme, o una strofa per ogni membro della famiglia)*

Fammi conoscere, Signore, le tue vie,  
insegnami i tuoi sentieri.  
Guidami nella tua fedeltà e istruiscimi,  
perché sei tu il Dio della mia salvezza.

Ricòrdati, Signore, della tua misericordia  
e del tuo amore, che è da sempre.  
Ricòrdati di me nella tua misericordia,  
per la tua bontà, Signore.

Buono e retto è il Signore,  
indica ai peccatori la via giusta;  
guida i poveri secondo giustizia,  
insegna ai poveri la sua via.

## PRENDIAMO UN IMPEGNO

Ci impegniamo questa settimana a rileggere ogni giorno una frase del Vangelo o del Salmo, e a chiedere che il Signore con la sua Parola faccia scudo contro le tentazioni.

## CONCLUDIAMO CON UNA PREGHIERA

*Tutti: Padre nostro...*

*Un genitore:* Dio, che ci ama di amore paziente e infinito, ci guidi in questo cammino di Quaresima e doni anche a noi la sua pazienza e il suo amore infinito  
Nel Nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

*Tutti: Amen.*

Si può concludere con l'ascolto di un altro canto, adatto ai bambini:  
È tempo di grazia:

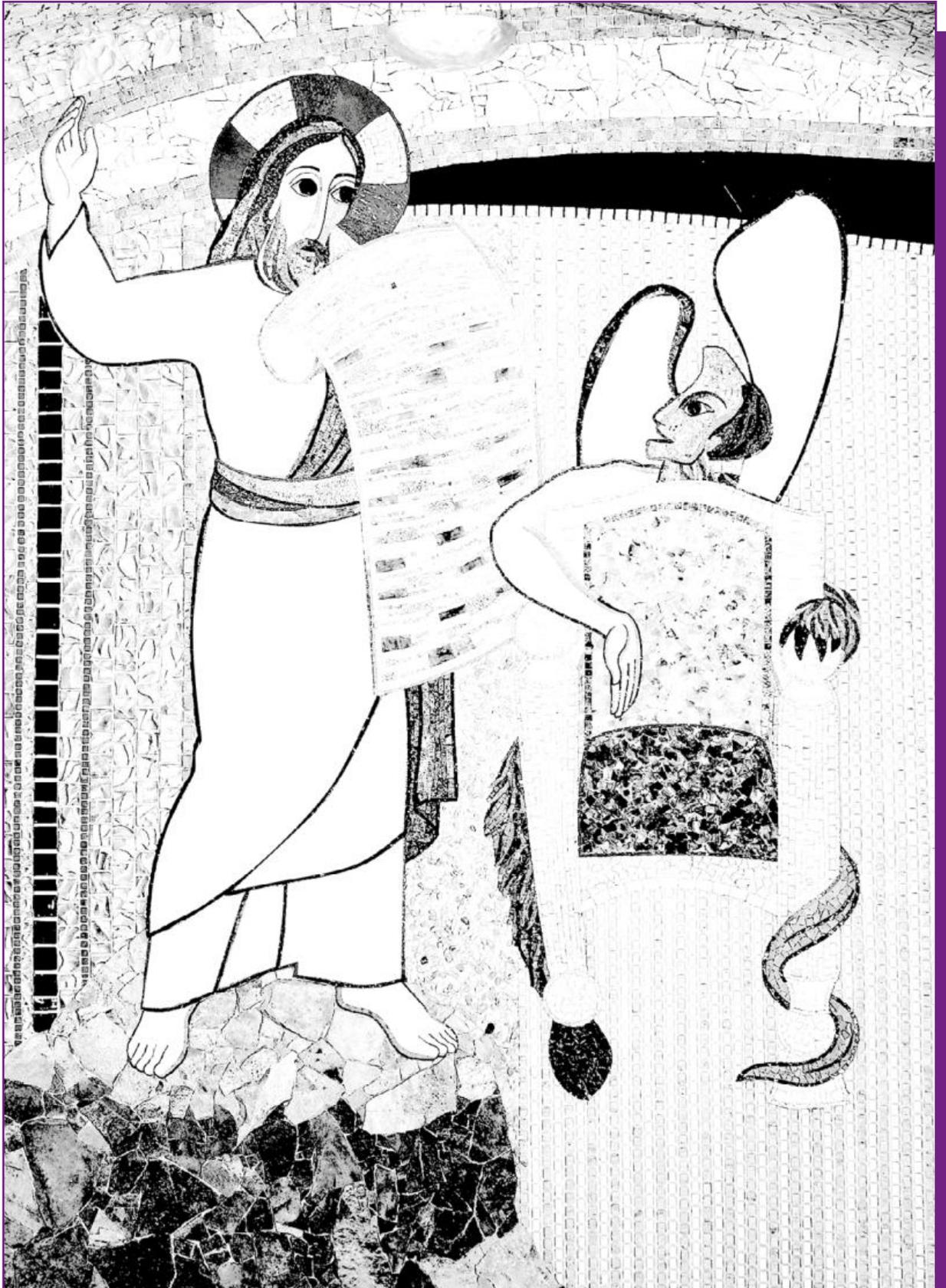
<https://www.youtube.com/watch?v=PeGdAF61ZSw>





# COLORA L'IMMAGINE

Per i bambini molto piccoli o per i ragazzi con disabilità intellettiva si può proporre di colorare l'immagine di riferimento.



quaresima  
pasqua  
2021

## SECONDA DOMENICA DI QUARESIMA

### CI PREPARIAMO

Torniamo nel luogo tranquillo scelto per la preghiera. Apriamo la Parola alla pagina del Vangelo che poi leggeremo (Mc 9, 2-10).

Se in famiglia ci sono bambini piccoli o ragazzi con disabilità cognitive, ricordiamo di colorare il “calendario di Quaresima” di cui abbiamo parlato la Prima domenica.

### CI INTRODUCIAMO NELLA PREGHIERA

*Uno dei genitori:* Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

*Insieme:* **Amen.**

*Uno dei genitori:* Ci ritroviamo insieme, davanti a Te, Signore, pieno di amore e misericordia, in questo cammino di Quaresima. Passo dopo passo, vogliamo seguirti, metterci in ascolto della tua Parola, perché ci aiuti a cambiare, e diventare sempre più come te: anche noi pieni di amore e pazienza, gli uni verso gli altri.

*Insieme: (da una preghiera di Madre Teresa di Calcutta)*

Apri i nostri occhi, Signore,  
perché possiamo vedere te  
nei nostri fratelli e sorelle.  
Apri le nostre orecchie, Signore,  
perché possiamo udire le invocazioni  
di chi ha fame, freddo, paura,  
e di chi è oppresso.  
Apri il nostro cuore, Signore,  
perché impariamo ad amarci gli uni gli altri  
come tu ci ami.  
Donaci di nuovo il tuo Spirito Signore,  
perché diventiamo un cuor solo ed un'anima sola,  
nel tuo nome.  
Amen.

### ASCOLTIAMO

*Un genitore:* Adesso ascoltiamo il Vangelo di Gesù

#### **Dal Vangelo secondo Marco**

In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e li condusse su un alto monte, in disparte, loro soli.

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



conversavano con Gesù. Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: «Rabbì, è bello per noi essere qui; facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». Non sapeva infatti che cosa dire, perché erano spaventati. Venne una nube che li coprì con la sua ombra e dalla nube uscì una voce: «Questi è il Figlio mio, l'amato: ascoltatelo!». E improvvisamente, guardandosi attorno, non videro più nessuno, se non Gesù solo, con loro.

Mentre scendevano dal monte, ordinò loro di non raccontare ad alcuno ciò che avevano visto, se non dopo che il Figlio dell'uomo fosse risorto dai morti. Ed essi tennero fra loro la cosa, chiedendosi che cosa volesse dire risorgere dai morti.

## CANTIAMO

### AMORE SENZA MISURA - Testo: M. D'Alessandro / Musica: M. Lieggi

*Signore vogliamo seguirti  
sulla via del Vangelo.  
Vogliamo con Te camminare  
fino ai piedi della croce,  
per essere avvolti  
dal tuo immenso Amore.*

Gesù Tu sei luce sfolgorante.  
Il mio cuore è pieno di gioia;  
con Te al mio fianco il mio passo sicuro sarà.

(per i bambini molto piccoli o per i ragazzi con disabilità intellettiva si può proporre una gestualizzazione del canto)

## RIFLETTIAMO

*Breve meditazione sul Vangelo*

Nella vita come anche nella fede possiamo essere scarichi e pigri e quindi abbiamo bisogno di ricarica (più dei nostri smartphone), abbiamo bisogno di una luce e una gioia che possiamo trovare nell'incontro con Gesù come hanno vissuto Pietro, Giacomo e Giovanni sul monte della Trasfigurazione.

Gesù ci chiede di uscire dall'abitudine e dalla confusione per stare con Lui (ed è bello stare con Lui) e ascoltarlo anche attraverso quello che ci insegna il Papa (la domenica nella preghiera dell'Angelus e il mercoledì nella catechesi), il vescovo, i sacerdoti, i genitori e i catechisti. Leggi ogni giorno una frase del Vangelo che è sempre una Parola di Gesù bella buona e utile per una ricarica del tuo cuore e della tua giornata.

## LAVORIAMO CON L'IMMAGINE

**Centro Aletti, Trasfigurazione, Cappella del Seminario vescovile di Verona (2012).**

Gesù è nel mezzo, sul monte, dove avviene l'episodio della Trasfigurazione. Risplende vestito di bianco, al centro. Il mantello si muove, come mosso dal vento dello Spirito. Lo sfondo scuro ci ricorda che - nel nostro buio, nel nostro peccato - Cristo splende come luce, come il sole. Con una mano benedice e con l'altra tiene il rotolo della Parola, che ha il suo stesso colore. Lui è la Parola di Dio vivente. Vediamo i piedi di Gesù, nudi, sulle pietre della montagna. Ma anche gli altri personaggi hanno i piedi nudi, perché tutti si sentono a casa. A casa andiamo anche senza scarpe, alle volte.

Dietro, in alto, vicino a Gesù, a destra e sinistra, ci sono Mosè (con in mano le tavole della legge) ed Elia, con il rotolo delle sue profezie (insieme rimandano all'Antico Testamento, che sta più 'dietro'). Davanti abbiamo i discepoli che Gesù ha fatto salire con sé sul monte. Pietro è a destra con le chiavi (del Regno di Dio) e il gallo (ai suoi piedi, per ricordare che anche lui è peccatore; tutti siamo fragili e possiamo sbagliare). Giovanni, il più giovane, a sinistra, con una mano regge il rotolo della parola, mentre l'altra è aperta verso l'alto in atteggiamento di preghiera e accoglienza. Sotto il velo sta Giacomo, che insieme si protegge quasi dalla luce forte di Gesù-sole, e si raccoglie in preghiera, come sotto una tenda. Pietro dirà: è bello stare qui, facciamo tre tende... (e con la mano sembra indicare la terra dove piantare la tenda)



Per i bambini molto piccoli o per i ragazzi con disabilità intellettiva si può proporre in alternativa di colorare l'immagine di riferimento. Con l'aiuto di piccole domande, si possono aiutare i bambini ad entrare nella figura, e quindi nel Vangelo.

- *Cerchiamo di capire chi sono le figure che si vedono. Riesci a trovare innanzitutto Gesù?*
- *Di che colore è vestito? Perché?*
- *Alle sue spalle, invece, di che colore è lo sfondo? Cosa vorrà dire?*



- *Cosa fa Gesù con le mani? Di che colore è il rotolo che ha tra le mani?*
- *Dove ci troviamo? (guarda dove ha i piedi Gesù per capirlo). Come sono i suoi piedi e quelli dei suoi amici? Qualche volta cammini senza scarpe a casa? Perché?*
- *Dietro, in alto, vicino a Gesù, a destra e sinistra, ci due amici di Dio, che sono scesi dal Cielo per stare con Gesù e i suoi apostoli. Sono Mosè ed Elia. Che cosa hanno in mano?*
- *Davanti abbiamo i discepoli, gli amici che Gesù ha fatto salire con sé sul monte.*
- *Come hanno le mani? Che cosa stanno facendo secondo te?*
- *Dove guardano tutti? Perché?*

## RISPONDIAMO AL SIGNORE.

### Preghiamo il Salmo

*(tutti insieme, o una strofa per ogni membro della famiglia)*

Ho creduto anche quando dicevo:

«Sono troppo infelice».

Agli occhi del Signore è preziosa

la morte dei suoi fedeli.

Ti prego, Signore, perché sono tuo servo;

io sono tuo servo, figlio della tua schiava:

tu hai spezzato le mie catene.

A te offrirò un sacrificio di ringraziamento

e invocherò il nome del Signore.

Adempirò i miei voti al Signore

davanti a tutto il suo popolo,

negli atri della casa del Signore,

in mezzo a te, Gerusalemme.

## PRENDIAMO UN IMPEGNO

Ci impegniamo questa settimana a fare ogni giorno una cosa bella gli uni per gli altri, in modo da essere luminosi e felici come Gesù.

## CONCLUDIAMO CON UNA PREGHIERA

*Tutti: Padre nostro...*

*Un genitore:* Dio, che ci ama di amore paziente e infinito, ci guidi in questo cammino di Quaresima e doni anche a noi la sua pazienza e il suo amore infinito  
Nel Nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

*Tutti: Amen.*

Si può concludere con l'ascolto di un altro canto, allegro, adatto ai bambini:

È tempo di grazia:

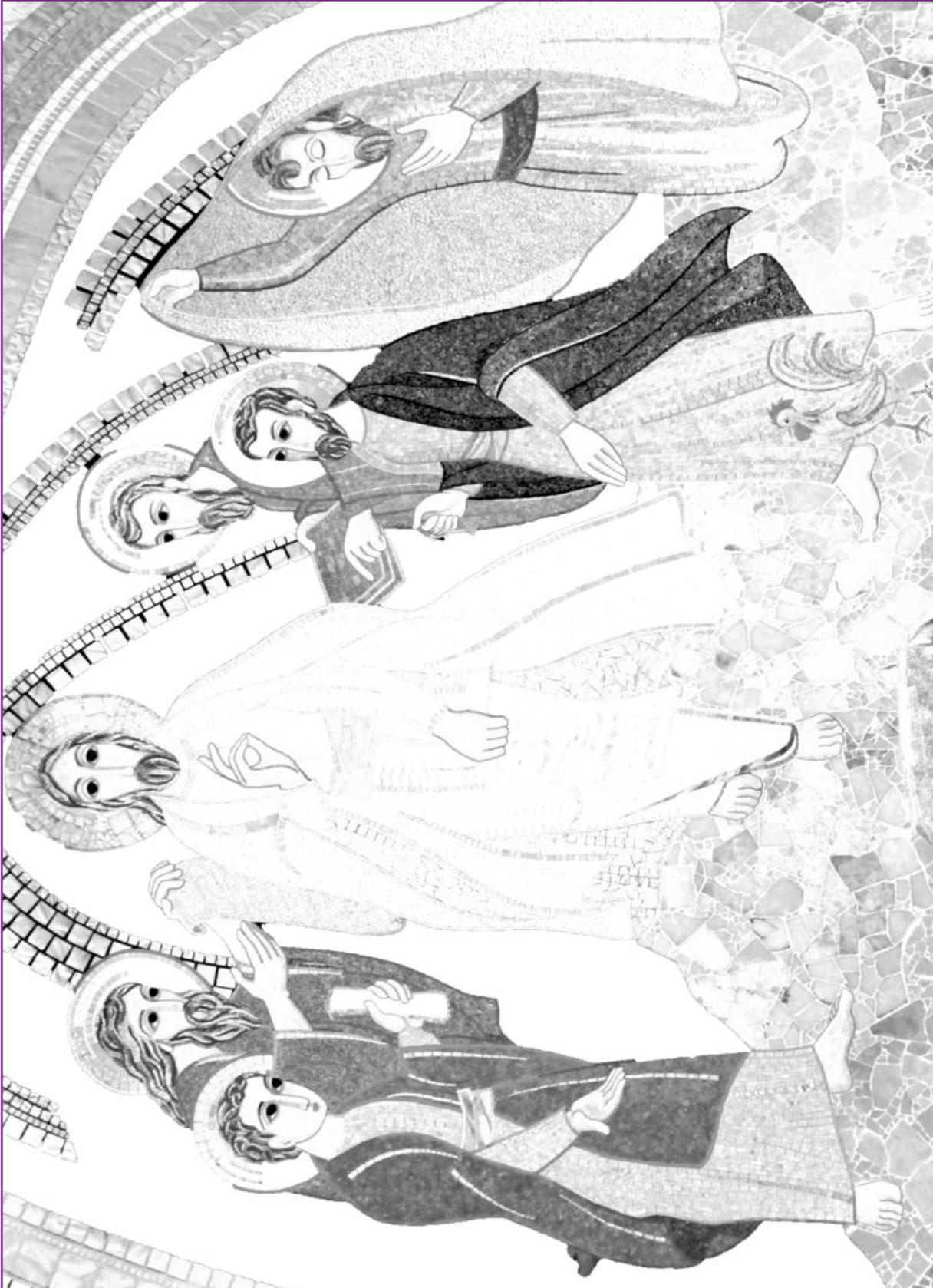
<https://www.youtube.com/watch?v=PeGdAF61ZSw>





## COLORA L'IMMAGINE

Per i bambini molto piccoli o per i ragazzi con disabilità intellettiva si può proporre di colorare l'immagine di riferimento.



LA FORMA DEL PANE

PRENDIAMO

## TERZA DOMENICA DI QUARESIMA

### CI PREPARIAMO

Torniamo nel luogo tranquillo scelto per la preghiera. Apriamo la Parola alla pagina del Vangelo che poi leggeremo (Gv 2, 13-25).

Se in famiglia ci sono bambini piccoli o ragazzi con disabilità cognitive, ricordiamo di colorare il “calendario di Quaresima” di cui abbiamo parlato la Prima domenica.

### CI INTRODUCIAMO NELLA PREGHIERA

*Uno dei genitori:* Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

*Insieme:* **Amen.**

*Uno dei genitori:* Ci ritroviamo insieme, davanti a Te, Signore, pieno di amore e misericordia, in questo cammino di Quaresima. Passo dopo passo, vogliamo seguirti, metterci in ascolto della tua Parola, perché ci aiuti a cambiare, e diventare sempre più come te: anche noi pieni di amore e pazienza, gli uni verso gli altri.

*Insieme: (da una preghiera di Madre Teresa di Calcutta)*

Apri i nostri occhi, Signore,  
perché possiamo vedere te  
nei nostri fratelli e sorelle.

Apri le nostre orecchie, Signore,  
perché possiamo udire le invocazioni  
di chi ha fame, freddo, paura,  
e di chi è oppresso.

Apri il nostro cuore, Signore,  
perché impariamo ad amarci gli uni gli altri  
come tu ci ami.

Donaci di nuovo il tuo Spirito Signore,  
perché diventiamo un cuor solo ed un'anima sola,  
nel tuo nome.

Amen.

### ASCOLTIAMO

*Un genitore:* Adesso ascoltiamo il Vangelo di Gesù

#### **Dal Vangelo secondo Giovanni**

Si avvicinava la Pasqua dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme. Trovò nel tempio gente che vendeva buoi, pecore e colombe e, là seduti, i cambiamonete. Allora fece una frusta di cordicelle e scacciò tutti fuori del tempio, con le pecore e i buoi; gettò a terra il denaro dei cambiamonete e ne rovesciò i banchi, e ai venditori di colombe dis-

se: «Portate via di qui queste cose e non fate della casa del Padre mio un mercato!». I suoi discepoli si ricordarono che sta scritto: «Lo zelo per la tua casa mi divorerà». Allora i Giudei presero la parola e gli dissero: «Quale segno ci mostri per fare queste cose?». Rispose loro Gesù: «Distrugete questo tempio e in tre giorni lo farò risorgere». Gli dissero allora i Giudei: «Questo tempio è stato costruito in quarantasei anni e tu in tre giorni lo farai risorgere?». Ma egli parlava del tempio del suo corpo. Quando poi fu risuscitato dai morti, i suoi discepoli si ricordarono che aveva detto questo, e credettero alla Scrittura e alla parola detta da Gesù. Mentre era a Gerusalemme per la Pasqua, durante la festa, molti, vedendo i segni che egli compiva, credettero nel suo nome. Ma lui, Gesù, non si fidava di loro, perché conosceva tutti e non aveva bisogno che alcuno desse testimonianza sull'uomo. Egli infatti conosceva quello che c'è nell'uomo.

## CANTIAMO

**AMORE SENZA MISURA** - Testo: M. D'Alessandro / Musica: M. Lieggi

*Signore vogliamo seguirti  
sulla via del Vangelo.  
Vogliamo con Te camminare  
fino ai piedi della croce,  
per essere avvolti  
dal tuo immenso Amore.*

Gesù Tu sei Parola di vita.  
La tua legge è dono d'amore;  
con Te nel cuore del santo Spirito tempio sarò.

## RIFLETTIAMO

*Breve meditazione sul Vangelo*

Siamo vicini alla Pasqua Ebraica, durante la quale si festeggiava la liberazione degli Ebrei dalla schiavitù d'Egitto. Tutti si recavano al Tempio per pregare. Gesù non è di certo da meno. Arrivato al Tempio, Gesù si arrabbia tantissimo: inizia a rovesciare i tavoli, usa una frusta di corde per scacciare le persone e gli animali. Ma come mai? Non l'abbiamo mai visto così, di solito lui perdona tutti ed è gentile con le persone, cosa sarà mai successo per farlo infuriare in questa maniera? Deve sicuramente essere una cosa molto grave per farlo reagire così.

Gesù voleva "purificare" la casa del Padre: i farisei l'avevano resa un luogo di mercato, dove si voleva pretendere di comprare l'amore di Dio, dove le persone che volevano pregare venivano addirittura truffate. Non era più un luogo di preghiera, ma un luogo dove fare soldi. Gesù non poteva di certo accettare una situazione del genere, nemmeno con la scusa della Pasqua. Giustamente, l'amore non può essere comprato, non ha niente a che fare con i calcoli e con gli interessi. Dio ci dona il Suo Amore gratuitamente, un amore che arriva fino alla morte: Gesù che muore per salvare noi. Cercare di mercanteggiare con l'amore di Dio significa trattarlo come un commerciante, un assicuratore: io ti do qualche cosa e tu, Dio, mi dai quello che voglio in cambio ed è per questo che Gesù reagisce in modo così deciso



e violento, proprio perché questa è una cosa importantissima per Lui, e dovrebbe esserlo anche per noi: proprio la casa di Dio non può essere profanata in questo modo.

## LAVORIAMO CON L'IMMAGINE

**Mosaico del Centro Aletti: Gesù caccia i mercanti dal tempio, Cripta della chiesa inferiore di San Pio da Pietrelcina San Giovanni Rotondo (FG) (2009).**

Con l'aiuto di piccole domande, si possono aiutare i bambini ad entrare nella figura, e quindi nel Vangelo.

- *Dove si trova questa volta Gesù?*
- *Cosa sta facendo?*



- *Che cosa ha buttato per terra? (riesci a trovare qualche oggetto o qualche animale di cui si parla nel Vangelo?)*
- *Riesci a vedere cosa c'è dietro Gesù? Riconosci degli archi grigi? Perché sono grigi secondo te?*
- *Non ti sembra che Gesù si voglia mettere al posto di quegli archi?*
- *“Gesù è il vero tempio”: che cosa può significare, secondo te?*
- *Non ti sembra che le sue mani stiano quasi prendendo la forma della croce? Perché secondo te?*

## RISPONDIAMO AL SIGNORE

**Preghiamo il Salmo** (tutti insieme, o una strofa per ogni membro della famiglia)

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

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

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

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

## PRENDIAMO UN IMPEGNO

Ci impegniamo questa settimana a mettere da parte un po' di soldi, rinunciando ad una cosa buona, per darli al Parroco per qualche persona che ha più bisogno di noi.

## CONCLUDIAMO CON UNA PREGHIERA

*Tutti: Padre nostro...*

*Un genitore:* Dio, che ci ama di amore paziente e infinito, ci guidi in questo cammino di Quaresima e doni anche a noi la sua pazienza e il suo amore infinito  
Nel Nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

*Tutti: Amen.*

Si può concludere con l'ascolto di un altro canto, allegro, adatto ai bambini:  
È tempo di grazia:

<https://www.youtube.com/watch?v=PeGdAF61ZSw> 





## COLORA L'IMMAGINE

Per i bambini molto piccoli o per i ragazzi con disabilità intellettiva si può proporre di colorare l'immagine di riferimento.



quaresima  
pasqua  
2021

## QUARTA DOMENICA DI QUARESIMA

### CI PREPARIAMO

Torniamo nel luogo tranquillo scelto per la preghiera. Apriamo la Parola alla pagina del Vangelo che poi leggeremo (Gv 3, 14-21).

Se in famiglia ci sono bambini piccoli o ragazzi con disabilità cognitive, ricordiamo di colorare il “calendario di Quaresima” di cui abbiamo parlato la Prima domenica.

### CI INTRODUCIAMO NELLA PREGHIERA

*Uno dei genitori:* Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

*Insieme:* **Amen.**

*Uno dei genitori:* Ci ritroviamo insieme, davanti a Te, Signore, pieno di amore e misericordia, in questo cammino di Quaresima. Passo dopo passo, vogliamo seguirti, metterci in ascolto della tua Parola, perché ci aiuti a cambiare, e diventare sempre più come te: anche noi pieni di amore e pazienza, gli uni verso gli altri.

*Insieme: (da una preghiera di Madre Teresa di Calcutta)*

Apri i nostri occhi, Signore,  
perché possiamo vedere te  
nei nostri fratelli e sorelle.

Apri le nostre orecchie, Signore,  
perché possiamo udire le invocazioni  
di chi ha fame, freddo, paura,  
e di chi è oppresso.

Apri il nostro cuore, Signore,  
perché impariamo ad amarci gli uni gli altri  
come tu ci ami.

Donaci di nuovo il tuo Spirito Signore,  
perché diventiamo un cuor solo ed un'anima sola,  
nel tuo nome.

Amen.

### ASCOLTIAMO

*Un genitore:* Adesso ascoltiamo il Vangelo di Gesù

#### **Dal Vangelo secondo Giovanni**

In quel tempo, Gesù disse a Nicodèmo:

«Come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell'uomo, perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna.

Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna. Dio, infatti, non ha mandato il Figlio nel mondo per condannare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui. Chi crede in lui non è condannato; ma chi non crede è già stato condannato, perché



non ha creduto nel nome dell'unigenito Figlio di Dio.

E il giudizio è questo: la luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno amato più le tenebre che la luce, perché le loro opere erano malvagie. Chiunque infatti fa il male, odia la luce, e non viene alla luce perché le sue opere non vengano riprovate. Invece chi fa la verità viene verso la luce, perché appaia chiaramente che le sue opere sono state fatte in Dio».

## CANTIAMO

### AMORE SENZA MISURA - Testo: M. D'Alessandro / Musica: M. Lieggi

*Signore vogliamo seguirti  
sulla via del Vangelo.  
Vogliamo con Te camminare  
fino ai piedi della croce,  
per essere avvolti  
dal tuo immenso Amore.*

Gesù Tu sei causa di salvezza.  
Il tuo aiuto non mancherà;  
con Te sulla croce il tuo amore mi attira a Te.

(per i bambini molto piccoli o per i ragazzi con disabilità intellettiva si può proporre una gestualizzazione del canto)

## RIFLETTIAMO

*Breve meditazione sul Vangelo*

Siamo oltre la metà del nostro cammino verso la Pasqua e il percorso fatto fin'ora è stato impegnativo. Tutte le cose importanti sono così, tutte quelle per cui vale la pena dare tempo ed impegno.

Il vangelo di questa domenica comincia con un riferimento ad un fatto accaduto tanti secoli prima di Gesù.

Dobbiamo tornare indietro nel tempo, alla liberazione di Israele dalla schiavitù dell'Egitto. Questo popolo, in cammino verso la terra promessa, attraversa il deserto, affronta molti disagi e non sempre riconosce che il Signore lo sostiene, che ha cura di lui. Per questo motivo spesso si lamenta ed arriva quasi ad avere nostalgia del tempo in cui era schiavo. Succede così che, senza di Lui, il popolo è minacciato da serpenti velenosi che uccidono con il loro potente morso. Il Signore allora interviene nuovamente. Ordina a Mosè di costruire un serpente di bronzo e di metterlo su un'asta, in alto: chiunque sarebbe stato morso, guardandolo, avrebbe avuto salva la vita.

Gesù, nel vangelo di oggi, sta parlando con Nicodemo, un fariseo buono e accogliente. Quest'uomo è alla ricerca di verità, incontra il Maestro di notte e con lui parla a lungo. Gesù gli dice: **“Come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il figlio dell'uomo”**. Con queste parole cerca di fargli capire che Lui è la salvezza. Egli donerà la sua vita, una volta innalzato, a tutti coloro che volgeranno lo sguardo a Lui. Il vangelo, poi, prosegue e sottolinea dei verbi da prendere in grande considerazione.

Sono tre verbi che cerco di schematizzare per mostrare quelli che riguardano Dio e, quindi, anche noi.

I verbi sono:

Primo verbo: **Innalzare**: mettere in evidenza, porre in alto, affinché tutti vedano e capiscano il grande dono ricevuto.

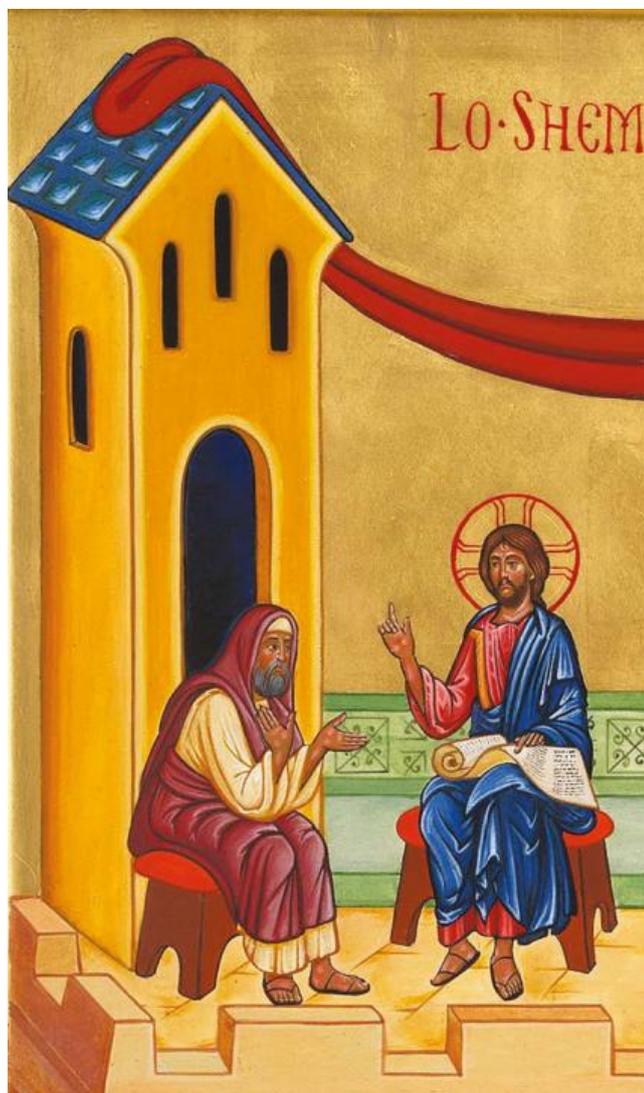
Secondo verbo: **Amare**. Solo Dio sa amare così, totalmente e per primo, senza chiedere nulla in cambio. Tutta la storia della salvezza è storia dell'amore di Dio per noi.

Terzo verbo: **Mandare**. È il Padre che ha mandato il Figlio unigenito, quello che lui ama, affinché il mondo si salvi.

## LAVORIAMO CON L'IMMAGINE

Particolare di Nicodemo di Padre Franco Annicchiario.

Con l'aiuto di piccole domande, si possono aiutare i bambini ad entrare nella figura, e quindi nel Vangelo.



- *Riconosci Gesù? Dove si trova?*
- *Cosa ha in mano? Cosa sta facendo?*
- *La persona con cui sta parlando si chiama Nicodemo, ed era un maestro importante. Secondo te, però, chi sta più in alto nel disegno? Nicodemo o Gesù? Chi è il vero maestro?*



- *Dietro Nicodemo che cosa si vede? Perché lo sfondo dietro Nicodemo è nero, secondo te? (ti può aiutare ricordare quello che abbiamo detto con l'immagine della Trasfigurazione).*
- *Che cosa sta portando, allora, Gesù a Nicodemo, che sta al buio?*

## RISPONDIAMO AL SIGNORE.

Preghiamo il Salmo (*tutti insieme, o una strofa per ogni membro della famiglia*)

Lungo i fiumi di Babilonia,  
là sedevamo e piangevamo  
ricordandoci di Sion.  
Ai salici di quella terra  
appendemmo le nostre cetre.

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

Come cantare i canti del Signore  
in terra straniera?  
Se mi dimentico di te, Gerusalemme,  
si dimentichi di me la mia destra.

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

## PRENDIAMO UN IMPEGNO

Questa settimana ci impegniamo a fare gesti che portano vita, speranza e amore! Gesti che portano luce intorno a noi, gesti che dicono la nostra fede e la nostra accoglienza di Gesù e della sua salvezza (perché non accendere una lampada, nell'angolo dove abbiamo messo la Parola?)

## CONCLUDIAMO CON UNA PREGHIERA

*Tutti:* **Padre nostro...**

*Un genitore:* Dio, che ci ama di amore paziente e infinito, ci guidi in questo cammino di Quaresima e doni anche a noi la sua pazienza e il suo amore infinito  
Nel Nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

*Tutti:* **Amen.**

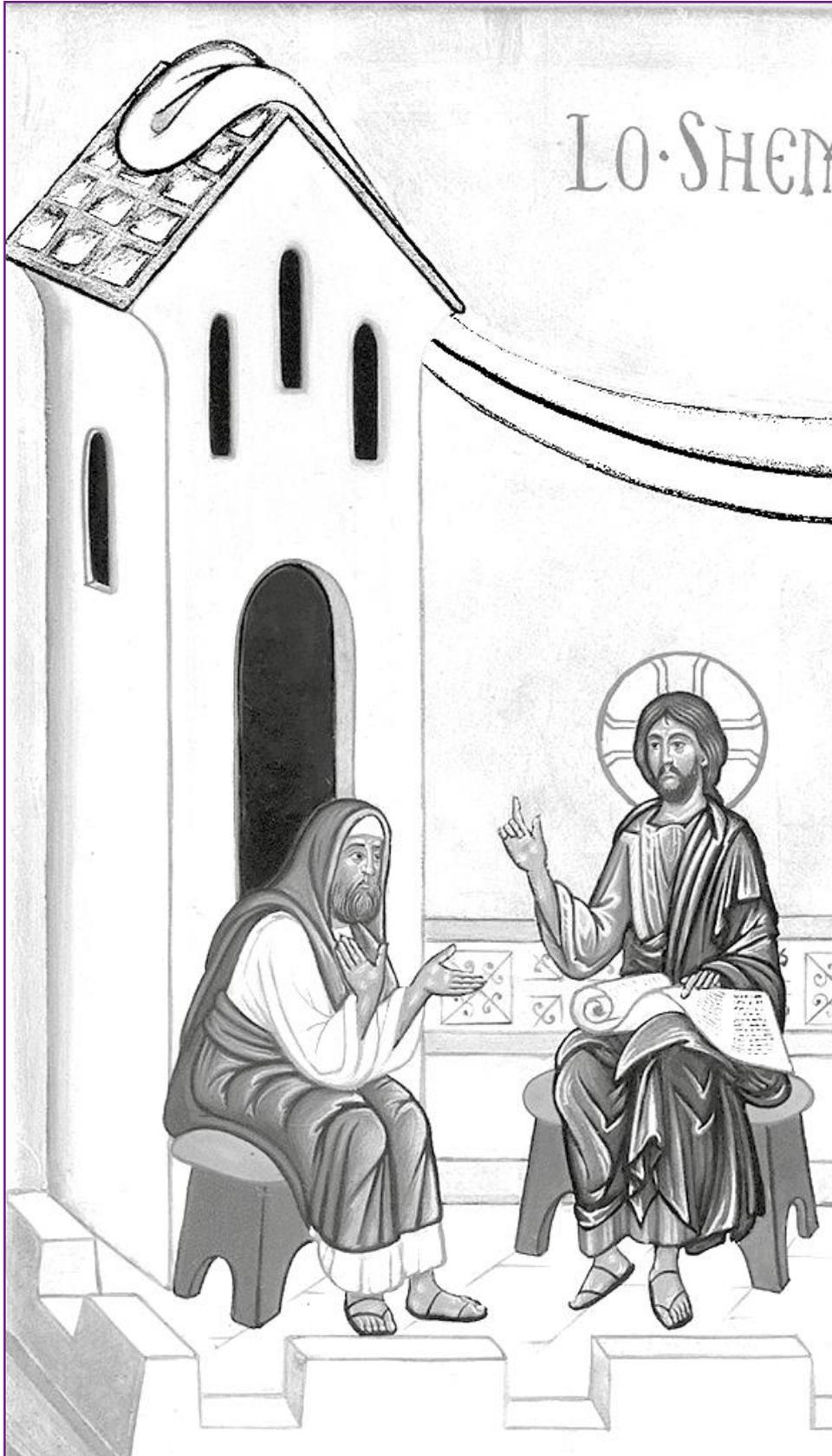
Si può concludere con l'ascolto di un altro canto, allegro, adatto ai bambini:  
È tempo di grazia:

<https://www.youtube.com/watch?v=PeGdAF61ZSw> 



## COLORA L'IMMAGINE

Per i bambini molto piccoli o per i ragazzi con disabilità intellettiva si può proporre di colorare l'immagine di riferimento.



LA FORMA DEL PANE



PRENDIAMO

## QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA

### CI PREPARIAMO

Torniamo nel luogo tranquillo scelto per la preghiera. Apriamo la Parola alla pagina del Vangelo che poi leggeremo (Gv 12, 20-23).

Se in famiglia ci sono bambini piccoli o ragazzi con disabilità cognitive, ricordiamo di colorare il “calendario di Quaresima” di cui abbiamo parlato la Prima domenica.

### CI INTRODUCIAMO NELLA PREGHIERA

*Uno dei genitori:* Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

*Insieme:* **Amen.**

*Uno dei genitori:* Ci ritroviamo insieme, davanti a Te, Signore, pieno di amore e misericordia, in questo cammino di Quaresima. Passo dopo passo, vogliamo seguirti, metterci in ascolto della tua Parola, perché ci aiuti a cambiare, e diventare sempre più come te: anche noi pieni di amore e pazienza, gli uni verso gli altri.

*Insieme: (da una preghiera di Madre Teresa di Calcutta)*

Apri i nostri occhi, Signore,

perché possiamo vedere te

nei nostri fratelli e sorelle.

Apri le nostre orecchie, Signore,

perché possiamo udire le invocazioni

di chi ha fame, freddo, paura,

e di chi è oppresso.

Apri il nostro cuore, Signore,

perché impariamo ad amarci gli uni gli altri

come tu ci ami.

Donaci di nuovo il tuo Spirito Signore,

perché diventiamo un cuor solo ed un'anima sola,

nel tuo nome.

Amen.

### ASCOLTIAMO

*Un genitore:* Adesso ascoltiamo il Vangelo di Gesù

#### **Dal Vangelo secondo Giovanni**

In quel tempo, tra quelli che erano saliti per il culto durante la festa c'erano anche alcuni Greci. Questi si avvicinarono a Filippo, che era di Betsàida di Galilea, e gli domandarono: «Signore, vogliamo vedere Gesù».

Filippo andò a dirlo ad Andrea, e poi Andrea e Filippo andarono a dirlo a Gesù. Gesù rispose loro: «È venuta l'ora che il Figlio dell'uomo sia glorificato. In verità, in verità io vi dico: se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se

invece muore, produce molto frutto. Chi ama la propria vita, la perde e chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna. Se uno mi vuole servire, mi segua, e dove sono io, là sarà anche il mio servitore. Se uno serve me, il Padre lo onorerà. Adesso l'anima mia è turbata; che cosa dirò? Padre, salvami da quest'ora? Ma proprio per questo sono giunto a quest'ora! Padre, glorifica il tuo nome». Venne allora una voce dal cielo: «L'ho glorificato e lo glorificherò ancora!». La folla, che era presente e aveva udito, diceva che era stato un tuono. Altri dicevano: «Un angelo gli ha parlato». Disse Gesù: «Questa voce non è venuta per me, ma per voi. Ora è il giudizio di questo mondo; ora il principe di questo mondo sarà gettato fuori. E io, quando sarò innalzato da terra, attirerò tutti a me». Diceva questo per indicare di quale morte doveva morire.

## CANTIAMO

**AMORE SENZA MISURA** - Testo: M. D'Alessandro / Musica: M. Lieggi

*Signore vogliamo seguirti  
sulla via del Vangelo.  
Vogliamo con Te camminare  
fino ai piedi della croce,  
per essere avvolti  
dal tuo immenso Amore.*

Gesù Tu sei chicco nella terra.  
Il tuo seme produce frutto;  
con Te, mia forza, la mia speranza crescerà

(per i bambini molto piccoli o per i ragazzi con disabilità intellettiva si può proporre una gestualizzazione del canto)

## RIFLETTIAMO

*Breve meditazione sul Vangelo*

La frase del vangelo di oggi **“Se il chicco di grano caduto in terra non muore rimane solo, se invece muore produce molto frutto”** è così vera!!! Se il chicco sotto quella zolla di terra non avesse dato la vita marcendo, non sarebbe potuto germogliare e non avrebbe potuto diventare spiga e poi pane per noi! Sarebbe ancora là tutto solo, triste, infreddolito, rinsecchito, senza vita.

Però attenzione... con quella frase Gesù non vuole dire che dobbiamo morire fisicamente! Lui vuole dire che dobbiamo avere il coraggio di donare tutto a Lui con amore: il nostro tempo, le nostre capacità, i nostri successi o insuccessi, i nostri sacrifici, i nostri desideri... tutto! E cosa bisogna fare per donare tutto a Lui con amore?

Sapete, in ognuno di noi c'è un “uomo vecchio” che vorrebbe farci percorrere la strada sbagliata, quella che non ci porta al Paradiso, e poi c'è anche un “uomo nuovo” che invece ci guida verso la direzione giusta.

Ecco, noi dobbiamo combattere con tutte le nostre forze per far morire questo “uomo vecchio” affinché sia l'“uomo nuovo” a vincere! Gesù, nel vangelo di oggi, ci dice una cosa grandissima: si paragona ad un chicco di grano, ad una cosa piccolissima... Lui non è venuto in terra per rimanere solo, ma per portare molto frutto. Anche Lui è caduto in



terra nella sua passione e morte ma poi, con la sua risurrezione, ha portato frutti grandissimi: la salvezza per tutti gli uomini. La via per portare frutto ce la indica la stessa vita di Gesù, il suo modo di comportarsi, di voler bene, di impegnarsi, di pensare, di preoccuparsi degli altri: Gesù ha vissuto sempre amando gli uomini più di se stesso. La croce è il momento in cui il suo amore raggiunge il punto più alto.

Anche Gesù di fronte al dolore ha paura come ognuno di noi. Ma non scappa, non viene a patti col nemico che è il diavolo, il principe del mondo. Gesù si affida all'amore di suo Padre che dona gloria. Ed il Padre dal cielo dice: "L'ho glorificato e lo glorificherò". Gesù spiega alla gente che quella voce è venuta per loro e non per sé.

E' la voce del Vangelo che dice a tutti, anche a noi, che dobbiamo tenere gli occhi sempre ben aperti, che ci dice di non rimandare al domani... perché è oggi che dobbiamo capire il segreto del chicco di grano che dona la vita per dare frutto!

E... quando mangiamo il pane quotidiano, ricordiamoci che lì dentro c'è l'amore di tanti chicchi di grano macinati per noi.

## LAVORIAMO CON L'IMMAGINE

**Mosaico del Centro Aletti: Vogliamo vedere Gesù, Chiesa di Sant'Eusebio a Cinisello Balsamo (2010).**

Con l'aiuto di piccole domande, si possono aiutare i bambini ad entrare nella figura, e quindi nel Vangelo.

- *Questa volta non c'è Gesù nell'immagine, ma c'è uno dei discepoli, suo amico. Lo riconosci?*



*Da che cosa lo riconosci? (cerca una cosa che lui ha e gli altri no)*

- *L'amico di Gesù (con l'aureola dorata) è Filippo. Le altre persone che stanno nell'immagine non hanno ancora conosciuto Gesù. Osservale bene: cosa fanno con le mani?*
- *Se hai visto con attenzione, avrai notato che due di loro mettono le mani vicino gli occhi, come per cercare di vedere qualcosa che sta lontano. Infatti hanno chiesto a Filippo di vedere Gesù, che non sta lì in quel momento.*
- *Secondo te, che cosa risponde Filippo? (osserva le sue mani)*
- *Nel disegno non si vede, ma se andiamo in questa cappella, si capisce bene che cosa sta indicando Filippo, perché la mano in alto indica verso l'altare, dove sta Gesù crocifisso. Nel passo del Vangelo che abbiamo letto, Gesù è ancora vivo ma dice delle cose che riguardano la sua morte e la sua resurrezione. Ti ricordi cosa dice del seme? Hai mai provato a seminare un seme? Che cosa succede al seme?*

## RISPONDIAMO AL SIGNORE.

Preghiamo il Salmo (*tutti insieme, o una strofa per ogni membro della famiglia*)

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

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

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

## PRENDIAMO UN IMPEGNO

Visto che se ne parla nel Vangelo, proviamo a seminare dei semini? La loro 'morte' e resurrezione ci accompagnerà fino a Pasqua!

## CONCLUDIAMO CON UNA PREGHIERA

*Tutti: Padre nostro...*

*Un genitore:* Dio, che ci ama di amore paziente e infinito, ci guidi in questo cammino di Quaresima e doni anche a noi la sua pazienza e il suo amore infinito  
Nel Nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

*Tutti: Amen.*

Si può concludere con l'ascolto di un altro canto, allegro, adatto ai bambini:  
È tempo di grazia:

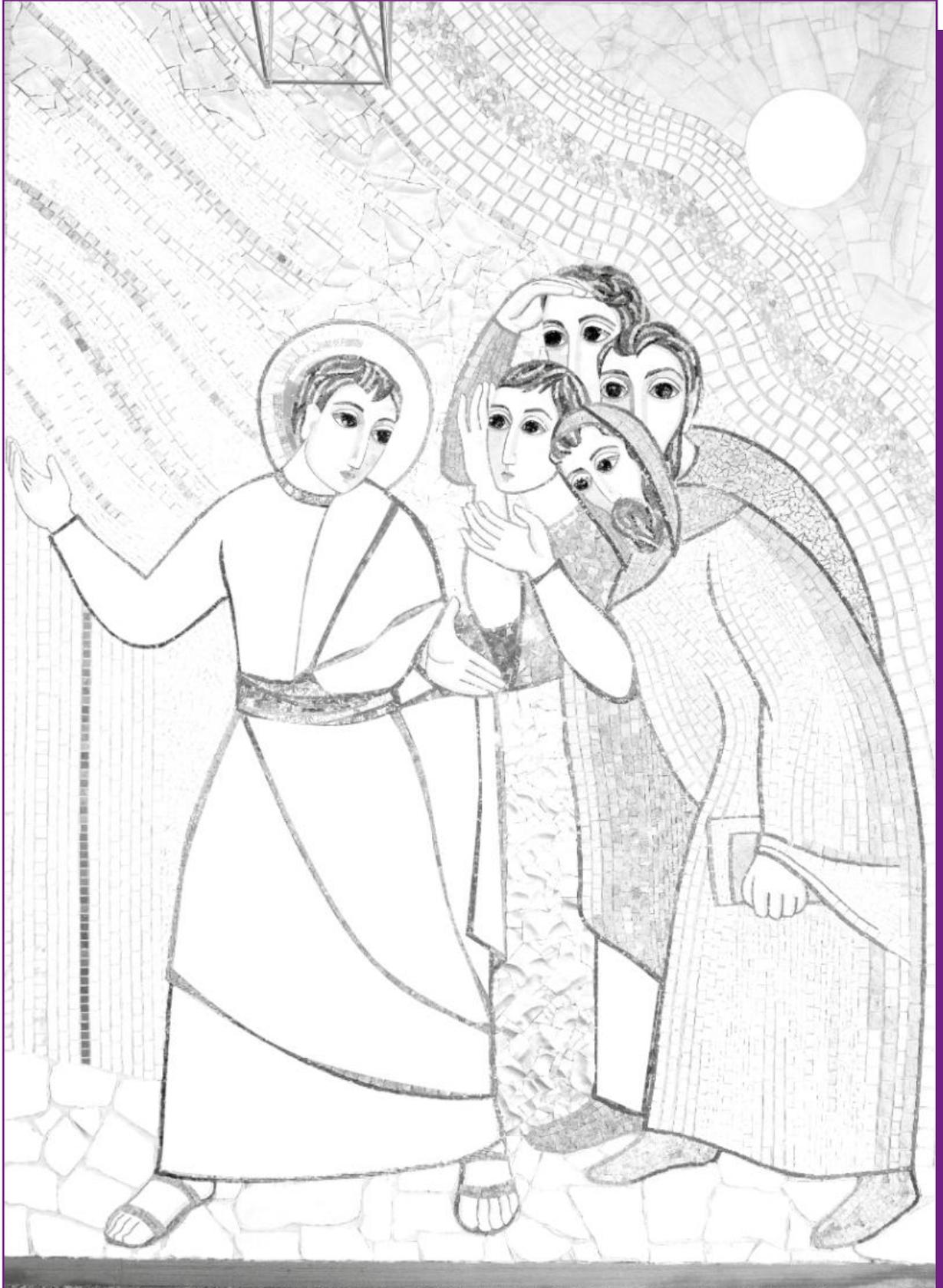
<https://www.youtube.com/watch?v=PeGdAF61ZSw>





## COLORA L'IMMAGINE

Per i bambini molto piccoli o per i ragazzi con disabilità intellettiva si può proporre di colorare l'immagine di riferimento.



# UFFICIO CATECHISTICO DIOCESANO

## GESÙ PANE SPEZZATO PER TUTTI

CELEBRAZIONE QUARESIMALE  
IN FAMIGLIA ... o IN PARROCCHIA  
CON I FANCIULLI E I RAGAZZI  
DELL'INIZIAZIONE CRISTIANA

*“Miei cari la Parola risuonata fa vibrare la vita e nuovamente ci consacra, attraverso questa liturgia, ad essere artigiani di comunione e costruttori di unità. Il ritrovarci insieme, intorno alla mensa del Signore, ci ripropone la sfida eucaristica, ovvero l’invito a prendere la forma del pane, lasciando che Cristo ci abiti mediante il dono della Parola e dell’Eucaristia. Nel segno del pane, spezzato e condiviso, la vita rinasca come canto di fraternità... sia per tutti un segno che dica l’orizzonte, l’impegno, la responsabilità del nostro camminare, dica la bellezza e la semplicità della nostra storia, della nostra terra, della nostra esistenza. Portatelo nella vostra casa, beneditelo con una preghiera, condividetelo e donatelo. Sarà il gesto del condividere a benedire la vostra vita e la vita di chi riceverà questo segno di speranza”.* (dall’ Omelia di S.E. Mons. Giuseppe Satriano, Arcivescovo di Bari-Bitonto, nella Celebrazione Eucaristica per l’inizio del Ministero Pastorale nell’Arcidiocesi. Cattedrale di Bari, lunedì 25 gennaio 2021)

In questo tempo di Quaresima, ancora sotto gli effetti della pandemia, desideriamo proporre un momento di preghiera da vivere in famiglia con i fanciulli e i ragazzi consapevoli che la preghiera è potente antidoto alla tristezza e alla paura. Ci lasciamo guidare dalle splendide sollecitazioni del nostro Pastore, l’Arcivescovo Giuseppe consegnate a tutti noi nella sua prima omelia da Arcivescovo in Cattedrale a Bari.

Alcuni segni scandiranno il tempo della preghiera: sono i segni che richiamano gli elementi indispensabili per la preparazione del pane, e orientano al gusto del Verbo fatto carne per l’umanità e Pane nell’Eucaristia. Dai segni ricaveremo degli atteggiamenti da poter vivere per accogliere con rinnovato entusiasmo il dono grande dell’Eucarestia nella Pasqua di Gesù di cui il pane è segno.

**Guardiamo a Gesù come pane buono e segno di speranza, donato, offerto e spezzato per noi tutti sulla croce ... condiviso e ricevuto per la salvezza del mondo intero, per imparare a costruire nelle piccole cose quella forma eucaristica che ci aiuti ad essere ogni giorno artigiani di comunione e costruttori di unità!!!**

Per la scelta dei testi e dei contenuti ci siamo lasciati ispirare dal Sussidio Liturgico- Pastorale di Avvento/Natale 2020 dell’Ufficio Liturgico Nazionale.



### AMBIENTAZIONE

*La famiglia è raccolta in cucina o in un luogo idoneo della propria abitazione e si dispone nel silenzio ascoltando questo racconto sul pane per favorire il raccoglimento e la preghiera, avendo preparato sul tavolo gli ingredienti per la preparazione del pane: FARINA, ACQUA, SALE, LIEVITO e, una lampada o una candela spenta:*

*Sol.* Il pane è fra i più importanti alimenti dell'uomo. La sua stessa parola "pan" vuol dire "universale". E' sempre stato presente nella vita dell'uomo come nutrimento, facendo parte dell'alimentazione di tutte le culture. Metaforicamente parlando, il pane è anche simbolo del frutto del proprio lavoro, si è soliti dire: "guadagnarsi il pane". Nella Bibbia il pane ha un valore particolare. Sin dall'inizio Dio comandò Adamo a lavorare con fatica per ottenere il pane per sé e per la sua famiglia. Inoltre il pane è sempre stato il segno della benedizione di Dio: Egli dà il pane ai suoi amici, ovvero sia, provvede ai bisogni materiali dei suoi figli. Quindi la presenza del pane sulla tavola degli uomini è sinonimo della Provvidenza di Dio che a nessuno fa mancare il necessario per il suo sostentamento. Molte volte nella Bibbia il pane acquista il senso di quello che alimenta non solo il corpo ma anche l'anima. Ecco perché Gesù dirà "non solo di pane vive l'uomo ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio". Quando Gesù insegnò agli apostoli la preghiera per eccellenza, il Padre Nostro, mise in evidenza l'importanza del pane quotidiano e quindi di pregare Dio per ottenerlo quotidianamente. Per il cristiano chiedere a Dio il "pane" vuol dire, innanzitutto, domandare la sua protezione perché ci doni sempre quello di cui c'è bisogno: il lavoro, il cibo, la salute, la serenità, ecc; e in secondo luogo domandiamo che susciti nel nostro cuore "fame di Dio" per non trascurare la nostra dimensione spirituale e così nutrire la nostra anima.

### INTRODUZIONE ALLA PREGHIERA

*Un membro della famiglia proclama le strofe di questo inno e tutti insieme ripetono il ritornello. Sono le parole del canto "Pane per noi spezzato". All'inizio un componente della famiglia accende la lampada o la candela posta sulla mensa*

*Sol.* Nel nome del Padre, e del Figlio e dello Spirito Santo

*Tutti* Amen

*Sol.* Dio Amore con noi sulla strada,  
Dio Amore Tu guida sicura  
Dio Amore sapienza eterna,  
grande sei Tu per noi.

*Tutti* Pane per noi spezzato,  
vino per noi versato,  
parola per noi fatta carne,  
Dio per noi amore, Dio per noi amore!

*Sol.* Dio Amore a te la preghiera,  
Dio Amore ci apri lo sguardo,  
Dio Amore Tu porti pace,  
grande sei Tu per noi.

*Tutti* Pane per noi spezzato,  
vino per noi versato,  
parola per noi fatta carne,  
Dio per noi amore, Dio per noi amore!

*Sol.* Dio Amore sei cibo che nutre,  
Dio Amore Tu doni speranza,  
Dio Amore sei Tu la pace,  
grande sei Tu per noi.

*Tutti* Pane per noi spezzato,  
vino per noi versato,  
parola per noi fatta carne,  
Dio per noi amore, Dio per noi amore!

## PREGHIAMO

*Sol.* Dio Padre buono  
paziente e misericordioso,  
che rinnovi la tua amicizia con tutti  
disponi in questo meraviglioso tempo di Grazia e di luce  
i nostri cuori all'ascolto attento della tua Parola  
e fa che possiamo crescere  
nella conoscenza e nell'amicizia di Gesù  
vero pane che ci nutre e ci da gioia  
pane santo che dona pace, amore e la forza  
per essere ogni giorno artigiani di comunione e costruttori di unità.  
Egli è Dio, e vive e regna con te,  
nell'unità dello Spirito Santo,  
per tutti i secoli dei secoli.

*Tutti* Amen

## IN ASCOLTO DELLA PAROLA

*Si stava avvicinando la Pasqua, festa in cui gli Ebrei celebravano il ricordo della liberazione dalla schiavitù in Egitto. Gesù sapeva che i capi del popolo cercavano di arrestarlo e di ucciderlo. Per questo ha voluto stare in compagnia dei suoi amici: per aprire il suo cuore e lasciare il suo messaggio d'amore.*

### **Dal Vangelo secondo Luca (22, 14.15.19-20)**

“Quando fu l'ora, Gesù prese posto a tavola e gli apostoli con lui e disse loro: “Ho desiderato ardentemente di mangiare questa Pasqua con voi, prima della mia passione”. Poi, prese il pane, rese grazie, lo spezzò e lo diede loro dicendo: “Questo è il mio corpo



che è dato per voi; fate questo in memoria di me”. Allo stesso modo, prese il calice dicendo: “Questo calice è la nuova alleanza nel mio sangue, che è versato per voi”.

**Breve momento di silenzio ...**

*Sol.* (Gesù): Amici miei,  
è l'ultima volta che celebriamo con voi la Pasqua.  
Questo pane, che oggi spezzo per voi,  
non è soltanto un cibo per il corpo:  
con esso lascio me stesso nelle vostre mani e nei vostri cuori;  
così resterò vicino a ciascuno e a tutti,  
anzi sarò presente dentro di voi.  
Ora che sto per donare completamente la mia vita,  
vi raccomando di amarvi come io ho amato voi.  
Non c'è amore più grande di chi offre la vita per i propri amici.  
E voi sarete miei amici per sempre,  
se vi nutrirete del mio Pane e vi impegnerete a fare del bene agli altri.

*Tutti* Grazie, Gesù, perché hai scelto il pane ...  
... *per farci nutrire di te!*  
Grazie, Gesù, perché hai scelto il pane ...  
... *per essere il cibo della nostra anima!*  
Grazie, Gesù, perché hai scelto il pane ...  
... *alimento semplice che ci insegna a essere semplici!*  
Grazie, Gesù, perché hai scelto il pane ...  
... *alimento umile che ci insegna ad essere umili!*  
Grazie, Gesù, perché hai scelto il pane ...  
... *alimento vitale che ci insegna che senza te non si può vivere!*  
Grazie, Gesù, perché hai scelto una piccola Ostia, fatta di pane ...  
... *affinché nessuno abbia paura di te!*

## PER RIFLETTERE INSIEME ...

### Diventare “pane buono”

Gesù viene nel nostro cuore, diventa pane che si può mangiare perché anche noi possiamo diventare “pane buono” per gli altri e per tutti. Diventare “pane buono” significa diventare bambini e ragazzi con cui è bello stare insieme, che sanno fare amicizia, da prendere ad esempio, anche per i più grandi. Diventare “pane buono”, però non è possibile da soli. Per questo Gesù ci dona la sua forza, prima con il sacramento del perdono e poi con la comunione. Qui di seguito troverai le “istruzioni” per fare di te un “pane buono” per gli altri e per Gesù. Prova a pensare, con i suggerimenti che troverai, se alcuni degli “ingredienti” sbagliati li trovi anche nella tua vita, in ciò che dici ed in ciò che fai.... Se ti fidi e ti affidi a Gesù, anche tu come lui potrai diventare pane buono spezzato per tutti.

### **Gli ingredienti da buttar via ..... per convertirci in pane buono!!!!**

- **Farina ammuffita:** rappresenta quella sottile pigrizia che molte volte non ci fa avere mai voglia di fare nulla, e così lasciamo che siano sempre gli altri a spinger-



si a fare questo o quell'altro, e noi così cerchiamo sempre un modo per evitare di fare qualsiasi cosa.

- **Acqua sporca:** rappresenta il nostro linguaggio colorito fatto a volte di parolacce, discorsi volgari, gestacci, frasi cattive, pettegolezzi inutili. Non fanno bene sia a te e chi ti sta intorno.
- **Peperoncino:** Gusto troppo forte: all'inizio sembra la cosa migliore, whow che forte ma poi ti brucia la lingua, il palato etc etc. Significa disobbedire sempre, fregarsene di Dio, della preghiera, dei consigli dei più grandi. Vivere da sballati ..... e finire per "bruciarsi" e "bruciare" gli altri.
- **Cemento:** Tutto è tuo, deve restare così come è, come piace a te e soltanto a te. Ma se tutto il mondo gira perché sei solo tu a restare fermo lì, bloccato sulle tue idee?
- **Forno rotto:** rappresenta gli amici stupidi che ti aiutano solo a fare cose stupide. Il forno rotto non funziona bene quindi o è troppo caldo (sono quelli che sono sempre agitati per tutto e per tutti) o troppo freddo (sono quelli che non gli va mai bene niente .....).
- **Frullare:** Mischiare tutto all'impazzata, così come viene, senza pensarci, senza pensare mai alle conseguenze delle tue azioni. Eppure, se gli altri facessero così con te, ti piacerebbe? Chi "frulla" la vita non prega mai, perché ha sempre altro da fare ... una volta deve guardare la tv, un'altra deve studiare (ma per poco...), un'altra ha troppo sonno e deve andare a dormire .....

### Gli ingredienti necessari

- ✓ **Farina di prima qualità:** ha un aspetto insignificante, come i piccoli chicchi di grano da cui proviene, ma nasconde un grande tesoro ... la **CONDIVISIONE** delle piccole cose di ogni giorno: questo vuol dire non accontentarsi delle cose fatte male, portare avanti i propri impegni in modo serio, fare ciò che va fatto bene e senza rimandare. Ascoltare ed obbedire alle persone che ti vogliono bene.
- ✓ **Acqua pulita:** è un elemento importante per la vita dell'uomo ... amalgama, crea **UNITA'**: questo vuol dire che dobbiamo riscoprire la bellezza di saper usare pa-



role gentili, consolare chi è triste, pensare prima di parlare senza dire la prima cosa che ci viene in mente che magari può offendere qualcuno

- ✓ **Sale:** È quello che fa la differenza. Il sale significa avere una marcia in più degli altri. ... Il sale della vita è la **FEDE**, la fiducia in Gesù, la preghiera appena sveglio e prima di andare a dormire, l'andare a Messa, ascoltare i tuoi catechisti ed educatori, il don.
- ✓ **Lievito:** è una sostanza che si perde nella pasta, ma ha il potere di farla crescere ... è la **TESTIMONIANZA** che fermenta vita, rende fragrante, profumata la nostra storia, i nostri impegni, le nostre azioni. Nella vita è la voglia di andare agli altri, fare amicizie nuove, aiutare i più timidi, rendere il mondo intorno migliore.
- ✓ **Un buon forno:** andare con persone in gamba, amici veri che ti aiutano ad essere migliori. Persone che sanno "scaldare" e "cuocere" il pane cioè insegnarti cose buone ed utili. Credo che questo "forno" ci ispiri l'atteggiamento di saper **VEDERE IL BENE SEMPRE E VOLERE BENE A TUTTI**.

Un ottimo "forno" sono i santi ... conosci la vita di qualcuno di loro?

- ✓ **Impastare:** Gli ingredienti vanno mescolati bene, con calma e cura. Nella vita questo significa fare le cose con ordine, non volere tutto e subito. Avere un po' di **PAZIENZA**, accettare che gli altri possono sbagliare, ed anche tu puoi sbagliare ... Senza preoccupartene troppo. Un passo per volta ... Il segreto per impastare bene, nella vita, è la preghiera. Pregando tieni vicino al cuore Gesù che ti aiuta a diventare grande nel modo giusto, ordinato!

## SECONDO MOMENTO

### CI PREPARIAMO ATTIVITÀ DA FARE IN FAMIGLIA...

**IL PANE BUONO ... SI SPEZZA ... SI OFFRE ... SI DONA ... SI CONDIVIDE ...**

*Prendi dalla dispensa il pane che trovi, mettilo sul tavolo e come segno di unità, di comunione, di condivisione e di impegno ad essere leale, generoso, etc ... spezzalo in più frammenti e donalo a tuo fratello, a tua madre, a una persona con la quale hai litigato o non ti parli ... sarà il segno del tuo impegno a migliorarti e ad essere come Gesù generoso e buonissimo come il Pane*

*Al termine dell'attività il solista pronuncia la preghiera:*

- Sol.* Dammi oggi, il pane quotidiano ...  
Il pane della speranza, per dare speranza.  
Il pane del sorriso, da trasmettere agli altri.  
Il pane della misericordia, perché possa ricevere e dare perdono.  
Il pane della fraternità, per diventare una cosa sola con i miei fratelli.

**Insieme preghiamo la Preghiera del PADRE NOSTRO....**

## CONSEGNA E IMPEGNO...

*...Anche tu le mani in pasta!!!*

Ora che hai compreso il valore e il significato dei singoli elementi necessari per fare del buon pane sarebbe bello se in questo tempo di preparazione alla Pasqua insieme a mamma e papà mettessi anche tu le mani in pasta per fare il pane e mangiarlo il giorno di Pasqua ricordandoti di *essere come Gesù ogni giorno della tua vita pane buono spezzato per tutti ...*

## PREGHIERA CONCLUSIVA

*Sol.* Signore, il pane dell'uomo  
è diventato pane di Dio, vero pane disceso dal cielo.  
Pane sulla mensa. Cibo per tutti.  
Dono prezioso di vita.  
Pane spezzato, celebrazione festosa dell'unità ritrovata.  
Pane per ogni fame dell'uomo.  
Pane di vita, pane d'amore.

*Tutti* Vieni Gesù, Pane vero disceso dal cielo.  
Avremo in noi la Vita in abbondanza.  
concedici di condividere con gioia  
il banchetto dell'Eucaristia  
e con amore la mensa della famiglia e dei fratelli.  
Gesù Pane spezzato per tutti  
Donaci la grazia di essere come tu ci vuoi.  
Amen

*Sol.* Benediciamo il Signore

*Tutti* Rendiamo grazie a Dio





quaresima  
pasqua  
2021



PROPOSTA DELLA  
PASTORALE GIOVANILE  
NEL TEMPO DI PASQUA

# «I pani del volto»

VIA PANIS

LA FORMA DEL PANE



PRENDIAMO

## «I PANI DEL VOLTO» VIA PANIS

### INTRODUZIONE

Mangiare non è solo un atto biologico che attiene al nutrimento della persona. È anche un fatto culturale. Attorno alla tavola si riunisce la famiglia, ci si riconosce comunità. Condividere il pasto, la tavola è segno di comunione e partecipazione. A tavola si scambia la parola, si offrono i silenzi, ci si esercita nel servizio, si celebra la vita, si scandisce il tempo. Al cibo sono legate le questioni etiche dello spreco e consumismo, della giustizia, dell'ecologia.

La tavola rimanda alla presenza del pane, elemento e alimento essenziale e semplice, profumato di quotidianità, cibo dei poveri, simbolo di unità.

I vangeli ci presentano gli incontri e gli insegnamenti di Gesù a tavola, vissuti sempre nell'ottica del dono di una parola e di una presenza che si fa compagnia dell'uomo, fino a significare nel pane spezzato la sua vita spesa totalmente per la salvezza del mondo.

La Chiesa che celebra il banchetto eucaristico anticipa sacramentalmente la tavola del Regno di Dio che riunirà in uno i popoli della terra.

La *Via Panis* apparecchia per le nostre comunità alcuni momenti conviviali di Gesù raccontati nel Vangelo. L'ascolto della Parola, il segno della luce, la forma del pane, esplicitano l'invito a non sentirsi esclusi e a non escludere nessuno dall'amore di Dio; e così diventare comunità eucaristiche, dove rendimento di grazie e gratuità si ritrovano nelle scelte e azioni di prossimità e solidarietà.

I testi delle meditazioni sono tratti da "Enzo Bianchi, *Spezzare il pane. Gesù a tavola e la sapienza del vivere*, Torino, Einaudi Editore, 2015".

Suggeriamo di proseguire il dialogo e il confronto sui testi della *via panis* nei gruppi di appartenenza, utilizzando la scheda della Ricetta della Convivialità. Si potrà, così, trovare la propria forma del pane, attraverso prassi concrete, attività, esperienze di servizio orientate al bene della comunità e aperte al territorio.

### AMBIENTAZIONE

*Lungo il perimetro dell'aula liturgica, come a formare un cerchio attorno ai banchi, si allestiscono dodici tavole. Su ciascuna di esse vi è un cero acceso e il testo della Scrittura corrispondente.*

*Sarebbe opportuno dotare ogni tavola di un cartello su cui è riportato il nome della stessa.*

*I dodici lettori, durante il canto iniziale, prendono posto alla propria tavola e da lì, proclameranno il brano della Scrittura secondo l'ordine delle tavole.*

#### *Guida*

Nel tempio di Gerusalemme, luogo di incontro tra Dio e il suo popolo, proprio davanti al Santo dei santi, dove la *Shekinah*, la Presenza di Dio, aveva il suo trono e il suo sito, c'era una tavola coperta di oro, preziosa e splendente. Una tavola per Dio? Certo, Dio non mangiava, ma in quel modo si testimoniava che ogni tavola può diventare un pasto al quale Dio è presente. Su questa tavola erano deposti «i pani del volto», cioè dodici pani

posti l'uno sull'altro in due pile da sei, che venivano mangiati ogni sabato dai sacerdoti. Questi pani stavano dinanzi a Dio, quale unica realtà visibile davanti alla tenda che chiudeva il Santo dei santi, dunque testimoniavano la sua Presenza. Chi andava al tempio e cercava la presenza di Dio per contemplarla e adorarla, vedeva quei pani, nient'altro che quei pani: cerco Dio e vedo pane, il pane del Suo volto! E resto convinto che ci sia un filo che collega questi pani del volto al pane eucaristico conservato nelle nostre chiese: purtroppo quest'ultimo non è pane, e sovente è interpretato in modo magico, ridotto a un Cristo «cosificato» ... eppure è il pane del volto del Signore.

(Enzo Bianchi, "Spezzare il pane", 88-89)

## CANTO *(scelto dal repertorio della comunità)*

### SALUTO

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

*Tutti* **Amen.**

*Cel.* Il Signore sia con voi.

*Tutti* **E con il tuo spirito.**

#### *Letto1*

Portiamo ora il pane.

È dono del grano, divenuto farina, impastato con l'acqua e il lievito.

Cotto al fuoco.

Divenuto cibo utile ed essenziale che sfama.

#### *Letto2*

Il profumo del pane è unico come è unico il profumo di ogni gesto di amore.

Il pane spezzato è dono per chi ha fame,

come è dono ogni volta che "spezziamo" il nostro tempo per offrirlo agli altri.

La bontà del pane dà la vita come ci vivifica ogni opera di bene.

### SEGNO

*Dal fondo dell'aula liturgica dodici, tra giovani e adulti, procedono verso l'altare portando ciascuno un pane. Giunti all'altare li presentano all'assemblea. Quindi, ciascuno pone il pane su una delle dodici tavole. L'assemblea canta.*

## SEGNI DEL TUO AMORE *(Gen Rosso - Gen Verde)*

Mille e mille grani nelle spighe d'oro,  
mandano fragranza e danno gioia al cuore.

Quando, macinati, fanno un pane solo:  
pane quotidiano, dono tuo, Signore.



**Ecco il pane e il vino, segni del tuo amore.  
Ecco questa offerta, accoglila Signore:  
Tu di mille e mille cuori fai un cuore solo,  
un corpo solo in te.  
E il Figlio tuo verrà, vivrà  
ancora in mezzo a noi.**

Mille grappoli maturi sotto il sole,  
festa della terra, donano vigore.  
Quando da ogni perla stilla il vino nuovo:  
Vino della gioia, dono tuo, Signore.

## **BENEDIZIONE SUL PANE**

*Cel.* **Benedetto sii Tu, o Signore, nostro Dio,  
Re dell'universo, Tu che ci porti pane dalla terra,  
Tu che ci hai dato e ci darai pane da mangiare,  
e vestiti da indossare, e anni da vivere.**

*Tutti* **Grande Padre, Tu dai al piccolo,  
ci dai secondo i nostri bisogni  
per le nostre case e per i nostri figli.  
Tu ci ascolti e ci rispondi  
e hai pietà di noi,  
per il Tuo Grande Nome,  
siamo piccole anime senza peccato.  
Rendiamo grazie al Signore, perché Egli è buono,  
e la Sua Misericordia dura sempre.  
Rendiamo grazie al Signore, perché Egli è buono,  
e la Sua Misericordia dura sempre.  
Sempre in meglio, mai in peggio,  
mai ci mancherà la tavola del Creatore.  
Amen.**

## **CANONE** *(Taizé)*

**O povertà, fonte di ricchezza!  
Cristo donaci un cuore semplice.**

## I TAVOLA GLI INVITATI AL BANCHETTO

*Cel.* È veramente cosa buona e giusta renderti grazie.

*Tutti* Perché tu, Signore, apri la tua mano e sazi ogni creatura.

### Dal Vangelo secondo Luca (14,1.7-11)

Un sabato si recò a casa di uno dei capi dei farisei per pranzare ed essi stavano a osservarlo. Diceva agli invitati una parabola, notando come sceglievano i primi posti: “Quando sei invitato a nozze da qualcuno, non metterti al primo posto, perché non ci sia un altro invitato più degno di te, e colui che ha invitato te e lui venga a dirti: “Cedigli il posto!”. Allora dovrai con vergogna occupare l’ultimo posto. Invece, quando sei invitato, va’ a metterti all’ultimo posto, perché quando viene colui che ti ha invitato ti dica: “Amico, vieni più avanti!”. Allora ne avrai onore davanti a tutti i commensali. Perché chiunque si esalta sarà umiliato, e chi si umilia sarà esaltato”.

### MEDITAZIONE

Mentre in giorno di sabato sta per entrare in casa di uno dei capi dei farisei per pranzare, Gesù nota un uomo malato di idropisia. Allora lo prende per mano, lo guarisce e lo congeda, anche se deve giustificarsi di fronte agli uomini religiosi, che lo criticano per aver operato una guarigione in giorno di sabato, ribadendo che in quel giorno è lecito curare. Ma Gesù osserva anche come gli invitati a pranzo cercano di sedersi ai primi posti, e consiglia di mettersi all’ultimo posto, per non sentirsi dire che ci si deve spostare più indietro. Esorta inoltre a invitare a pranzo o a cena quelli che non possono contraccambiare, soprattutto i poveri, per non entrare nel terribile meccanismo, sempre interessato, dell’invitare per essere invitati. «Al contrario - afferma - quando offri un banchetto, invita poveri, storpi, zoppi, ciechi; e sarai beato perché non hanno da ricambiarti». Anche se magari questi non accetteranno e rifiuteranno il dono: bisogna esporsi a tale rischio! Invitare qualcuno alla propria tavola è l’occasione di praticare la gratuità, atteggiamento essenziale che precede ogni azione di bontà e di dono.

### PREGHIERA

La fame, Signore, è bisogno primario da soddisfare.

Attesa di un aiuto necessario.

Il pane. Sintetizza ciò che placa ogni nostra fame:

di cibo, comprensione, simpatia, amore.

La vita è attesa continua di pane.

Fa’ che il pane, gratuitamente ricevuto,  
sia condiviso.

Sia appello a trasformarci in un buon pane  
per la fame dei fratelli.



## CANONE *(Taizé)*

**O povertà, fonte di ricchezza!  
Cristo donaci un cuore semplice.**

## II TAVOLA GESÙ E LA TAVOLA CHE ESCLUDE I POVERI

*Cel.* È veramente cosa buona e giusta renderti grazie.

*Tutti* **Perché tu, Signore, apri la tua mano e sazi ogni creatura.**

### **Dal Vangelo secondo Luca (16,19-25)**

C'era un uomo ricco, che indossava vestiti di porpora e di lino finissimo, e ogni giorno si dava a lauti banchetti. Un povero, di nome Lazzaro, stava alla sua porta, coperto di piaghe, bramoso di sfamarsi con quello che cadeva dalla tavola del ricco; ma erano i cani che venivano a leccare le sue piaghe. Un giorno il povero morì e fu portato dagli angeli accanto ad Abramo. Morì anche il ricco e fu sepolto. Stando negli inferi fra i tormenti, alzò gli occhi e vide di lontano Abramo, e Lazzaro accanto a lui. Allora gridando disse: "Padre Abramo, abbi pietà di me e manda Lazzaro a intingere nell'acqua la punta del dito e a bagnarmi la lingua, perché soffro terribilmente in questa fiamma". Ma Abramo rispose: "Figlio, ricòrdati che, nella vita, tu hai ricevuto i tuoi beni, e Lazzaro i suoi mali; ma ora in questo modo lui è consolato, tu invece sei in mezzo ai tormenti.

## MEDITAZIONE

Gesù ha anche parlato della tavola che separa, che divide, che esclude anziché rendere partecipi e commensali. Si pensi alla parabola del povero Lazzaro e del ricco: quest'ultimo è condannato da Gesù non perché mangiava o stava a tavola, ma perché «vestito di porpora e di bisso faceva festa ogni giorno splendidamente», non riuscendo neppure a vedere il povero Lazzaro che «giaceva alla sua porta, coperto di piaghe, bramoso di sfamarsi con quello che cadeva dalla tavola del ricco». Qui sta il male: non nel mangiare, ma nel banchettare sempre. Il ricco della parabola non sa distinguere tra pasti feriali e pasti festivi, entrambi necessari per vivere una vita buona. Più in particolare, la sua colpa è quella di non condividere, di separarsi, escludendo i poveri dalla sua tavola. Questo è imperdonabile per Gesù, che sapeva frequentare i banchetti quando era invitato, ma sapeva anche accontentarsi del pane di ogni giorno, che invocava da Dio e da lui riceveva: Gesù infatti amava la tavola, ma disdegnava quella da cui erano esclusi i poveri, la tavola imbandita senza la preoccupazione della condivisione. Preparare una tavola solo per alcuni, consumare un pasto senza discernere chi ha fame ed è solo, è una contraddizione innanzitutto alla festa, che può essere vissuta soltanto «insieme» e «mai senza l'altro»; ma è anche una contraddizione alla volontà del Signore, che ci dona il cibo perché tutti partecipino alla tavola della terra e nessuno ne sia escluso.

## PREGHIERA

Signore, fa' che sappiamo essere costruttori di pace, ministri della carità.  
Insegnaci ad essere difensori della vita e testimoni della speranza.  
Aiutaci ad essere coerenti nella fede e promotori della giustizia.  
Donaci di diventare collaboratori della gioia attenti al grido dei poveri.  
Perché sappiamo promuovere il bene comune ed essere dono per gli altri.

## CANONE *(Taizé)*

**O povertà, fonte di ricchezza!**  
**Cristo donaci un cuore semplice.**

## III TAVOLA GESÙ E I PASTI CON I PECCATORI PUBBLICI

*Cel.* È veramente cosa buona e giusta renderti grazie.

*Tutti* **Perché tu, Signore, apri la tua mano e sazi ogni creatura.**

### **Dal Vangelo secondo Matteo (9, 9-13)**

Andando via di là, Gesù vide un uomo, chiamato Matteo, seduto al banco delle imposte, e gli disse: “Seguimi”. Ed egli si alzò e lo seguì.

Mentre sedeva a tavola nella casa, sopraggiunsero molti pubblicani e peccatori e se ne stavano a tavola con Gesù e con i suoi discepoli. Vedendo ciò, i farisei dicevano ai suoi discepoli: “Come mai il vostro maestro mangia insieme ai pubblicani e ai peccatori?”. Udito questo, disse: “Non sono i sani che hanno bisogno del medico, ma i malati. Andate a imparare che cosa vuol dire: Misericordia io voglio e non sacrifici. Io non sono venuto infatti a chiamare i giusti, ma i peccatori”.

## MEDITAZIONE

I Vangeli sinottici attestano dei pasti presi da Gesù insieme a gente pubblicamente malfamata, peccatrice, disprezzata, agli scarti della società. Se Gesù è venuto per invitare alla conversione dei peccatori, innanzitutto li va a cercare dove essi sono, e poi stabilisce con loro una comunione umana attorno alla tavola: è così che si crea la situazione in cui si possono instaurare conoscenza reciproca, mutua accoglienza, comunicazione! E siccome questo avveniva abitualmente, i nemici di Gesù finivano per chiamarlo con disprezzo «un mangione e un beone, un amico di pubblicani e di peccatori», e spesso mormoravano dicendo: «Costui accoglie i peccatori e mangia con loro». La verità invece andava colta nell'abbondanza dell'amore di Gesù, che sa cogliere la gratitudine di Levi per averlo ritenuto degno di essere fatto discepolo; che accetta di stare a tavola gioiosamente per festeggiare l'evento di un peccatore che ha detto no al suo passato e si è incamminato su una nuova via; che vuole mostrare la sua capacità di empatia e di amicizia verso tutti, nessuno escluso.



## PREGHIERA

La tua bontà, Signore, cancella le colpe.  
Donaci un cuore nuovo.  
Sei venuto in mezzo a noi  
per fare di tutti gli uomini una grande famiglia.  
Rimani con noi, Signore.  
Hai offerto la tua vita per amore nostro.  
Rimani con noi, Signore.  
Sei risorto per essere  
accanto a noi e condurci  
nella via del bene.  
Rimani con noi, Signore.  
Donaci di cercarti sempre,  
donaci la capacità di riconoscerti in tutti  
e la forza di annunciare che tu sei Signore nostro Dio.

## CANONE *(Taizé)*

**O povertà, fonte di ricchezza!**  
**Cristo donaci un cuore semplice.**

## IV TAVOLA GESÙ A TAVOLA PRESSO GLI UOMINI RELIGIOSI

*Cel.* È veramente cosa buona e giusta renderti grazie.  
*Tutti* **Perché tu, Signore, apri la tua mano e sazi ogni creatura.**

### **Dal Vangelo secondo Luca (7, 36-50)**

Uno dei farisei lo invitò a mangiare da lui. Egli entrò nella casa del fariseo e si mise a tavola. Ed ecco, una donna, una peccatrice di quella città, saputo che si trovava nella casa del fariseo, portò un vaso di profumo; stando dietro, presso i piedi di lui, pian-gendo, cominciò a bagnarli di lacrime, poi li asciugava con i suoi capelli, li baciava e li cospargeva di profumo. Vedendo questo, il fariseo che l'aveva invitato disse tra sé: "Se costui fosse un profeta, saprebbe chi è, e di quale genere è la donna che lo tocca: è una peccatrice!".

Gesù allora gli disse: "Simone, ho da dirti qualcosa". Ed egli rispose: "Di' pure, maestro". "Un creditore aveva due debitori: uno gli doveva cinquecento denari, l'altro cinquanta. Non avendo essi di che restituire, condonò il debito a tutti e due. Chi di loro dunque lo amerà di più?". Simone rispose: "Suppongo sia colui al quale ha condonato di più". Gli disse Gesù: "Hai giudicato bene". E, volgendosi verso la donna, disse a Simone: "Vedi questa donna? Sono entrato in casa tua e tu non mi hai dato l'acqua per i piedi; lei invece mi ha bagnato i piedi con le lacrime e li ha asciugati con i suoi capelli. Tu non mi hai dato un bacio; lei invece, da quando sono entrato, non ha cessato di baciarmi i piedi. Tu



non hai unto con olio il mio capo; lei invece mi ha cosparso i piedi di profumo. Per questo io ti dico: sono perdonati i suoi molti peccati, perché ha molto amato. Invece colui al quale si perdona poco, ama poco”. Poi disse a lei: “I tuoi peccati sono perdonati”. Allora i commensali cominciarono a dire tra sé: “Chi è costui che perdona anche i peccati?”. Ma egli disse alla donna: “La tua fede ti ha salvata; va’ in pace!”.

## MEDITAZIONE

Non sempre la tavola alla quale Gesù è invitato diventa luogo di vera accoglienza, di ascolto di Gesù e dunque di comunione. Egli, infatti, accoglieva l’invito a tavola da parte di tutti: da parte di peccatori, ma anche da parte di “giusti” osservanti, i farisei. Era ritenuto un rabbì famoso, e la curiosità spingeva dei farisei a ospitarlo nella loro casa: ed egli accetta. Chi invita Gesù è un fariseo di nome Simone. Gesù entra nella sua casa, ma l’ospite che offre quel pasto si mostra subito riservato nei suoi confronti: vuole Gesù a tavola, ma senza compiere gesti d’amore verso di lui. Nei banchetti solenni era usanza che il padrone di casa salutasse con un bacio l’ospite per cui offriva il banchetto, che i servi gli lavassero i piedi e che fosse versata sui capelli dell’ospite una goccia di profumo. Era un rito di accoglienza segnato da attenzione, affetto, volontà di onorare l’ospite. Ma Simone non fa nulla di tutto questo per Gesù... Ed ecco, entra in quella casa una donna innominata, conosciuta da tutti come «una peccatrice», dunque una prostituta, che compie per Gesù i gesti che egli avrebbe dovuto ricevere in qualità di ospite. Qui la tavola è diventata luogo di contraddizione: colui che ha invitato Gesù non è stato un ospite alla sua altezza, non ha capito nulla, non entrato in comunione con lui; lei che invece è entrata nella casa, non invitata e di soppiatto, ma con Fede e Amore, ha ottenuto l’amore di Gesù. Sì, la tavola non è per tutti un luogo di comunione: dipende da come si sta tavola con gli altri commensali, dal desiderio di comunione con loro, e dalla volontà di celebrare con il pasto, con il banchetto, l’incontro, la fraternità, l’amicizia.

## PREGHIERA

Signore Gesù,  
 benedici tutti coloro che offrono ospitalità.  
 Fa’ che abbiano sempre posto per i poveri  
 e per i viaggiatori in cammino.  
 Dà loro il coraggio e la forza  
 di accogliere tutti i loro ospiti  
 e fa’ che ricordino  
 che tutto quello che avranno fatto per loro  
 l’avranno fatto per Te.  
 Gesù mio,  
 benedici tutti coloro che danno ospitalità.  
 Lo Spirito Santo dica loro  
 che saranno bene accetti e privilegiati  
 nel Regno dei Cieli  
 che ospita tanta gente,  
 e soprattutto i più poveri fra i poveri.  
 Amen.

(*Santa Teresa di Calcutta*)

## CANONE *(Taizé)*

**O povertà, fonte di ricchezza!  
Cristo donaci un cuore semplice.**

## V TAVOLA GESÙ A TAVOLA PRESSO GLI AMICI

*Cel.* È veramente cosa buona e giusta renderti grazie.

*Tutti* **Perché tu, Signore, apri la tua mano e sazi ogni creatura.**

### **Dal Vangelo secondo Giovanni (12, 1-3)**

Sei giorni prima della Pasqua, Gesù andò a Betània, dove si trovava Lazzaro, che egli aveva risuscitato dai morti. E qui fecero per lui una cena: Marta serviva e Lazzaro era uno dei commensali. Maria allora prese trecento grammi di profumo di puro nardo, assai prezioso, ne cosparses i piedi di Gesù, poi li asciugò con i suoi capelli, e tutta la casa si riempì dell'aroma di quel profumo.

## MEDITAZIONE

Abbiamo anche cenni di uno stare a tavola di Gesù con amici che lo accolgono con premura, gli offrono la casa per riposarsi e per riprendere le forze nel suo cammino verso la Pasqua. Il Vangelo secondo Giovanni, in due episodi ci parla dell'amicizia di Gesù con Marta, Maria e Lazzaro e ci testimonia che costoro offrono a Gesù una cena, l'ultima prima della sua passione. Questi amici sono suoi commensali, ed è così grande l'affetto che li lega a lui, che Maria unge di profumo preziosissimo i piedi di Gesù, «e tutta la casa si riempì dell'aroma di quel profumo». Straordinario: una cena di amici, l'ultima cena insieme, in cui il profumo che si spande è segno di quell'affetto che non troverà nessun limite, ma sarà addirittura più forte della morte. Ed ecco la promessa riservata da Gesù a questo gesto, secondo i sinottici: «Amen, io vi dico: dovunque sarà proclamato il Vangelo, per il mondo intero, in memoria di lei si dirà anche quello che ha fatto». Si annuncerà la morte e la passione del Signore rifacendo i gesti di Gesù sul pane e sul vino «in memoria di lui», ma si annuncerà anche ciò che questa donna ha fatto per Gesù, «in memoria di lei». Memoria dell'amore di Gesù per gli amici, memoria dell'amore degli amici per Gesù!

## PREGHIERA

Signore Gesù che ti sei fatto Pane per noi,  
aiutaci a crescere nel tuo nome.

Fa' che come il grano sappiamo donare la nostra vita per il bene e l'amore.

Fa' che rimaniamo uniti come la farina.

Donaci di diventare buon pane ogni giorno per donare affetto, amicizia, carità.

## CANONE *(Taizé)*

**O povertà, fonte di ricchezza!  
Cristo donaci un cuore semplice.**

## VI TAVOLA LE NOZZE DI CANA

*Cel.* È veramente cosa buona e giusta renderti grazie.

*Tutti* Perché tu, Signore, apri la tua mano e sazi ogni creatura.

### Dal Vangelo secondo Giovanni (2, 1-11)

Il terzo giorno vi fu una festa di nozze a Cana di Galilea e c'era la madre di Gesù. Fu invitato alle nozze anche Gesù con i suoi discepoli. Venuto a mancare il vino, la madre di Gesù gli disse: "Non hanno vino". E Gesù le rispose: "Donna, che vuoi da me? Non è ancora giunta la mia ora". Sua madre disse ai servitori: "Qualsiasi cosa vi dica, fatela". Vi erano là sei anfore di pietra per la purificazione rituale dei Giudei, contenenti ciascuna da ottanta a centoventi litri. E Gesù disse loro: "Riempite d'acqua le anfore"; e le riempirono fino all'orlo. Disse loro di nuovo: "Ora prendetene e portatene a colui che dirige il banchetto". Ed essi gliene portarono. Come ebbe assaggiato l'acqua diventata vino, colui che dirigeva il banchetto - il quale non sapeva da dove venisse, ma lo sapevano i servitori che avevano preso l'acqua - chiamò lo sposo e gli disse: "Tutti mettono in tavola il vino buono all'inizio e, quando si è già bevuto molto, quello meno buono. Tu invece hai tenuto da parte il vino buono finora".

Questo, a Cana di Galilea, fu l'inizio dei segni compiuti da Gesù; egli manifestò la sua gloria e i suoi discepoli credettero in lui.

## MEDITAZIONE

È straordinario che Gesù abbia scelto come prima azione significativa di fornire vino, il vino dell'alleanza, il vino dell'amore. Il rapporto che Gesù aveva con il vino non era il rapporto di un nazireo, un asceta che si asteneva dal vino. E in questo, Gesù non seguiva neppure il suo amato maestro e profeta Giovanni il Battista, che non beveva vino né bevande inebrianti. Gesù sapeva che il vino è un grande dono fatto da Dio all'umanità, dono che genera gioia e consente di celebrare l'amore, di cantare l'amicizia; sapeva che è un'arte bere il vino nei banchetti, con gli amici, mentre in sottofondo vi sono la musica e i canti. Dobbiamo dirlo: Gesù è stato chiamato «mangione e beone» proprio perché non disdegnava di stare a tavola e di brindare con chi lo aveva invitato e con gli altri commensali. Già all'inizio del suo ministero, dunque, Gesù ha bevuto vino buono e abbondante, con gli invitati a nozze; poi la sera di Pasqua ha bevuto con i suoi amici il vino del «passaggio», della Pasqua; e un giorno, nel regno, berrà il vino nuovo con noi tutti. Il messaggio portato da Gesù è buona e bella notizia: essendo lui lo Sposo, finché c'è lo Sposo si brinda; poi, quando sarà tolto e se ne andrà, chiederà di sperare di bere vino nuovo, tutti insieme, in un banchetto senza fine. Ancora oggi un discepolo di Gesù dovrebbe saper bere un vino squisito con gioia e rendimento di grazie per celebrare l'amore, l'amicizia, la relazione ritrovata, dovrebbe saper brindare alla vita e perfino a Gesù, che ha donato la vita in pienezza. Saper bere così è un atto di memoria e di amore.



## PREGHIERA

Tu, Signore Gesù, unica spiga, ti sei fatto nostro pane.  
Finirono i cinque pani da te spezzati per sfamare la gente affamata.  
Ma il pane tuo, il pane nuovo, più lo spezzi e più si moltiplica.  
A Cana ricolmastì le giare di vino squisito e ne bevvero i convitati;  
e finì, benché fosse abbondante.  
Ma il tuo calice contiene tutti i vini: la bevanda del tuo sangue  
sostiene e rallegra la vita.  
Unico è il pane che spezzi senza limite,  
unico è il calice in cui meschi il vino senza fine.  
Tu, o Cristo, grano seminato per tre giorni nella terra,  
sei germinato e riempi di te il granaio della vita.  
Tu, o Cristo, col tuo sangue versato,  
hai purificato gli uomini e fecondato la terra.

(Sant'Efrem)

## CANONE (Taizé)

**O povertà, fonte di ricchezza!  
Cristo donaci un cuore semplice.**

## VII TAVOLA GESÙ E IL DIGIUNO

*Cel.* È veramente cosa buona e giusta renderti grazie.  
*Tutti* **Perché tu, Signore, apri la tua mano e sazi ogni creatura.**

### **Dal Vangelo secondo Marco (2, 23-28)**

Avvenne che di sabato Gesù passava fra campi di grano e i suoi discepoli, mentre camminavano, si misero a cogliere le spighe. I farisei gli dicevano: “Guarda! Perché fanno in giorno di sabato quello che non è lecito?”. Ed egli rispose loro: “Non avete mai letto quello che fece Davide quando si trovò nel bisogno e lui e i suoi compagni ebbero fame? Sotto il sommo sacerdote Abiatà entrò nella casa di Dio e mangiò i pani dell’offerta, che non è lecito mangiare se non ai sacerdoti, e ne diede anche ai suoi compagni!”. E diceva loro: “Il sabato è stato fatto per l’uomo e non l’uomo per il sabato! Perciò il Figlio dell’uomo è signore anche del sabato”.

## MEDITAZIONE

Digiunare, astenersi dal prendere cibo, è un atto che contraddice il naturale desiderio di mangiare e di bere, e di fatto rende le persone “desideranti” in modo più consapevole. Proprio in questo desiderio più acceso possono innestarsi altri desideri: desiderio di vita interiore, spirituale; desiderio di mutamento di vita; desiderio di vivere in silenzio,

in solitudine, per essere più assidui con il Signore; desiderio di manifestazione a se stessi e ad altri del proprio dolore. Gesù non è stato un asceta come Giovanni, ha frequentato pranzi e banchetti dove era invitato da amici. Nel contempo, però, ha saputo anche digiunare. A chi pratica il digiuno, senza contestarlo, Gesù chiede di praticarlo umilmente, senza esibizioni, senza desiderio di farsi vedere e ammirare. Meglio non digiunare che essere ipocriti, assumere arie abbattute o sfigurate, meglio non digiunare che passare accanto al prossimo in difficoltà... Il vero digiuno, anche per Gesù, resta quello chiesto dai profeti che esige comportamenti di giustizia, amore e misericordia. Il digiuno è un mezzo, non un fine, e non è una garanzia di entrare in comunione con Dio. Nel digiuno c'è in primo luogo una dimensione salutare, poi una spirituale, interiore, e anche una socio-politica, se il digiuno diventa occasione di condivisione e di rispetto degli alimenti. Nella vita del cristiano c'è molta libertà nei confronti degli alimenti e del digiuno, perché il comandamento nuovo non riguarda queste pratiche ma la condivisione, la fraternità, la carità, l'amore reciproco.

## PREGHIERA

Digiuna dal giudicare gli altri:  
scopri Cristo che vive in loro.

Digiuna dall'essere scontento:  
riempiti di gratitudine.

Digiuna dal pessimismo:  
riempiti di speranza.

Digiuna dal lamentarti:  
riempiti di stima per quella meraviglia che è la vita.

Digiuna dall'amarezza:  
riempiti di perdono.

Digiuna dal dare importanza a te stesso:  
riempiti di compassione per gli altri.

Digiuna dall'ansia per le tue cose:  
compromettiti nella diffusione del Regno.

Digiuna da tutto ciò che ti separa da Gesù:  
riempiti di tutto ciò che a Lui ti avvicina.

## CANONE *(Taizé)*

**O povertà, fonte di ricchezza!**  
**Cristo donaci un cuore semplice.**

## VIII TAVOLA

### LE CONDIVISIONI DEI PANI E DEI PESCI

*Cel.* È veramente cosa buona e giusta renderti grazie.

*Tutti* Perché tu, Signore, apri la tua mano e sazi ogni creatura.



### Dal Vangelo secondo Giovanni (6, 5-13)

Allora Gesù, alzati gli occhi, vide che una grande folla veniva da lui e disse a Filippo: “Dove potremo comprare il pane perché costoro abbiano da mangiare?”. 6 Diceva così per metterlo alla prova; egli infatti sapeva quello che stava per compiere. Gli rispose Filippo: “Duecento denari di pane non sono sufficienti neppure perché ognuno possa riceverne un pezzo”. Gli disse allora uno dei suoi discepoli, Andrea, fratello di Simon Pietro: “C’è qui un ragazzo che ha cinque pani d’orzo e due pesci; ma che cos’è questo per tanta gente?”. Rispose Gesù: “Fateli sedere”. C’era molta erba in quel luogo. Si misero dunque a sedere ed erano circa cinquemila uomini. Allora Gesù prese i pani e, dopo aver reso grazie, li diede a quelli che erano seduti, e lo stesso fece dei pesci, quanto ne volevano. E quando furono saziati, disse ai suoi discepoli: “Raccogliete i pezzi avanzati, perché nulla vada perduto”. Li raccolsero e riempirono dodici canestri con i pezzi dei cinque pani d’orzo, avanzati a coloro che avevano mangiato.

## MEDITAZIONE

Le cosiddette moltiplicazioni - ma sarebbe forse meglio parlare di condivisioni - dei pani e dei pesci che Gesù ha compiuto per le folle che lo seguivano sono autentici pasti raccontati da tutti gli evangelisti, e addirittura precisati in due racconti da Marco e da Matteo. Le narrazioni sono dunque sei, e ciò indica l’importanza attribuita dagli evangelisti all’episodio, sia in quanto profezia della cena del Signore lasciata come memoriale ai suoi discepoli nella vigilia della sua passione, sia in quanto profezia del banchetto escatologico che Dio prepara nel regno per tutta l’umanità. Sottolineiamo un particolare determinante: i verbi usati in questi racconti sono gli stessi che ritorneranno anche nella descrizione dei gesti compiuti da Gesù sul pane nell’ultima cena: gesti talmente performativi, talmente riassuntivi dell’intera vita di Gesù spesa nella libertà e per amore, che si può ricorrere solo a essi per narrare anche gli altri banchetti da lui offerti nella sua vita. Potremmo dire che gli *ipsissima gesta Christi* sono impressi nella mente dei suoi discepoli più dei suoi *ipsissima verba*! Gesù aveva uno stile, come quello di certi contadini: stile nel prendere il pane tra le mani, stile nello spezzarlo, stile nel porgerlo e stile nel deporlo. Tutte azioni che celebravano il pane, che dicevano attenzione, gioia, stupore, gratitudine, desiderio di donare... Qui dunque è Gesù che invita al banchetto, che dà da mangiare pani e pesci, è lui che presiede quei gruppi disposti ad aiuola come in un simposio. Anche in questo caso l’insegnamento è grande: il pane e il pesce sono un dono di Dio, sono cibo per l’uomo, e quando l’uomo benedice Dio per il cibo e sa dividerlo, allora c’è davvero cibo per tutti! Anche quando si ha poco, se sappiamo benedire e condividere vedremo il poco moltiplicato e sufficiente per tutti. Dono e condivisione sono la dinamica di ogni pasto, e anche il poco va sempre condiviso.

## PREGHIERA

Anche noi, oggi, siamo qui con te, Gesù,  
come quella folla, perché abbiamo fame di amore, di perdono, di pace;  
tu ci dai la gioia di sentirti vicino, di comprendere che tu sei vicino ad ogni uomo,  
e così vinci il male, l’egoismo e la morte.  
Per questo ti diciamo: Signore, tu sei il pane che nutre la nostra vita.

## CANONE *(Taizé)*

**O povertà, fonte di ricchezza!  
Cristo donaci un cuore semplice.**

## IX TAVOLA L'ULTIMA CENA

*Cel.* È veramente cosa buona e giusta renderti grazie.

*Tutti* **Perché tu, Signore, apri la tua mano e sazi ogni creatura.**

**Dal Vangelo secondo Luca (22, 14-16.21-27)**

Quando venne l'ora, prese posto a tavola e gli apostoli con lui, e disse loro: "Ho tanto desiderato mangiare questa Pasqua con voi, prima della mia passione, perché io vi dico: non la mangerò più, finché essa non si compia nel regno di Dio".

"Ma ecco, la mano di colui che mi tradisce è con me, sulla tavola. Il Figlio dell'uomo se ne va, secondo quanto è stabilito, ma guai a quell'uomo dal quale egli viene tradito!". Allora essi cominciarono a domandarsi l'un l'altro chi di loro avrebbe fatto questo.

E nacque tra loro anche una discussione: chi di loro fosse da considerare più grande. Egli disse: "I re delle nazioni le governano, e coloro che hanno potere su di esse sono chiamati benefattori. Voi però non fate così; ma chi tra voi è più grande diventi come il più giovane, e chi governa come colui che serve. Infatti chi è più grande, chi sta a tavola o chi serve? Non è forse colui che sta a tavola? Eppure io sto in mezzo a voi come colui che serve.

## MEDITAZIONE

Quando tutto è pronto, venuta la sera, Gesù è nella sua sala con i Dodici, la sua comunità, e subito dice loro la grande gioia costituita per lui da quella cena: «ho tanto desiderato mangiare questa Pasqua con voi». Pare che anche a quella tavola i discepoli non abbiano capito, né bene né tutti; che anche a quella tavola - come sovente accade nelle nostre tavole - siano affiorate contese; che anche a quella tavola vi sia stato chi pensava di dover essere servito senza mai servire gli altri. Gesù allora dà l'esempio di «stare a tavola in mezzo a loro come colui che serve». Da quella sera è sempre pronta per ciascuno di noi la tavola del Signore, in cui ci sono offerti pane e vino, corpo e sangue di Cristo, affinché siamo una cosa sola con lui e tra di noi. Abbiamo una tavola in cui ci è possibile comunicare con Cristo fino a vivere della sua vita, fino a diventare sua dimora, fino a introdurre in noi il suo corpo e il suo sangue che, nel paradossale metabolismo eucaristico, trasformano noi in corpo e sangue di Cristo. Come durante tutto il suo ministero, Gesù era stato commensale dei peccatori, e anche alla fine ha voluto essere commensale dei peccatori: di Giuda che lo aveva venduto, di Pietro che per paura avrebbe detto di non averlo mai conosciuto, degli altri, pavidetti, pusillanimiti e sbiaditi, con la sola forza di fuggire abbandonandolo tutti. In verità, senza l'amore fedele di Gesù, anche quell'ultima cena sarebbe stata un ben mi-



sero banchetto pasquale, perché i commensali erano poveri uomini, incapaci di salvezza e fedeltà alla chiamata del loro maestro! Ma se Gesù è stato alla tavola dei peccatori, se ha mangiato l'ultima cena con una comunità così misera e peccatrice, perché l'eucaristia che celebriamo spesso è un luogo di esclusione all'interno della stessa comunità cristiana? Possiamo escludere dall'eucaristia, dalla tavola del Signore, quelli che faticano sotto il loro giogo e che Gesù voleva rinvigorire? La tavola del Signore non è un premio per i buoni, non è un privilegio per alcuni, come ci ricorda Papa Francesco: «l'Eucaristia non è un premio per i perfetti ma un generoso rimedio e un alimento per i deboli» (*Evangelii Gaudium*, 47). No, essa è cattedra della condivisione, cattedra della comunione dei beni materiali e spirituali, cattedra della misericordia di Dio per noi e della misericordia da vivere nella reciprocità della comunità cristiana.

## PREGHIERA

Un chicco di grano  
che cade nell'umida terra per marcire.  
La tenera pianticella alla luce s'apre, timida.  
Cresce. S'alza verso il cielo.  
Il calore del sole fa maturare la turgida spiga  
che, generosa, offre i suoi chicchi dorati.  
Schiacciati, macinati,  
i chicchi ora sono bianca farina.  
Incessante appello alla comunione!  
Impastata dall'acqua, nel grembo del forno,  
la massa sente ritornare in sé la vita.  
Il calore del fuoco la trasforma in pane profumato  
per la fame dell'uomo.  
Il pane.  
Porta il sapore della vita.  
Fatica, sudore, trepidazione, fiduciosa attesa.  
Vocazione alla comunione.  
Pane sulla mensa. Cibo per tutti.  
Dono prezioso di vita.  
Pane spezzato, celebrazione festosa dell'unità ritrovata.  
Pane per ogni fame dell'uomo.  
Pane di vita. Pane d'amore.  
Vieni, pane vero disceso dal cielo.  
Avremo in noi la vita. In abbondanza.  
Oggi, e nel luminoso domani.  
Nel banchetto della gioia che non ha fine.

## CANONE *(Taizé)*

**O povertà, fonte di ricchezza!**  
**Cristo donaci un cuore semplice.**

## X TAVOLA I DISCEPOLI DI EMMAUS

*Cel.* È veramente cosa buona e giusta renderti grazie.

*Tutti* Perché tu, Signore, apri la tua mano e sazi ogni creatura.

**Dal Vangelo secondo Luca (24, 13-16.28-35)**

Ed ecco, in quello stesso giorno due di loro erano in cammino per un villaggio di nome Èmmaus, distante circa undici chilometri da Gerusalemme, e conversavano tra loro di tutto quello che era accaduto. Mentre conversavano e discutevano insieme, Gesù in persona si avvicinò e camminava con loro. Ma i loro occhi erano impediti a riconoscerlo. Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. Ma essi insistettero: “Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto”. Egli entrò per rimanere con loro. Quando fu a tavola con loro, prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma egli sparì dalla loro vista. Ed essi dissero l’un l’altro: “Non ardeva forse in noi il nostro cuore mentre egli conversava con noi lungo la via, quando ci spiegava le Scritture?”. Partirono senza indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, i quali dicevano: “Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone!”. Ed essi narravano ciò che era accaduto lungo la via e come l’avevano riconosciuto nello spezzare il pane.

### MEDITAZIONE

Una tavola, del pane, qualcuno dice la benedizione, spezza il pane e lo dà ai commensali: è la cena del Signore, è la tavola del Risorto! Quello stile di Gesù, quella voce, quel gesto, quella memoria di un “già visto” non banale ma straordinario, assai eloquente: ecco l’eucaristia, la cena del Signore. Da allora i discepoli celebrano l’incontro con il Risorto soprattutto il primo giorno della settimana, lo celebrano alla sua tavola, sicché il banchetto eucaristico sarà ciò che li convoca, la memoria preziosa ed efficace tra le memorie di lui. Il pasto diventa così un segno decisivo: testimonia una presenza e una tavola alla quale siedono, invitati, i credenti in Gesù; è un’epiclesi della sua presenza in cui egli viene e si dona interamente. Non è un caso che subito dopo, quando i due sono ormai rientrati a Gerusalemme e stanno con gli altri, Gesù viene, sta in mezzo a loro e dice: «Pace a voi!». Essi sono sconvolti e pieni di paura, «credendo di vedere uno spirito». Allora Gesù, resosi conto che non celebrano la sua presenza con un pasto, chiede qualcosa da mangiare, per manifestare loro che alla sua tavola lo troveranno e lo vedranno. Per dire che realmente sta con loro, Gesù mangia con loro, condivide con loro il cibo, perché questa condivisione è assolutamente necessaria alla comunione. Quanta fatica ha fatto Gesù per insegnare come stare e cosa fare alla sua tavola. Gesù a tavola spiega le Scritture dell’antica alleanza, ricorda ai discepoli le parole da lui dette durante gli anni di vita comunitaria e li rende credenti, dunque capaci di parlare a lui: credono e quindi parlano, e parlando imbandiscono la tavola eucaristica, prendono Gesù presente nella comunità cristiana e nel mondo.



## PREGHIERA

Signore, Gerusalemme è ormai vicina.  
Abbiamo capito che essa non è più la città delle speranze fallite,  
della tomba desolante.  
Essa è la città della Cena, della Croce, della Pasqua,  
della suprema fedeltà dell'amore di Dio per l'uomo,  
della nuova fraternità.  
Da essa muoveremo lungo le strade di tutto il mondo  
per essere autentici "Testimoni del Risorto".  
Amen.

(Carlo Maria Martini)

## CANONE *(Taizé)*

**O povertà, fonte di ricchezza!**  
**Cristo donaci un cuore semplice.**

## XI TAVOLA AI BORDI DEL LAGO

*Cel.* È veramente cosa buona e giusta renderti grazie.

*Tutti* **Perché tu, Signore, apri la tua mano e sazi ogni creatura.**

### **Dal Vangelo secondo Giovanni (21, 4-13)**

Quando già era l'alba, Gesù stette sulla riva, ma i discepoli non si erano accorti che era Gesù. Gesù disse loro: "Figlioli, non avete nulla da mangiare?". Gli risposero: "No". Allora egli disse loro: "Gettate la rete dalla parte destra della barca e troverete". La gettarono e non riuscivano più a tirarla su per la grande quantità di pesci. Allora quel discepolo che Gesù amava disse a Pietro: "È il Signore!". Simon Pietro, appena udì che era il Signore, si strinse la veste attorno ai fianchi, perché era svestito, e si gettò in mare. Gli altri discepoli invece vennero con la barca, trascinando la rete piena di pesci: non erano infatti lontani da terra se non un centinaio di metri.

Appena scesi a terra, videro un fuoco di brace con del pesce sopra, e del pane. Disse loro Gesù: "Portate un po' del pesce che avete preso ora". Allora Simon Pietro salì nella barca e trasse a terra la rete piena di centocinquantatré grossi pesci. E benché fossero tanti, la rete non si squarciò. Gesù disse loro: "Venite a mangiare". E nessuno dei discepoli osava domandargli: "Chi sei?", perché sapevano bene che era il Signore. Gesù si avvicinò, prese il pane e lo diede loro, e così pure il pesce.

## MEDITAZIONE

Ancora una volta Gesù prepara e offre un pasto. Certo, qui tutto è un segno - come è

tipico nel quarto Vangelo - ma raccontato mediante un pasto di pane e pesce arrostito, cucinato e offerto da Gesù stesso. Sostiamo davanti a questo dato: Gesù si fa riconoscere mangiando attorno a un fuoco pane e pesce, un cibo semplice ma essenziale per i Galilei del Lago di Tiberiade. Invece di lasciarci incantare dai racconti di miracoli, perché non ci lasciamo coinvolgere da questi racconti di condivisione di cibo, da Gesù che viene a offrirci o a chiederci cibo? Racconti umanissimi, come era umanissimo Gesù... Non c'è qui un magistero straordinario per i nostri incontri, per le nostre relazioni, per le nostre vite familiari o comunitarie? Il magistero della tavola del Risorto, tavola da lui preparata e offerta, accoglie tutti, anche Pietro che aveva rinnegato, anche quelli che non sapevano riconoscerlo, così come accoglie il discepolo amato, fedele fin sotto la croce. Confesso che è solo nel cibo che lui mi ha dato e continua a darmi, che ogni giorno ricomincio a vivere con speranza e con la convinzione che la tavola del Signore è il magistero più decisivo per le nostre tavole, per il nostro condividere il cibo, per il nostro attendere quel banchetto che oggi è negato a molti ma che alla fine sarà una festa per tutti, festa cosmica nel suo regno.

## PREGHIERA

Io sono creato per fare e per essere qualcuno per cui nessun altro è creato.

Io occupo un posto mio

nei consigli di Dio, nel mondo di Dio:

un posto da nessun altro occupato.

Poco importa che io sia ricco, povero disprezzato o stimato dagli uomini:

Dio mi conosce e mi chiama per nome.

Egli mi ha affidato un lavoro

che non ha affidato a nessun altro.

Io ho la mia missione.

In qualche modo sono necessario ai suoi intenti

tanto necessario al posto mio

quanto un arcangelo al suo.

Egli non ha creato me inutilmente.

Io farò del bene, farò il suo lavoro.

Sarò un angelo di pace

un predicatore della verità

nel posto che egli mi ha assegnato

anche senza che io lo sappia,

purché io segua i suoi comandamenti

e lo serva nella mia vocazione.

*(John Henry Newman)*

## CANONE *(Taizé)*

**O povertà, fonte di ricchezza!**

**Cristo donaci un cuore semplice.**

## XII TAVOLA

### LA TAVOLA DEI CRISTIANI



*Cel.* È veramente cosa buona e giusta renderti grazie.

*Tutti* **Perché tu, Signore, apri la tua mano e sazi ogni creatura.**

### **Dagli Atti degli Apostoli (2, 42-47)**

Erano perseveranti nell'insegnamento degli apostoli e nella comunione, nello spezzare il pane e nelle preghiere. Un senso di timore era in tutti, e prodigi e segni avvenivano per opera degli apostoli. Tutti i credenti stavano insieme e avevano ogni cosa in comune; vendevano le loro proprietà e sostanze e le dividevano con tutti, secondo il bisogno di ciascuno. Ogni giorno erano perseveranti insieme nel tempio e, spezzando il pane nelle case, prendevano cibo con letizia e semplicità di cuore, lodando Dio e godendo il favore di tutto il popolo. Intanto il Signore ogni giorno aggiungeva alla comunità quelli che erano salvati.

## **MEDITAZIONE**

Questa è la Chiesa nascente, generata dallo Spirito Santo nella Pentecoste. Luca ne traccia un ritratto certamente ideale, che sarà presto contraddetto nella vita di ogni giorno; resta però un ritratto esemplare, che in ogni tempo troverà uomini e donne intenti a realizzarlo nel loro "oggi" e nel loro "qui". A tavola i cristiani scambiano parole, si esercitano nella fraternità; e quando la loro tavola diventa "tavola del Signore", rendono grazie e, con la frazione del pane e la benedizione sul calice, fanno memoria del loro Signore e inverano la loro comunione con lui. Pasto fraterno e pasto eucaristico non sono lo stesso pasto, ma sono una realtà significativa inscindibile. I cristiani della chiesa nascente potevano dire di non avere, come i pagani, un'ara, un altare, ma di avere una tavola: la tavola del Signore. La comunità, pur essendo composta di molti membri, partecipando al pane unico diventa un corpo solo. Straordinario mistero, straordinaria epifania: Gesù Cristo, il crocifisso risorto, è la vita stessa della comunità cristiana. Alla fine dei tempi l'eucarestia non sarà più celebrata con pane e vino, ma sarà celebrata da tutta l'umanità, che farà il suo ringraziamento a Dio per averla creata e salvata. L'immagine che noi umani possiamo tenere davanti è sempre quella di un «pane del cielo», di un «vino nuovo». Ma pane e vino nel regno saranno la comunione inebriante all'amore di Dio: noi saremo in Dio l'amore, perché da lui amati all'estremo, da lui salvati e risuscitati con Cristo, diventati figli nel Figlio, seduti alla sua destra nel regno eterno. Ce lo ha promesso Gesù.

## **PREGHIERA**

Ci sono luoghi in cui soffia lo Spirito,  
ma c'è uno Spirito che soffia in tutti i luoghi.  
Noialtri, gente della strada, crediamo con tutte le nostre forze  
che questa strada, che questo mondo dove Dio ci ha messi  
è per noi il luogo della nostra santità.  
Noi crediamo che niente di necessario ci manca,  
perché se questo necessario ci mancasse Dio ce lo avrebbe già dato.

*(Madeleine Delbrel)*

## **CANONE (Taizé)**

**O povertà, fonte di ricchezza!**

**Cristo donaci un cuore semplice.**

## CONCLUSIONE

*Guida*

Nell'uomo ci sono una fame, un desiderio, una ricerca che non si fermano al cibo. Il cibo è assolutamente necessario, tuttavia per umanizzarsi non basta il pane: occorre la presenza dell'altro, degli altri, dei quali ognuno di noi ha "fame" e "sete". Essere umani significa essere affamati e assetati: non avere fame né sete è già essere morti! Se siamo umani, siamo sempre tesi alla comunione, comunione con gli altri, comunione con la terra, comunione con chi sempre ci precede e ancora ci segue, che osiamo chiamare Dio e Padre!

*Cel.* Guidati dallo Spirito di Gesù Risorto  
e illuminati dalla sapienza del Vangelo,  
osiamo dire:

### **PADRE NOSTRO**

che sei nei cieli,  
sia santificato il tuo nome,  
venga il tuo regno,  
sia fatta la tua volontà,  
come in cielo così in terra.  
Dacci oggi  
il nostro pane quotidiano,  
e rimetti a noi i nostri debiti  
come anche noi li rimettiamo  
ai nostri debitori,  
e non abbandonarci  
alla tentazione,  
ma liberaci dal male.

## BENEDIZIONE

## CONSEGNA

*A ciascuno viene distribuita "la ricetta della convivialità". È un invito alla riflessione personale e al confronto nei gruppi di appartenenza perché si possano trovare azioni concrete di comunione, solidarietà e fraternità.*

**CANTO** (scelto dal repertorio della comunità)





La ricetta della  
**CONVIVIALITÀ**



La ricetta della  
**CONVIVIALITÀ**

## La ricetta della CONVIVIALITÀ



Confezionato con farina e acqua, cotto dal fuoco, il pane è sì un alimento specifico, ma è diventato l'equivalente di ogni cibo, tanto è vero che nel linguaggio comune non avere pane significa non avere nulla da mangiare, condurre un'esistenza precaria. Il pane esprime il bisogno, ciò che è necessario per vivere, e perciò diventa anche simbolo della vita. Mancanza di pane significa fame, quindi malattia e morte! Proprio perché il pane è necessario, è un bisogno, esso è anche quotidiano, nutrimento di ogni giorno, perché questo è il ritmo del cibarsi da parte dell'essere umano.

**Il pane:** basta guardarlo nella sua realtà e materialità per accogliere un linguaggio, uno zampillare di simboli e significati, una messe di trasposizioni e metafore.

**Il pane:** basta sentirne il profumo quando è appena sfornato, passando accanto a un forno o una panetteria, per percepire un sentimento di vita.

**Il pane:** basta spezzarlo - tagliarlo un tempo era proibito! - per sentire nei nostri orecchi quel sonoro frantumarsi di crosta che risuscita in noi l'immagine del pane nel forno, avvolto dal fuoco.

**Il pane:** basta toccarlo per sentire le forme diverse, la sua croccantezza quando è appena uscito dal forno, la sua pienezza quando è il pane di ieri.

**Il pane:** basta metterlo in bocca e gustarlo per dire che è buono; fino a dire di un'altra cosa o persona: è buona come il pane!

Il pane è il dono che rappresenta tutti i doni materiali, rappresenta la terra stessa, e per questo il credente nella preghiera insegnata da Gesù invoca il dono del pane di ogni giorno; e vivendo nella mitezza, che è umiltà e bontà verso tutti, può ereditare la terra. Proprio da questa sua qualità di dono gratuito, scaturisce la necessità che il pane non sia «mio» o «tuo», ma «nostro». Come «nostro» è il Padre che è nei cieli, così «nostro» è il suo dono: il pane quotidiano. Dono di Dio a noi, affinché noi aiutiamo questo dono a raggiungere quelli che non vi possono accedere, o perché alcuni se lo accaparrano per se stessi, oppure perché a volte viene a mancare. Come Dio ci dona il pane, il nostro primo compito è donarlo a nostra volta, dividerlo. La tavola non è mai per uno solo, è per l'altro, per gli altri, per la fraternità, l'amore, l'umanizzazione. Sulla tavola del Signore c'è la convivialità, raccolta e manifestata nel pane e nel vino: questo è per noi un magistero silenzioso, per insegnarci a vivere e dunque a mangiare e a bere in questo mondo, in una logica eucaristica che rende grazie e in una logica comunione che condivide cibo e bevanda con tutti... primizia del cosmo trasfigurato, profezia del regno che viene! Alleluia!

*(Enzo Bianchi, "Spezzare il pane", 90-100)*

## La ricetta della CONVIVIALITÀ



Confezionato con farina e acqua, cotto dal fuoco, il pane è sì un alimento specifico, ma è diventato l'equivalente di ogni cibo, tanto è vero che nel linguaggio comune non avere pane significa non avere nulla da mangiare, condurre un'esistenza precaria. Il pane esprime il bisogno, ciò che è necessario per vivere, e perciò diventa anche simbolo della vita. Mancanza di pane significa fame, quindi malattia e morte! Proprio perché il pane è necessario, è un bisogno, esso è anche quotidiano, nutrimento di ogni giorno, perché questo è il ritmo del cibarsi da parte dell'essere umano.

**Il pane:** basta guardarlo nella sua realtà e materialità per accogliere un linguaggio, uno zampillare di simboli e significati, una messe di trasposizioni e metafore.

**Il pane:** basta sentirne il profumo quando è appena sfornato, passando accanto a un forno o una panetteria, per percepire un sentimento di vita.

**Il pane:** basta spezzarlo - tagliarlo un tempo era proibito! - per sentire nei nostri orecchi quel sonoro frantumarsi di crosta che risuscita in noi l'immagine del pane nel forno, avvolto dal fuoco.

**Il pane:** basta toccarlo per sentire le forme diverse, la sua croccantezza quando è appena uscito dal forno, la sua pienezza quando è il pane di ieri.

**Il pane:** basta metterlo in bocca e gustarlo per dire che è buono; fino a dire di un'altra cosa o persona: è buona come il pane!

Il pane è il dono che rappresenta tutti i doni materiali, rappresenta la terra stessa, e per questo il credente nella preghiera insegnata da Gesù invoca il dono del pane di ogni giorno; e vivendo nella mitezza, che è umiltà e bontà verso tutti, può ereditare la terra. Proprio da questa sua qualità di dono gratuito, scaturisce la necessità che il pane non sia «mio» o «tuo», ma «nostro». Come «nostro» è il Padre che è nei cieli, così «nostro» è il suo dono: il pane quotidiano. Dono di Dio a noi, affinché noi aiutiamo questo dono a raggiungere quelli che non vi possono accedere, o perché alcuni se lo accaparrano per se stessi, oppure perché a volte viene a mancare. Come Dio ci dona il pane, il nostro primo compito è donarlo a nostra volta, dividerlo. La tavola non è mai per uno solo, è per l'altro, per gli altri, per la fraternità, l'amore, l'umanizzazione. Sulla tavola del Signore c'è la convivialità, raccolta e manifestata nel pane e nel vino: questo è per noi un magistero silenzioso, per insegnarci a vivere e dunque a mangiare e a bere in questo mondo, in una logica eucaristica che rende grazie e in una logica comunione che condivide cibo e bevanda con tutti... primizia del cosmo trasfigurato, profezia del regno che viene! Alleluia!

*(Enzo Bianchi, "Spezzare il pane", 90-100)*



quaresima  
pasqua  
**2021**

# PROPOSTA DELLA PASTORALE GIOVANILE

## «Come il Pane»

Itinerario per adolescenti  
in 5 sensi

LA FORMA DEL PANE



PRENDIAMO

# Introduzione

Il tema scelto per il tempo Quaresima-Pasqua 2021 per la nostra diocesi riprende un'espressione cara al nostro Vescovo Giuseppe: "Prendiamo la forma del pane per essere nel mondo artigiani di comunione".

L'elemento centrale è il pane. L'itinerario quaresimale si svolge tra il **diggiuno** del mercoledì delle ceneri e "prendete e mangiate, **questo è il mio corpo**", nel Giovedì Santo.

**Pane e corpo**, quindi. Pane che nutre, pane che salva. Corpo abitato dallo spirito, che ritrova l'essenziale della vita proprio a partire dal pane.

**Come il pane** è l'itinerario educativo per gli adolescenti in 5 tappe, seguendo le 5 domeniche di quaresima, e lega **il pane ai 5 sensi**, per far riscoprire ai ragazzi i dinamismi esistenziali orientati alla conoscenza di sé, al riconoscimento dell'altro, all'apertura alla trascendenza, in ottica vocazionale.

- **Udito / Il silenzio, il sussurro del pane che cresce**
- **Olfatto / La fragranza, il profumo del pane**
- **Gusto / Il sapore, il gusto del pane**
- **Tatto / impastare, spezzare il pane**
- **Vista / riconoscere, vedere la forma del pane**

Il pane è vita; la sua produzione è legata ai 4 elementi della natura: aria, terra, acqua, fuoco.

Il pane è vita e come ogni cosa della vita, è sperimentabile attraverso i 5 sensi.

Il pane parla alla vita. Grazie a Gesù il pane è diventato il pane della Vita, quella formata e consegnata dall'amore che non ha fine.

"Legati a quel seme divino che non solo trasportano, ma che è la loro essenza, le donne e gli uomini scoprono di essere chiamati ad appropriarsi creativamente, e con tutti i loro sensi, dello smisurato prodigio della vita. La vita è un immenso laboratorio per l'attenzione, la sensibilità, lo stupore, e ci permette di riconoscere, per precario e rarefatto che sia, il riverbero di una fantastica presenza: quella dei passi di Dio. E' necessario tornare a vedere il corpo che noi siamo e la nostra esistenza come profezie di un amore incondizionato. Il corpo che noi siamo è una grammatica di Dio. E' attraverso di esso che apprendiamo, e non solo con la mente".

*(José Tolentino Mendonça, "La mistica dell'istante", Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, p. 18)*

Ciascuna scheda ruota attorno a uno dei **sensi** e fa sperimentare il senso da dare al proprio quotidiano. Prevede una **attività/dinamica di gruppo**. Alla fine è proposto un breve **post chiamato Cum Panis** che contiene un impegno personale da tenere nella settimana, per farsi compagni di strada.

L'itinerario proposto prevede incontri in presenza e dinamiche di gruppo che rispettino il distanziamento fisico e le norme di contrasto alla pandemia in corso.

"Dio ci attende in ogni cosa che incontriamo. Non si tratta di ritirarsi nella sfera intima, dimenticando tutto il resto. La sfida è rimanere in sé e sperimentare con tutti i sensi la realtà delle persone e delle cose che ci sfiorano. La sfida è gettarsi fra le braccia della vita e ascoltarvi battere il cuore di Dio. Senza fughe. Senza idealizzazioni. Le braccia della vita così com'è".

*(José Tolentino Mendonça, "La mistica dell'istante", Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, p. 19)*

Buon cammino,

don michele birardi e l'equipe diocesana di pastorale giovanile

# CON-VOCATI DAL PANE

- SCHEDA 1 -

## OBIETTIVO

Aiutare gli adolescenti a riconoscere nel frastuono della quotidianità le *note* che armonizzano al meglio la propria vita con quella degli altri.

**Brano biblico** Mc 1, 12-15

E subito lo Spirito lo sospinse nel deserto e nel deserto rimase quaranta giorni, tentato da Satana. Stava con le bestie selvatiche e gli angeli lo servivano.

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

## MATERIALI

- 1 cesto per ogni coppia di adolescenti contenente;
- 10 oggetti per ogni coppia di adolescenti;
- 1 benda per ciascun ragazzo;
- una scheda per ciascun ragazzo ([allegato 1](#));
- penne\ pennarelli.

## SVOLGIMENTO

“L’udito è forse il senso più adeguato ad accogliere la complessità della vita. Eppure ci ascoltiamo così poco, e così di rado l’arte di ascoltare fa parte delle competenze che sviluppiamo [...] Ascoltare non significa semplicemente raccogliere il discorso sonoro: è innanzitutto un’attitudine, è inclinazione verso l’altro, è disponibilità ad accogliere il detto e il non detto, l’entusiasmo della storia e il suo contrario, il suo dolore”.

(*JOSÉ TOLENTINO MENDOÇA, “La mistica dell’istante”, Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020*)

Fa più rumore un albero che cade, che una foresta che nasce, è più facile sentire il frastuono delle automobili in città, che captare le parole di chi ci sta accanto, è più immediato darsi la possibilità di cambiare, che scegliere qualcosa. In un mondo che offre un numero difficilmente quantificabile di possibilità, spesso restiamo inetti, con la voglia di prendere tutto, ma non desiderando niente.

Come si fa a sentire, nel frastuono del mondo, il rumore del Pane? Di qualcosa che caduto sulla terra non fa che un breve sussurro, che riproduce il suono essenziale e primigenio del chicco caduto che si lascia morire per dare nuova vita.

In questo periodo quasi “inconsistente” in cui tutto il mondo tende a *sonnecchiare* sul divano, in attesa che la tempesta passi, i suoni acuti dei telegiornali, dei social, delle eventuali strombazzate sui baconi, hanno affievolito gli orecchi, hanno atrofizzato le capacità di ascolto. E questa dimensione relazionale ai limiti del catastrofico viene avvertita in maniera più evidente da coloro che vivono gran parte delle loro vite nella dimensione della socialità: a scuola, nel gruppo, nello sport... Gli adolescenti, sono senza



dubbio tra le prime vittime, non dichiarate, di questa pandemia ed è necessario quanto prima correre ai ripari: spendere nuovo tempo, distribuire nuova linfa, perché possano tornare a sognare e ad ascoltare il canto del Pane.

Per introdurre gli adolescenti al tema del discernimento, della scelta e dell'ascolto gli educatori possono provare ad "affinare" quest'ultimo con un esercizio, al termine del quale ciascun ragazzo potrà fare emergere la propria ricetta per essere pane.

Per prima cosa è necessario dividere i ragazzi in coppie e dotare ciascuna coppia di due bende e un cesto, contenente almeno dieci oggetti in grado di fare rumore (es. bottiglia piena d'acqua, penne, bicchieri...), qualsiasi oggetto va bene, poiché, dovendo affinare l'udito, anche il suono più leggero è importante.

L'attività consiste nel presentare a ciascun ragazzo il suono di almeno cinque oggetti (che rappresentano gli ingredienti per fare il pane) e di chiedergli di sceglierne un massimo di tre solo in base al suono; gli oggetti devono essere scelti volta per volta, per non rischiare di arrivare al termine dell'attività in attesa del "suono perfetto", con un numero di ingredienti troppo basso per fare il proprio pane.

A questo punto si può cominciare: uno dei due adolescenti della coppia, sarà bendato, mentre l'altro si assumerà il compito di scegliere il suono di quale oggetto sottoporre all'amico; è importante che in questa fase chi "illustra i suoni" non menzioni in alcun modo l'oggetto, in modo da non condizionare la scelta del ragazzo bendato. Una volta compiute le sue scelte, l'adolescente potrà togliersi la benda e vedere quali oggetti ha deciso di salvare, annotandoli nella prima casella della scheda ([allegato 1](#)).

Si possono quindi invertire i ruoli.

Quando entrambi i ragazzi avranno annotato le proprie scelte, si potrà cominciare una riflessione in due fasi: la prima, personale, consiste nell'accostare a ciascun oggetto scelto una qualità che possa essere specchio o proposito del ragazzo (es. oggetto: foglia, qualità: leggerezza), in più ciascuno potrà definire qual è il suo lievito, ciò che gli consente di crescere, di maturare.

La seconda parte della riflessione, vede di nuovo un lavoro di coppia. I due adolescenti potranno confrontarsi su un ultimo elemento: la cottura. È il fuoco a dare fragranza all'impasto, è il fuoco a dargli colore ed è il fuoco che finalmente lo rende cibo in grado di spezzarsi per gli altri; e il fuoco non può che venire dall'esterno, dall'incontro, dalla relazione, dall'amore che inesorabile passa attraverso le particelle di pasta, le consolida, le unisce, perché possano unite creare un solo pane.

Non esiste rumore del pane se non quello che segue la cottura, non esiste rumore del pane se non si spezza, se non lo si divide, se non si dona, come Cristo che si dona sull'altare.

Il riquadro "cottura", quindi, lo compileranno l'uno per l'altro; sarà l'amico a dare la forza, il vigore, la fiamma del fuoco.

Al termine dei lavori, dopo aver dato un nome a ciascun "nuovo pane", i ragazzi potranno incontrarsi tutti insieme, e raccontare il proprio modo di essere pane.

## CUM PANIS

Per la settimana successiva all'incontro si può suggerire ai ragazzi di ascoltare in maniera concreta qualcuno della propria famiglia, dei propri amici o del gruppo, che abbia manifestato la necessità di essere accolto; sarà l'occasione per spezzarsi e per farsi custode della storia di qualcuno.

## APPROFONDIMENTI

- José Tolentino Mendonça, *La mistica dell'istante. Tempo e promessa*, Galli Edizioni S.R.L., pp. 117-118-119

### *L'allegria errante*

Ci fu un vento impetuoso e gagliardo da spaccare i monti e spezzare le rocce davanti al Signore, ma il Signore non era nel vento. Dopo il vento ci fu un terremoto, ma il Signore non era nel terremoto. Dopo il terremoto ci fu un fuoco, ma il Signore non era nel fuoco. Dopo il fuoco ci fu il mormorio di un vento leggero. Come l'udì, si coprì il volto con il mantello, uscì e si fermò all'ingresso della caverna (1Re 19,11-13).

Gli intrighi, la storia, l'accumulazione, la carne e la sua latenza, il conflitto, le ferite... Invito paradossale a perdersi per trovarsi. Dovremo parare a sostituire la potenza con la leggerezza del soffio sull'esempio di Elia. A sostituire ogni rumore con il mormorio di un silenzio, davanti al quale Elia si copre il volto. Ed essere come greggi che nei campi seguono il suono leggero del flauto del pastore, verso un luogo che non è un luogo, ma senza il quale non conoscerebbero la loro allegria errante.

### *L'ascolto e il sapore della presenza*

Mettendo a confronto due narrazioni evangeliche, quella del battesimo e quella della trasfigurazione, ci troviamo in pratica di fronte a una stessa affermazione che proviene dal cielo. Nel battesimo, si ode una voce che dice: «Tu sei il Figlio mio prediletto, in te mi sono compiaciuto» (Mc 1,11; Lc 3,22) o «Questi è il mio Figlio prediletto, nel quale mi sono compiaciuto» (Mt 3,17). Ebbene, nel testo relativo alla trasfigurazione, troviamola stessa frase, ma con l'aggiunta dell'imperativo «ascoltatelo». Leggiamo i testi. Nella versione di Marco si dice: «Questi è il Figlio mio prediletto; ascoltatelo!» (Mc 9,7); in quella di Matteo: «Questi è il Figlio mio prediletto, nel quale mi sono compiaciuto. Ascoltatelo.» (Mt 17,5). Nel racconto di Luca: «Questi è il Figlio mio, l'eletto; ascoltatelo» (Lc 9,35). La comparsa del verbo 'ascoltare', in questo preciso momento, illumina non solo il senso centrale dell'episodio della trasfigurazione, ma apre anche delle prospettive sulla semantica dell'ascolto stesso. La scena della trasfigurazione avviene in una tappa particolarmente sensibile del percorso di Gesù con i suoi discepoli. Essi camminavano al suo fianco, ma restavano indietro su aspetti importanti, vivevano aspettative fuorvianti, apprensioni, erano preoccupati delle conseguenze del loro coinvolgimento, guardavano all'orizzonte sentendosi vacillare, senza fidarsi del tutto. Subito dopo la sua confessione più importante a Gesù («Tu sei il Cristo, il Figlio del Dio vivente», Mt 16,16), Pietro mette in discussione il destino annunciato del Maestro e lo apostrofa («Dio te ne scampi, Signore; questo non ti accadrà mai, Mt 16,22), mostrando come il timore si sovrapponesse all'adesione fiduciosa. Chiaramente, quello che Pietro in fondo intendeva dire era: «Signore, che questo non mi capiti mai o che non ci debba mai accadere». Egli temeva per Gesù, ma soprattutto per sé. Cos'è allora l'ascolto? È l'esperienza che può strappare dal cuore dei discepoli l'oltraggio della croce. Non vi è fede che non nasca dall'ascolto, un ascolto che va fino in fondo, in profondità. L'ascolto è lo spazio in cui Gesù può agire e guarirci dalle nostre paure. C'è un ascolto senza il quale non riusciamo a vivere, ed è quello vero.

È curioso che, quando la voce di Dio ci dice «ascoltate», Gesù non ci stia propriamente dicendo qualcosa. Il senso di questo «ascoltatelo» è «accoglietelo», «ricevetelo questo in ciò che Gesù è», «mettetevi in ascolto del suo mistero». Non basta conoscere, sapere, o solo avere in mente le verità in cui crediamo. È necessario un ascolto che renda presente



Gesù in tutto il suo progetto e destino. E che, per mezzo di questo, ciascuno si senta coinvolto dalla parola che risveglia e orienta, dallo sguardo che ci conduce senza dire nulla, dai gesti che guariscono. L'ascolto ci pone non solo di fronte a Lui, ma con Lui e in Lui. Senza questo ascolto, la parola è distante nel passato, e la sua Pasqua è un avvenimento che non attraversa l'istante. È l'ascolto che ci dà il sapore della presenza.

- Ermes Ronchi, *Il canto del pane*, San Paolo, pp. 84-86

Al pane nostro si aggiunge un aggettivo di grande importanza: il pane quotidiano, di ogni giorno. Il Vangelo adotta qui un aggettivo sconosciuto nella letteratura greca: epioùsios. già origine si lamentava di non comprenderlo. Dal contesto si può dedurre che si tratta del pane "necessario per vivere in questo giorno", del pane "necessario per arrivare a domani", per questo quotidiano.

Donaci, Padre, ciò che ci fa vivere oggi: il nostro cibo quotidiano, il nostro amore quotidiano; il pane per vivere e l'amore per vivere un motivo per vivere. Perché preferiamo morire di fame che morire di assurdo.

Il pane necessario alla vita è quello sufficiente giorno dopo giorno. È esattamente il contrario dell'accumulo. come la manna non poteva essere accumulata, perché durava un solo giorno, così Gesù Cristo ci propone il tema del giorno per giorno, di un pane che non può essere accumulato, accaparrato, messo da parte, con l'atteggiamento tipico di chi è preso dall'angoscia per il domani e dalla frenesia per il possesso.

Ecco l'alternativa: o accumulo o solidarietà. Aa purtroppo, per i ricchi, per la gente dell'accumulo, non esiste mai il superfluo, per l'egoista non c'è mai l'avanzo. Illusione mortifera.

Di cose, di beni, di proprietà, di denaro, si muore. Si muore agli altri, alla comunione, al buon senso. E l'accumulo crea i più irresistibili legami con il contingente e con l'effimero. I beni ci sembrano l'essenziale e sono il superfluo. S. Paolo ci avverte: "Quando abbiamo di che mangiare e di che coprirci, accontentiamoci" (1 Tim. 6,8).

L'invito a un pane che sia quotidiano è l'invito a rivedere tutto il nostro sistema di bisogni. È l'invito ad un'ascesi del desiderio. L'obiettivo del Vangelo non è negare il desiderio, ma renderlo essenziale.

tutti noi abbiamo risolto il problema del necessario e ci battiamo con caparbia per il superfluo, l'effimero: le cose, i viaggi, le vacanze, il vestito firmato, il compact-disc. E l'effimero è diventato più centrale e importante dell'essenziale.

la domanda del pane è un po' la preghiera di mendicanti. Solo loro non si danno pensiero per il domani, perché incalzati già dall'oggi. Solo loro vivono alla giornata. Ma altri sono mendicanti per amore, altri che hanno lasciato tutto, che si librano in un vuoto di vertigine: "e li mandò a due, a due, senza bisaccia, senza denaro, senza pane". Senza cose. Uomini. Unica ricchezza, una Parola che affascina e ferisce, che inquieta e che consola.

La proposta del Vangelo è quella di ridefinire i tuoi bisogni e i tuoi desideri. Perché? Non perché Gesù Cristo ama la povertà, anzi Gesù e con i poveri contro la povertà, ma perché Gesù predica la condivisione; ma perché il tuo superfluo è il necessario di qual-

cuno. Con il costo medio del mantenimento di un bambino europeo si possono mantenere 60 bambini in India. E questo costo non è per il necessario.

Ma tutti noi siamo ossessionati dalle cose. Ci sta modificando tutti una “cultura delle cose”, proposte come scorciatoia per la felicità. La pubblicità è questa creazione di bisogni illusori. Siamo ossessionati da un tipo di cultura che è cultura di cosa, non di relazioni.

Ridefiniamo i nostri desideri! E siccome la felicità è legata alla realizzazione dei desideri, sarà lei stessa sorprendentemente vicina e facile, quanto più essenziali e necessari saranno i desideri. Il mio cuore oggi ha il colore, ha la qualità dei miei desideri.



## ALLEGATO 1

*Ingredienti:*

*Lievito:*

*Cottura:*

*Prodotto finito:*

# ARIA NUOVA!

- SCHEDA 2 -

## OBIETTIVO

Aiutare gli educatori e i ragazzi a fare memoria di ciò che, nella loro esperienza di comunità, ha il buon profumo di Cristo. Non secondo un processo di astrazione ma attraverso un esercizio di concretezza che parta dalla propria autobiografia.

**Brano biblico**    *Mc 9, 2-10*

Sei giorni dopo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e li condusse su un alto monte, in disparte, loro soli. Fu trasfigurato davanti a loro e le sue vesti divennero splendenti, bianchissime: nessun lavandaio sulla terra potrebbe renderle così bianche. E apparve loro Elia con Mosè e conversavano con Gesù.

Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: “Rabbi, è bello per noi essere qui; facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia”. Non sapeva infatti che cosa dire, perché erano spaventati. Venne una nube che li coprì con la sua ombra e dalla nube uscì una voce: “Questi è il Figlio mio, l’amato: ascoltatelo!”. E improvvisamente, guardandosi attorno, non videro più nessuno, se non Gesù solo, con loro.

Mentre scendevano dal monte, ordinò loro di non raccontare ad alcuno ciò che avevano visto, se non dopo che il Figlio dell’uomo fosse risorto dai morti. Ed essi tennero fra loro la cosa, chiedendosi che cosa volesse dire risorgere dai morti.

## MATERIALI

- un pezzo di pane per ciascun ragazzo;
- diverse erbe aromatiche.

## SVOLGIMENTO

Proponiamo che l’incontro abbia inizio con un’esperienza “*sensoriale*” da attuare nelle possibilità e secondo le norme igienico-sanitarie che si renderanno necessarie.

Gli educatori predisporranno per ogni ragazzo un pezzo di pane abbastanza grande e possibilmente caldo, in modo che possa emanare la sua caratteristica fragranza. Al momento dell’incontro, dopo che i ragazzi avranno preso posto, verrà loro distribuito il pane (in confezioni singole) che i ragazzi dovranno annusare (senza togliere le mascherine!). Questa esperienza, seppur banale, può rappresentare un potente mezzo per entrare nel tema dell’incontro. Si legge il testo seguente tratto dallo studio su pane e corpo scritto da Predrag Matvejevi:

“Il suo profumo è quello che più si distingue. Non raggiunge solo le narici, ma per loro tramite s’introduce nel nostro corpo, lasciando la sua traccia. E vi resta insieme con i ricordi acquisiti in famiglia e nel paese natio, nell’infanzia e in gioventù” (*Predrag Matvejevi, “Pane nostro”*).



Provocati da questo testo si può procedere con una prima risonanza tra i ragazzi chiedendo loro:

*“Stimolati dal profumo che avete sentito, raccontate un’immagine che esso riporta alla vostra memoria”.*

Si abbia cura che i racconti siano realmente concreti e autobiografici. Il senso dell’olfatto ha una profonda connotazione autobiografica.

Un’esperienza vissuta anche nella sua dimensione olfattiva si lega indissolubilmente alla nostra memoria emotiva. Nel corso della vita il riassaporare quel determinato profumo produrrà inevitabilmente il riaffiorare di quel ricordo, con le relative emozioni provate. Questo meccanismo è tipico dei tre sensi che richiedono la *prossimità* (olfatto, gusto, tatto) e non della vista e dell’udito che invece permettono di conoscere il mondo *a distanza*. Curiosamente, non solo in tempo di pandemia ma negli ultimi anni, *l’analfabetismo emozionale* si è sempre più diffuso a seguito di una preponderanza di questi due sensi sugli altri. Ma ciò che rende l’olfatto del tutto peculiare è che “non si può scegliere di non sentire un odore” sia esso piacevole o no. Questo perché gli odori, le particelle che li veicolano, si legano all’aria che respiriamo inevitabilmente diventando, in un certo senso, parte di noi.

Dopo aver attirato l’attenzione dei ragazzi sul fatto che uno stesso profumo possa essere interpretato in un modo estremamente soggettivo da ognuno, si può passare al secondo passaggio dell’incontro che si ripropone di porre l’attenzione sull’esperienza che ciascuno fa della vita comunitaria come Chiesa.

Partendo dall’immagine dell’*Aprire le finestre per far cambiare aria!* che così spesso abbiamo ripetuto in questo periodo... si può introdurre il vangelo domenicale della trasfigurazione. In questa pericope la prospettiva non è di chi “sta dentro” e deve far cambiare aria, ma è di chi “sta fuori” e, attraverso le imposte spalancate, sente nell’aria un buon profumo che accende in lui il desiderio (pensiamo a quando all’ora di pranzo passiamo davanti ad un fornaio e all’acquolina che subito si forma nella nostra bocca...). Nel brano di Marco, la finestra che si spalanca sulla gloria del Regno dei Cieli fa nascere in Pietro il desiderio di restare lì.

Chiediamo a questo punto ai ragazzi di condividere nel gruppo quei momenti che, come nell’esperienza del pane fatta nei minuti precedenti, hanno fatto “profumare” la loro esperienza di Chiesa di quell’olezzo che, come dice Paolo nella lettera ai Corinti “noi siamo dinanzi a Dio il profumo di Cristo” (2 Cor 2, 15). Con delle domande di questo tipo.

- Ⓟ Che profumo ha oggi la tua esperienza di Chiesa?
- Ⓟ Cosa si respira nel tuo gruppo, nella tua parrocchia, nella tua comunità?
- Ⓟ Cosa si potrebbe fare per “cambiare aria”?
- Ⓟ Cosa può condurci sul monte per far “trasfigurare” questa esperienza e darci un assaggio di una Chiesa nuova?

Per concludere, occorre *tornare alla concretezza*, Gesù non resta sul monte, ma torna tra la gente mischiando il suo profumo con gli odori delle persone, dei luoghi che abitano, delle loro vite. Nella vita dei ragazzi, siamo come educatori non solo capaci di indicare una direzione ma anche di percorrerla al loro fianco, proponendo esperienze che profumino di vita, di senso, di Vangelo? Questo è lo stile di Gesù.

## CUM PANIS

Gli educatori sceglieranno un'erba aromatica da consegnare a tutti i ragazzi. Il suo profumo sarà legato al ricordo di questo incontro e i ragazzi, durante la settimana potranno scegliere di donare questo mazzetto ad una persona che nella loro vita ha rappresentato un "testimone profumato": qualcuno che è stato al loro fianco in un momento difficile, un caro amico, una guida accogliente. Si potrebbe imbucare nella loro posta una semplice busta con le foglioline e anche solo un "grazie".

## APPROFONDIMENTI

- JOSÈ TOLENTINO MENDOÇA, *La mistica dell'istante*. Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020

*Un pizzico di sale...*

Accendere una luce, rendere differente un incontro, associare alla preghiera una passeggiata senza tempo, soffermarsi di colpo ad aspirare il profumo dell'istante: forse la costruzione quotidiana di un itinerario credente passa più da queste che da altre cose. Sono piccole epifanie della grazia, e tuttavia traducono intensamente la vita. La spiritualità ha bisogno di finestre aperte, perché ha la tendenza a ripiegarsi rapidamente su se stessa, allontanandosi dal vento libero dello spirito. Ha bisogno di ventate di sorpresa che ci dicano: "ringrazia la danza luminosa del mondo intorno a te"; "è quando dai la vita che essa diventa tua"; "non rinunciare alla luce".

preoccuparsi del profumo potrebbe apparire ludico o frivolo punto ma penso a quello che Chesterton nella sua *Ortodossia*: "la serietà non è una virtù". e proseguiva: "è più facile scrivere un articolo per il *Times* che un buon motto di spirito per il *punch*. La solennità discende dagli uomini naturalmente; Il riso è uno slancio. È facile essere pesanti, difficile essere leggeri". Anche qui lo *humour* apre le porte alla saggezza.



# AL GUSTO DI ...

- SCHEDA 3 -

## OBIETTIVO

Aiutare i ragazzi a comprendere il significato di gustare la vita, e a come sia possibile renderla saporita, interessante.

**Brano biblico**      *Gv 2, 13-25*

Si avvicinava intanto la Pasqua dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme. Trovò nel tempio gente che vendeva buoi, pecore e colombe e, là seduti, i cambiamonete. Allora fece una frusta di cordicelle e scacciò tutti fuori dal tempio, con le pecore e i buoi; gettò a terra il denaro dei cambiamonete e ne rovesciò i banchi, e ai venditori di colombe disse: "Portate via di qui queste cose e non fate della casa del Padre mio un mercato!". I suoi discepoli si ricordarono che sta scritto: Lo zelo per la tua casa mi divorerà.

Allora i Giudei presero la parola e gli dissero: "Quale segno ci mostri per fare queste cose?". Rispose loro Gesù: "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. Quando poi fu risuscitato dai morti, i suoi discepoli si ricordarono che aveva detto questo, e credettero alla Scrittura e alla parola detta da Gesù.

Mentre era a Gerusalemme per la Pasqua, durante la festa, molti, vedendo i segni che egli compiva, credettero nel suo nome. Ma lui, Gesù, non si fidava di loro, perché conosceva tutti e non aveva bisogno che alcuno desse testimonianza sull'uomo. Egli infatti conosceva quello che c'è nell'uomo.

## MATERIALI

- cartellone e pennarelli;
- un sacchetto di sale per ciascun ragazzo.

## SVOLGIMENTO

Il sapore è un'esperienza interiore, affettiva. Mette in relazione con se stessi. Rivela a se stessi una realtà, la fa conoscere, tanto da procurare piacere o fastidio, accoglienza o rifiuto. Mangiare è anche l'esercizio della scoperta e dei sapori, dell'incontro con la cultura. La ricerca del gusto è un'attività profonda di assimilazione, di appartenenza; contribuisce alla definizione dell'identità e alla maturità.

Il gusto si suddivide in 4 categorie: dolce, salato, aspro, amaro. All'inizio dell'incontro, l'educatore divide i ragazzi in 4 gruppetti, affidando a ciascuno uno degli elementi del gusto. Quindi, enumera la prima categoria (ad es. dolce) e, partendo dal gruppetto che la rappresenta, chiede di nominare cibi e alimenti che hanno quel gusto. Ogni gruppetto ne dice uno e si passa all'altro gruppetto e così via. Al secondo errore si viene eliminati. Ogni gruppetto ha 5 secondi per rispondere. Non si possono dire alimenti già indicati precedentemente. L'educatore scrive su un cartellone i cibi che vengono detti



nella riga corrispondente al gusto. Quindi si passa all'altra categoria fino alla quarta. E così i ragazzi prendono visione e consapevolezza della variegata gamma di cibi e alimenti assimilati a un determinato gusto. È un modo per ritornare al gusto, per non restare in superficie, ma entrare dentro la realtà, sentirne l'essenza, evidenziando ciò che la distingue e caratterizza profondamente. Per questo, il sapore è strettamente legato al sapere. Capacità gustativa e attività cognitiva vengono richiamate dal desiderio, attivano i meccanismi della memoria, innescano l'intuizione, elevano il pensiero. Assaporare è riconoscere, e conoscere porta sapore alla propria azione. Il desiderio, come il gusto e la mente, non si sazia, si approfondisce.

Si propone la lettura del racconto riportato di seguito, in modo da continuare il confronto con i ragazzi su quali piatti o pietanze evocano in loro ricordi, situazioni, eventi che hanno segnato il loro percorso di crescita.

“Un vecchio contadino calabrese, dovendo sottoporsi a una serie di visite mediche, va a trovare il figlio avvocato che vive a Milano. Lo scontro tra campagna e città non potrebbe essere più forte. Quell'uomo anziano e legato alla terra si sente strappato dalle sue radici e si stupisce di come il figlio possa sopportare quella vita, quel ritmo estenuante, quel palazzo dove i vicini non si conoscono, quel cibo senza sapore. Una sera in cui la nuora è in viaggio e il figlio torna a casa soltanto all'ora di cena, il vecchio decide di fargli una sorpresa. Quando si siedono a mangiare, i piatti sono già a tavola, ben coperti per tenerli in caldo, e il figlio, ancor prima di parlare, ne scopre il contenuto attraverso l'odore: quell'odore noto, ma inclassificabile; vecchio e caro. Quell'odore ... Era pane fritto, meravigliosa frittata di pane contadina, condita con basilico ed erbe genuine che il vecchio, in mezzo alla confusione della città, aveva scovato grazie al suo olfatto in un negozietto un po' nascosto. Mentre il figlio mangia, si apre lentamente una porta nella sua memoria. E alla sua mente accorrono pastori e castagneti, falò nei campi e canzoni, appetiti infantili e mani materne. D'improvviso il padre comincia a parlare in dialetto calabrese e lui gli va dietro. Sono ore felici come non ce n'erano state da quando i due si erano ritrovati. E alla fine della cena, prima di darsi la buonanotte, si salutano con un abbraccio. Un abbraccio forte, che manifesta una complicità affettiva rinnovata. Questa storia la racconta José Luis Sampedro nel romanzo *il sorriso etrusco*, e mostra come il sapore dei piatti familiari e locali rappresenti la possibilità ultima di un legame con le origini”.

(José Tolentino Mendonça, “La mistica dell'istante”, *Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese* 2020, p. 71)

A questo punto, l'educatore fa sistemare i ragazzi come si fossero al ristorante. Immaginando di essere attorno ad una lunga tavolata, o dislocati su più tavoli. È importante mantenere il distanziamento fisico, ed essere su due file, l'una di fronte all'altra, come attorno ad un tavolo (che non deve esserci). L'educatore chiede a ciascuno dei ragazzi di ordinare una portata, solo una (ad es. pizza capricciosa, oppure spaghetti alla marinara, oppure una fiorentina). L'educatore prende l'ordine e dopo poco “consegna” a ciascuno ciò che aveva ordinato, ripetendo la portata e facendo il gesto di appoggiare il piatto sul tavolo. L'invito, precedentemente esplicitato ai ragazzi, è di comportarsi come se per davvero avessero davanti il piatto ordinato e di vivere la lentezza che si deve a questo momento. Quindi, cominceranno a riferire esclamazioni di gioia al vedere la portata, a sentire il buon profumo, ecc. Quando tutti hanno ricevuto quello che avevano ordinato, inizia la cena. Ciascuno descrive quello che sta mangiando, degustando e descrivendo ... Tutti intervengono in ordine sparso: evidenziano i vari ingredienti, il gusto che provano. Si fanno apprezzamenti su quello che sta mangiando l'altro, o domande sulla portata ordinata. Così si unisce il sapore al sapere, il cibo alle parole, il mangiare

all'incontro. Durante la cena i ragazzi potranno chiedere all'educatore qualcosa da bere e verrà loro servito (sempre in modo immaginario). Quindi degusteranno un buon vino o una birra, ecc ... Quando la cena terminata, l'educatore riflette con i ragazzi sull'importanza dell'aver gustato senza divorare, dell'aver assaporato e ascoltato, sull'importanza dell'aver condiviso non solo la tavola, ma anche pensieri, parole, significati. A tal proposito può essere d'aiuto all'educatore il testo seguente.

*(Sarebbe bello che durante la settimana si organizzasse davvero la cena: ciascuno a casa propria prepara il pasto, e poi, lo si mangia insieme collegati su una piattaforma digitale).*

“Ma quand'è che gustiamo? Gustiamo quando smettiamo il mero esercizio di divorazione del mondo; quando sopraggiunge una lentezza interiore; quando contempliamo con le papille gustative; quando il nostro corpo contempla; quando, tutto concentrato, esso osserva, si sorprende, intravede e avvicina il segreto, lasciando che quella sorta di epifania si riveli. Il sapore è una forma di intimità che presuppone sempre un contatto profondo. Possiamo apprezzare, valutare, distinguere le cose che rimangono esterne; il sapore implica invece sempre una relazione totale. Non c'è fretta. Più squisito è il cibo al nostro palato, più piccole saranno le porzioni in cui lo divideremo, per prolungare quell'istante. Nella più piccola porzione sentiamo il massimo del sapore, in quella minuscola briciola cogliamo il massimo della dolcezza. Non si tratta soltanto di saziare lo stomaco, né di placare frettolosamente la fame”.

*(José Tolentino Mendonça, La mistica dell'istante, Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, p. 74)*

Anche Gesù nei vangeli viene presentato a mangiare con i discepoli, con i peccatori, con i farisei e ogni volta fa di quel momento conviviale un'occasione di annuncio di senso, un gesto di salvezza, un'offerta di amore, fino al dono di se stesso, della sua stessa vita. I pasti sono per Gesù il segno del suo progetto di unità e di fraternità, del Regno di Dio che diventa possibilità di comunione per tutti.

L'educatore invita i ragazzi a riflettere su quale sia il gusto della propria vita, paragonandolo a una pietanza. Una volta evidenziate le caratteristiche essenziali, ciascuno lo presenta al gruppo. E' un modo per essere consapevoli di cosa sa, di cosa è fatta la propria vita, di come sia appetibile, desiderabile.

L'educatore, conclude, ricordando le parole di Gesù: “Voi siete il sale della terra; ma se il sale perdesse il sapore, con che cosa lo si potrà render salato? A null'altro serve che ad essere gettato via e calpestato dagli uomini” (*Mt 5, 13*). C'è un'ultima categoria del gusto, l'*umami*, che in giapponese significa saporito, un gusto lieve e persistente che arrotonda i sapori. È la categoria dell'incontro, della relazione, dell'esser con, dell'essere per. Questa unifica e orienta la vita, aggiunge sapore a tutto ciò che si è e si fa.

Al termine dell'incontro, l'educatore consegna a ciascuno un sacchetto con del sale dentro, segno di quel di più, del meglio, che i ragazzi devono mettere nel loro quotidiano.

## CUM PANIS

Riattiva le capacità relazionali, dai spazio al desiderio dell'altro. Cerca di praticare l'ospitalità facendoti accanto a un tuo amico, dedicandogli un po' del tuo tempo. Rifletti con lui su un argomento, un tema (lettura da un libro o proposta di un video significativo) che possa arricchire entrambi.

# CON-TATTO

- SCHEDA 4 -

## OBIETTIVO

aiutare i ragazzi a comprendere da quale “*impasto*” è costituita la loro vita e se c’è concretezza nell’essere “*pane spezzato*” per gli altri.

**Brano biblico** Gv 3, 14-21

E come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell’uomo, perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna.

Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna. Dio, infatti, non ha mandato il Figlio nel mondo per condannare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui. Chi crede in lui non è condannato; ma chi non crede è già stato condannato, perché non ha creduto nel nome dell’unigenito Figlio di Dio.

E il giudizio è questo: la luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno amato più le tenebre che la luce, perché le loro opere erano malvagie. Chiunque infatti fa il male, odia la luce, e non viene alla luce perché le sue opere non vengano riprovate. Invece chi fa la verità viene verso la luce, perché appaia chiaramente che le sue opere sono state fatte in Dio.

## MATERIALI

- video proiettore;
- filmato ([allegato 1](#));
- cartellone;
- fogli bianchi per ciascun ragazzo;
- pennarelli colorati;
- bacinelle per ciascun ragazzo;
- ingredienti per impasto ([allegato 2](#));

## SVOLGIMENTO

L’incontro inizia mostrando ai ragazzi il video dell’iniziativa “Pane sospeso” ([allegato 1](#)). La visione del video serve ad introdurre il gruppo alla tematica: “*farsi pane*” per gli altri toccando con mano la fragilità di chi ci è accanto.

Nell’immaginario collettivo, la figura del panettiere è spesso associata ad un’immagine grezza, priva di delicatezza e cura. Al contrario invece, questo mestiere è tra quelli che più vi richiedono gentilezza nei gesti e nella manipolazione, tatto e attenzione ai movimenti, alle consistenze; tutto ciò permette alla materia di trasformarsi per donarsi, di cambiare aspetto e diventare sostentamento per tutti. Così anche Dio, spesso temuto e considerato poco attento alle nostre vite delicate, ha deciso di donare il suo Amore e la sua Cura per noi attraverso la venuta al mondo del Suo figlio, Gesù Vero Pane, colui che trasforma le vite toccando il cuore.

Per accompagnare i ragazzi nel comprendere l’importanza di questo gesto e la bellezza



che lo contraddistingue, questi sono chiamati a diventare *panettieri per una sera*; prima di mettere le mani in pasta però, dovranno costruire tutti insieme la ricetta perfetta per ottenere il pane.

L'educatore predispose un cartellone al centro della stanza in cui si tiene l'incontro in modo da essere visibile a tutti; tutti i giovanissimi, guidati dall'educatore, dovranno scrivere sul cartellone la ricetta e il procedimento originale per impastare il pane (*allegato 2*). Man mano che gli ingredienti vengono elencati, l'educatore li posiziona su un tavolo. Subito dopo l'educatore distribuisce ad ogni ragazzo una bacinella e versa tutti gli ingredienti necessari ma in dosi differenti, calibrate per ciascuno "ad occhio". I ragazzi dovranno così impastare gli ingredienti ricevuti nella bacinella: osserveranno che tutti gli impasti, man mano, prenderanno consistenze differenti (un impasto sarà più acquoso; uno più denso; ecc.). L'educatore invita i ragazzi a descrivere come l'impasto si presenta al tatto, facendo rilevare le differenze di percezione e di sensibilità. L'impasto ottenuto sarà lasciato nella bacinella e ogni ragazzo potrà portarlo a casa a fine incontro.

Al termine di questa attività i ragazzi saranno invitati a scrivere la propria ricetta personale del pane, su un foglio bianco distribuito dall'educatore, attribuendo a ciascun ingrediente reale della ricetta, un ingrediente importante della propria vita (es. farina=famiglia, acqua=amici, olio=passioni, sale=Dio, ecc.) ed indicarne le quantità. Inoltre, dovranno scrivere il procedimento corretto per ottenere un buon impasto e quindi un buon pane (es. mescolare l'amore della famiglia con l'affetto degli amici, aggiungere un pizzico di zucchero...).

Dopo aver prodotto la ricetta, i ragazzi con l'aiuto degli educatori dovranno riflettere e scrivere perché quelli scelti sono gli ingredienti della propria vita, quelli che la rendono un buon impasto, dalla giusta consistenza. Dopo una breve condivisione delle ricette di ciascuno, si può riflettere sull'importanza degli ingredienti che donano consistenza alla vita e sull'importanza di lavorare energicamente l'impasto per renderlo della giusta consistenza che è dettata anche dall'equilibrio degli ingredienti (*vedi approfondimento 1*). L'educatore pone l'attenzione sul fatto che ciascuno è chiamato a metterci del proprio per amalgamare bene gli ingredienti: infatti è il ragazzo che sceglie gli ingredienti, le dosi, ma è la sua forza, il suo tocco che rende l'impasto consistente.

Perché gli impasti creati con gli ingredienti versati dagli educatori avevano consistenze differenti? Perché non vi era un corretto equilibrio, perché gli ingredienti sono stati aggiunti senza cura, sono stati assegnati e non scelti dai ragazzi.

L'educatore aiuta i ragazzi a riflettere sull'importanza del tempo della "lievitazione" (*vedi approfondimento 2*): senza questo tempo di maturazione dell'impasto, il risultato finale non sarebbe ottimale, non sarebbe mangiabile, potrebbe far male allo stomaco; così è necessario per la nostra crescita, non solo nella fede, portare pazienza, maturare, affinché noi stessi diventiamo pane buono e profumato per gli altri (*vedi approfondimento 3*). Per concludere l'incontro, l'educatore legge un piccolo passo contenuto nell'*allegato 3*.

## CUM PANIS

Durante la settimana i ragazzi dovranno realizzare un video tutorial in cui spiegheranno come creare l'impasto del *Pane Buono* con il giusto con-tatto, utilizzando la loro personale ricetta. Nel video dovranno non solo indicare a quali valori corrispondono per loro gli ingredienti utilizzati, ma dovranno anche impegnarsi nel condividere la ricetta invitando altri tre compagni a ripeterla trovando i loro ingredienti. Con gli stessi si impegneranno ad avere un maggiore con-tatto e a farsi pane per loro. (*vedi approfondimento 4*).

## ALLEGATO 1

<https://youtu.be/CL7nb0elyhM>

## ALLEGATO 2

- 600 g farina 00
- 400 g farina manitoba
- 800 g acqua tiepida
- 15 g di lievito di birra
- 30 g di sale fino
- olio extravergine di olive Q.B.

**PROCEDIMENTO:** sciogliere il lievito in poca acqua con lo zucchero; aggiungere poco alla volta farina, sale, olio; versare poco alla volta l'acqua. Impastare energicamente fino a che il composto non diventa tondo e liscio; coprire l'impasto con un canovaccio umido e lasciare lievitare per 2 h nel forno spento. Trasferire l'impasto nello stampo e lasciare lievitare altre 2 h. Infornare nel forno preriscaldato a 200° ventilato, per 40 min. circa.

## ALLEGATO 3

Predrag Matvejevi, *Pane nostro*, Garzanti 2010

“Non si dimentica neanche il contatto con il pane. Se la crosta è dolce o ruvida, e la mollica morbida o compatta. In che modo le dita e la mano intera lo afferrano e lo tengono o lo spezzano. A chi e quando lo offriamo. Come e dove lo impastiamo. «Bisogna tirarlo su da terra», consigliavano un tempo le madri ai bambini, invitandoli inoltre a baciarlo. Le mani sono quelle più impegnate nella preparazione: seminano, falchiano, impastano, separano nel vaglio il grano dalla pula, e nello staccio la farina dalla crusca, introducono la pasta nel forno e ne estraggono le forme del pane. Le mani che hanno impastato a lungo e spesso la farina diventano agili e tenere, più delicate di com'erano prima. Nonostante la fatica impiegata e la pressione esercitata, sulle loro palme non spuntano i calli. E sono invece in grado di accarezzare e benedire, meglio di altre mani”.

## APPROFONDIMENTI

1. JOSÈ TOLENTINO MENDOÇA, *La mistica dell'istante*. Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, pp. 51-70

Possiamo descrivere il tatto come un produttore e un decodificatore di linguaggi, che seducono e respingono, interrompono e prolungano, accarezzano e isolano (o viceversa). [...] La vita è completamente tattile. Non è possibile riprodurla in serie, né trovarla già fatta. La vita richiede la pazienza del vasaio, il quale, per realizzare un vaso che lo soddisfi, ne fa 200 solo per affinare il gesto, l'abilità, per verificare l'idea. O richiede la speranza di chi fa e rifà in un fiducioso susseguirsi di inizi. [...]

Michelangelo diceva che le sue sculture non nascevano da un processo di invenzione,



ma di liberazione. Guardava i blocchi di pietra, completamente grezza, e riusciva a vedere le eccezionali immagini in cui potevano trasformarsi. Per questo, descrivendo il suo lavoro, Michelangelo spiegava: “Quello che faccio è liberare”. Sono convinto che le grandi opere di creazione (che sia artistica o semplicemente umana) nascano da un processo simile, per il quale non trovo espressione migliore di questa: esercizio di speranza. La vita con la V maiuscola, quella degna di questo nome, non è altro che un’operazione speranzosa e nella maggior parte dei casi molto rischiosa. Se manca la speranza, ci accorgiamo solo della pietra, del suo carattere grezzo, dell’ostacolo sfiancante e insormontabile. La speranza può aprire uno spiraglio e mostrare, al di là delle condizioni ostili, la ricchezza delle possibilità ancora nascoste. La speranza è capace di dialogare con il futuro e di avvicinarlo. La nostra esistenza, dall’inizio alla fine, è una professione di fede nella speranza. Ogni cosa, ognuno di noi, non è né più né meno che cammino, esperienza e indagine dell’incompleto. I capolavori non nascono da soli: sono il frutto di questa gestazione paziente e lentissima in cui siamo immersi, piena di alterazioni e di fatiche, dove le notti nere sono più dei dolci chiarori. Ma senza la speranza i capolavori non esistono. Ciascuna delle opere di Michelangelo aveva senz’altro bisogno del marmo, ma anche di molta speranza. E come dimostrano le sue famose sculture degli schiavi esposte al Louvre, il marmo poteva anche non essere della miglior qualità. Ma la speranza non può mai scemare. Il seme, per dare il frutto, ha bisogno di qualcuno che per amore del viaggio, sia capace di aiutarlo a lasciare il porto. La pagina ha bisogno di qualcuno che corra il rischio di raccontare una storia. Nelle cose più piccole, come in quelle grandi, troviamo lo stesso richiamo alla speranza.

2. JOSÈ TOLENTINO MENDOÇA, *La mistica dell'istante*. Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, pp. 51-70

La fede unisce necessariamente uno stato interrogativo, di incertezza, e uno stato di maturazione e di cammino. Non si tratta di una marcia nella piena evidenza, ma di un camminare a tentoni, quasi vedessimo l’invisibile, come recita la bella e ambiziosa espressione della lettera agli Ebrei (cfr. *Eb* 11, 27). E mostra, infine, che la tensione della fede si risolve in una promessa, in un abbraccio, in una danza. Non solo come realtà che si proietta verso un altrove, ma già nel qui e ora che assaporiamo.

3. JOSÈ TOLENTINO MENDOÇA, *La mistica dell'istante*. Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, pp. 51-70

Una volta sfornato il pane, quando capisco come è la mia vita, da cosa è resa bella, cosa le dà consistenza, sono pronto a spezzare questo pane per gli altri? O decido di tenerlo solo per me?

Quando Gesù ha spezzato il pane, ha spezzato sé stesso per donarsi a ciascuno di noi: io per chi “spezzo la mia vita”?

Durante la consacrazione, la domenica a messa, al momento dello spezzare il pane, proviamo a vedere i volti delle persone per cui siamo disposti a spezzarci.

4. JOSÈ TOLENTINO MENDOÇA, *La mistica dell'istante*. Vita e Pensiero, Galli Edizioni S.R.L. Varese 2020, pp. 51-70

A volte, quando non lasciamo che niente e nessuno ci tocchi, la difficoltà che abbiamo è con noi stessi. Il problema di fondo è che non riusciamo ad amarci, non ci piacciamo, non ci piace il nostro viso, il nostro corpo, la nostra età, la nostra cultura, quello che abbiamo non abbiamo, quello che sappiamo non sappiamo. Non apprezziamo, non amiamo. Siamo infelici. E succede che mascheriamo questa lacuna con un orgoglio o un'autosufficienza che nascondono soltanto (e male) la nostra fragilità profonda. Imparare ad amare se stessi è il lavoro di una vita intera. Un lavoro che non finisce mai. E non smettiamo mai di scoprire che cosa significhi. Quando amiamo noi stessi sappiamo amare anche gli altri. Ci prodighiamo in attenzioni e favori, ma questo non sempre è amore. Possiamo anche dare molto, senza però essere capaci di darci. Non di rado quello che pensiamo sia amore è una forma di potere sugli altri, un modo di averli in pugno, controllarli, manipolarli, ottenere ammirazione. Il vero amore è dare il nostro amore agli altri senza preoccuparci di quello che gli altri ne faranno.



# APRI GLI OCCHI CROSTA O MOLLI CA?

- SCHEDA 5 -

## OBIETTIVO

Allenare lo sguardo a guardare oltre le apparenze, soffermandosi a vedere più in profondità.

**Brano biblico** *Gv 12, 20-33*

Tra quelli che erano saliti per il culto durante la festa c'erano anche alcuni Greci. Questi si avvicinarono a Filippo, che era di Betsàida di Galilea, e gli domandarono: "Signore, vogliamo vedere Gesù". Filippo andò a dirlo ad Andrea, e poi Andrea e Filippo andarono a dirlo a Gesù. Gesù rispose loro: "È venuta l'ora che il Figlio dell'uomo sia glorificato. In verità, in verità io vi dico: se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto. Chi ama la propria vita, la perde e chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna. Se uno mi vuole servire, mi segua, e dove sono io, là sarà anche il mio servitore. Se uno serve me, il Padre lo onorerà. Adesso l'anima mia è turbata; che cosa dirò? Padre, salvami da quest'ora? Ma proprio per questo sono giunto a quest'ora! Padre, glorifica il tuo nome". Venne allora una voce dal cielo: "L'ho glorificato e lo glorificherò ancora!".

La folla, che era presente e aveva udito, diceva che era stato un tuono. Altri dicevano: "Un angelo gli ha parlato". Disse Gesù: "Questa voce non è venuta per me, ma per voi. Ora è il giudizio di questo mondo; ora il principe di questo mondo sarà gettato fuori. E io, quando sarò innalzato da terra, attirerò tutti a me". Diceva questo per indicare di quale morte doveva morire.

## MATERIALI

- oggetti particolari ed evidenti da indossare;
- un panino a ragazzo da consegnare al sottogruppo vincente;
- penne, foglio e/o blocchi appunti.

## SVOLGIMENTO

Alla vista il pane si differenzia nei colori: la sua crosta talvolta è bruna e qualche volta più scura. Nel mezzo è chiara. Il pane bianco non è del tutto bianco, così come quello nero non è tutto nero, anche se continuano ad essere chiamati così. Anche la geometria influisce sul suo aspetto: il cerchio, il quadrato, il rettangolo, la sfera ecc... Questi aspetti descrivono la parte superficiale del pane, la crosta. Ma, come sappiamo, se si vuole guardare il pane nella sua interezza, occorre spezzarlo per capire come è fatto al suo interno. Questa analogia ci sollecita a riflettere sui diversi modi di guardare la realtà.

Per cogliere questo aspetto si propone la seguente attività:

I ragazzi si dividono in due sottogruppi. I sottogruppi avranno a disposizione 20 secondi



per osservare un ragazzo o una ragazza posto al centro, che per l'occasione indosserà alcuni oggetti particolari e di vari colori e forme (orecchini, bracciali, berretto ecc..). Allo scadere del tempo il soggetto al centro esce dalla stanza e ogni sottogruppo dovrà annotare ciò che ha visto (massimo 120”).

Tornati in plenaria, i due sottogruppi, attraverso un portavoce, raccontano quello che hanno scritto.

Il sottogruppo vincente è quello che ha evidenziato più elementi.

Il sottogruppo vincente riceverà un panino per ogni componente che, a fine incontro, verrà spezzato e condiviso con ciascun componente dell'altro sottogruppo.

L'educatore deve porre la riflessione sulla necessità di soffermarsi, perché solo quando ci soffermiamo iniziamo a vedere.

Sofferinarsi ci introduce di per sé alla lentezza, perché non allude a un'osservazione qualunque: è un vedere da fermi, un rivedere forse più minuzioso del mero guardare; è un secondo sguardo, una nuova opportunità concessa non soltanto all'oggetto o alla vista, ma alla visibilità stessa. Gli sguardi fugaci e le occhiate superficiali non ci permettono di andare in profondità e svelare il senso delle cose e delle persone.

Per questo l'attività successiva sarà svolta a coppia: i ragazzi si soffermano a guardare chi gli sta di fronte raccontando ciò che vedono in base alla relazione che li lega o alle sensazioni suscitate dagli sguardi.

Rientrando in gruppo, l'educatore porta l'attenzione sui comportamenti quotidiani: su cosa ci soffermiamo maggiormente? Siamo abituati ad osservare solo la superficie oppure andiamo più in profondità?

Ciascun ragazzo/a condivide quale sguardo lo caratterizza: quello che si ferma all'apparenza (prima attività) o quello che si sofferma (seconda attività)?

Anche nella vita spirituale è così: non possiamo considerare del tutto irrilevanti i dettagli; “Dio abita nei dettagli” ci ricorda il proverbio ebraico. Spesso quello che ci spinge è la cosa più ovvia e le cose più difficili da guardare sono quelle che abbiamo negli occhi: “si vede bene solo quando si vede il bene”.

La fede è una grande scuola dello sguardo, di cui Cristo ne è il terapeuta: tende per noi il ponte che ci fa passare dal vedere al contemplare e dal semplice sguardo alla visione della fede.

## CUM PANIS

Posare lo sguardo su una persona (familiare, compagno del gruppo, amico di scuola, vicino di casa...) o su una realtà che fa parte del mio quotidiano (scuola, parrocchia, quartiere, associazione), impegnandosi a trovare degli aspetti positivi, oltre ogni apparenza.

## APPROFONDIMENTI

<https://www.youtube.com/watch?v=viC0aPHigwg&feature=youtu.be>

<https://www.youtube.com/watch?v=xkg79ULXMr4>

# i canti

quaresima  
pasqua  
2021

## PROPOSTA DI QUARESIMA

La Quaresima è un tempo favorevole per riprendere in mano la nostra vita ed eventualmente far cambiare direzione (*convertire*) al nostro cammino di vita cristiana. Anche i canti liturgici di questo tempo devono esprimere ed accompagnare questo viaggio verso la Pasqua di risurrezione.

Canti appropriati, adatti e pertinenti a questo tempo quaresimale. È una buona battaglia che dobbiamo sostenere insieme: canti dell'Ordinario e del Proprio devono essere canti relativi solo a questo tempo di Quaresima.

Così questo tempo particolare viene evidenziato attraverso il canto ed i vari segni; i canti propri di questo tempo fanno assumere un colore particolare specialmente alle messe domenicali.

### Ecco le proposte

- Il canto d'ingresso "*Meraviglioso tempo di grazia*" composto da don Antonio su testo di don Evan Ninivaggi, è un canto che potrete cantare per tutte le 5 domeniche di Quaresima. È formato da un solo ritornello sempre identico per tutte le domeniche; invece il testo delle strofe ha sempre la stessa melodia, ma ogni domenica ha il suo testo proprio che richiama il vangelo di quella domenica. Solo così il canto diventa pertinente a quella domenica e al rito d'ingresso.
- Il canto "*Amore senza misura*" di don Maurizio e la catechista Maria D'Alessandro segue lo stesso criterio, pensato però per i più piccoli. Con un linguaggio musicale e testuale adatto ai ragazzi sottolinea nelle 5 strofe le tematiche delle diverse domeniche. Può essere realizzato dopo l'omelia, come risposta al dono della Parola. È stato, inoltre, inserito nella proposta dell'Ufficio catechistico per la preghiera in famiglia, come canto guida per la preghiera domenicale.
- L'idea di eseguire un canto dopo l'omelia del sacerdote (come fanno i francesi) o subito dopo la lettura del Vangelo (rito ambrosiano), come caratterizzazione di questo tempo di conversione alla scuola della Parola, è stato ulteriormente sviluppato da don Antonio insieme a don Luigi D'Amato, sacerdote della diocesi di Otranto, con brevi interventi affidati al coro o ad un solista; l'assemblea potrebbe anche intervenire con un brevissimo ritornello. Questi canti sono reperibili sul canale youtube *don Antonio Parisi* e sul sito [www.donantonioparis.it](http://www.donantonioparis.it).
- Da ultimo "*La tua Alleanza è Parola*" canta la Parola divina vivente ed eterna, sigillo di fuoco e libertà. Potrebbe essere realizzato durante le celebrazioni della parola. Anche se proposto nella sua forma completa per coro a 4 v.d., nulla vieta di realizzarlo cantando la sola melodia principale, affidando le strofe ad un solista.

Per eventuali chiarimenti o richieste:

[musica.sacra@odegitria.bari.it](mailto:musica.sacra@odegitria.bari.it)

[parisianantonio2006@libero.it](mailto:parisianantonio2006@libero.it)

[www.musicasacrabari.com](http://www.musicasacrabari.com)

[www.donantonioparis.it](http://www.donantonioparis.it)

Buona Quaresima a tutti.

*don Antonio Parisi e don Maurizio Lieggi*



# MERAVIGLIOSO TEMPO DI GRAZIA

testo: Evan Ninivaggi - musica: Antonio Parisi

Il tem-po è com - piu - to, il

re-gno è vi - ci - no; la fa-me hai sa - zia - to, per no - i sei ten - ta - to.

Me-ra-vi-glio - so tem-po di Gra-zia, in a - scol - to del-la tua Pa - ro - la.

quaresima  
pasqua  
2021

Tu sei la vo - ce che gui - da nel cam - mi - no, a noi do - ni la

**soprani**  
Me - ra - vi - glio - so tem - po di

**contralti**  
tu - a sal - vez - za. Me - ra - vi - glio - so tem - po di Gra - zia,

**uomini**  
Me - ra - vi - glio - so tem - po di

Gra - zia Tu sei la vo - ce che

in a - scol - to del - la tua Pa - ro - la. Tu sei la vo - ce che

Gra - zia Tu sei la vo - ce che



# MERAVIGLIOSO TEMPO DI GRAZIA

*Fine* per continuare

gui-da nel cam - mi - no, a noi do - ni la tu - a sal - vez - za.

gui-da nel cam - mi - no, a noi do - ni la tu - a sal - vez - za.

gui-da nel cam - mi - no, a noi do - ni la tu - a sal - vez - za.

È

quaresima  
pasqua  
2021

## 1 di quaresima

Il tempo è compiuto,  
il regno è vicino;  
la fame hai saziato,  
per noi sei tentato.

È tempo dell'ascolto  
il cuore si rallegra;  
la via hai tracciato,  
per noi sei alleato.

## 2 di quaresima

Sul monte della luce,  
vedremo la tua gloria;  
le ombre hai fugato,  
per noi trasfigurato.

Nel cuore della storia,  
udremo il tuo Verbo;  
tuo figlio sempre amato,  
da noi sei ascoltato.

## 3 di quaresima

Salvati dalla grazia,  
redenti dal tuo Amore;  
parole di salvezza,  
per noi hai consegnato.

Il Tempio dei Giudei,  
è segno del tuo corpo;  
la pasqua hai segnato,  
per noi sei celebrato.

## 4 di quaresima

Attratti dalla croce,  
ci salvi dal peccato;  
la gloria hai mostrato,  
per noi sei innalzato.

Splendenti della luce,  
ci chiami alla fede;  
la pace hai donato,  
per noi sei rinnovato.

## 5 di quaresima

Nel solco come grano,  
la morte tua dà vita;  
il mondo hai salvato;  
per noi sei generato.

Nel sangue che versasti,  
il cuore tuo dà gioia;  
in croce sei salito,  
per noi sei immolato.

**N.B.** Per facilitare la partecipazione dell'assemblea e nello stesso tempo rendere, specialmente il canto d'ingresso, pertinente alla celebrazione, così come consigliano le premesse del Messale, ho scelto questo modo di procedere.

Praticamente per tutte e cinque le domeniche di Quaresima, cambia il testo delle strofe ma la melodia è identica per tutte le strofe. Le due strofe del testo richiamano il tema delle singole domeniche. Il ritornello invece, ha un solo testo con la sua melodia e lo si ripete uguale per tutte e cinque le domeniche.

# SANTA MADRE DEH VOI FATE...

musica: Antonio Parisi

assemblea

San - ta Ma - dre deh voi fa - te che le pia - ghe del Si -

organo

ass.

gno - re sia - no im - pres - se nel mio cuo - re.

organo

2. Spirito d'amore  
rimani con noi per sempre.
3. Spirito di pace  
rimani con noi per sempre.
4. Spirito di gioia  
rimani con noi per sempre.
5. Spirito di fuoco  
rimani con noi per sempre.



# AMORE SENZA MISURA

testo: Maria D'Alessandro - musica: Maurizio Lieggi

$\text{♩} = 104$  **Ritornello**

Canto

RE SOL RE SIm SOL RE/LA

SI - GNO - RE VO - GLIA - MO SE - GUIR - TI SUL - LA VI - A DEL VAN -

Organ

8 LA7/9 LA RE SOL RE SIm SOL RE/LA

Canto

GE - LO. VO - GLIA - MO CON TE CAM - MI - NA - RE FI - NO AI PIE - DI DEL - LA

Org.

16 LA7 RE SIm FA#m7/LA SOL9 RE7LA SOL/SI RE/LA LA7 RE

Canto

CRO - CE, PER ES - SE - RE ^ AV - VOL - TI DAL TU - O IM - MEN SO A - MO - RE.

Org.



**Strofe**

25

LA7    SIm    MIm/SOL    FA#m7    MIm7/RE    RE    RE    SOL    MIm7    LA

l'anto

1. Ge - sù tu sei o - a - si di pa - ce. Il mi - o cuo - re ti cer - ca,  
 2. Ge - sù Tu sei lu - ce sfol - go - ran - te. Il mi - o cuo - re è pie - no di gio - ia;  
 3. Ge - sù Tu sei Pa - ro - la di vi - ta. La tu - a leg - ge è do - no d'a - amo - re;  
 4. Ge - sù Tu sei cau - sa di sal - vez - za. Il tu - o ^ a - iu - to non man - che - rà;  
 5. Ge - sù Tu sei chic - co nel - la ter - ra. Il tu - o se - me pro - du - ce frut - to;

Org.

35

LA7    SIm    FA#m77LA    SOL    RE    MI    LA

l'anto

con Te ac - can - to il mio de - ser - to fio - ri - rà. SI  
 con Te al mio fian - co il mi - o pas - so si - cu - ro sa - rà.  
 con Te nel cuo - re del san - to Spi - ri - to tem - pio sa - rò.  
 con Te sul - la cro - ce il tu - o ^ a - mo - re mi ^ at - ti - ra a Te.  
 con Te, mi - a for - za, la mia spe - ran - za cre - sce - rà.

Rit

Org.

# AMORE SENZA MISURA

## TESTO

**Signore vogliamo seguirti  
sulla via del Vangelo.  
Vogliamo con Te camminare  
fino ai piedi della croce,  
per essere avvolti  
dal tuo immenso Amore**

Gesù Tu sei oasi di pace.  
Il mio cuore ti cerca;  
con Te accanto il mio deserto fiorirà.

Gesù Tu sei luce sfolgorante.  
Il mio cuore è pieno di gioia;  
con Te al mio fianco il mio passo sicuro sarà.

Gesù Tu sei Parola di vita.  
La tua legge è dono d'amore;  
con Te nel cuore del santo Spirito tempio sarò.

Gesù Tu sei causa di salvezza.  
Il tuo aiuto non mancherà;  
con Te sulla croce il tuo amore mi attira a Te.

Gesù Tu sei chicco nella terra.  
Il tuo seme produce frutto;  
con Te, mia forza, la mia speranza crescerà

# LA TUA ALLEANZA È PAROLA

testo: Evan Ninivaggi - musica: Maurizio Lieggi

♩ = 92

La tua al-le an - za per no - i, Si - gno - re  
noi tua al-le an - za per no - i, Si - gno - re  
La tua al-le an - za per no - i, Si - gno - re  
La tua al-le - an - za per no - i, Si - gno - re

Org

5  
scrit - ta su ta-vo-le di pie - tra o - ra è Pa - ro - la vi-ven-te ed e - ter - na si -  
scrit - ta su ta-vo-le di pie - tra o - ra è Pa - ro - la vi-ven-te ed e - ter - na si -  
scrit - ta su ta-vo-le di pie - tra o - ra è Pa - ro - la vi-ven-te ed e - ter - na si -  
scrit - ta su ta-vo-le di pie - tra o - ra è Pa - ro - la vi-ven-te ed e - ter - na si -

Org

5

©



LA FORMA DEL PANE

PRENDIAMO

2

La tua alleanza è Parola

strofa 1

10

gil - lo di fuo - co e di li - ber - tà. E - eter - na sag - gez - za e lu - ce in - fi - ni - ta

gil - lo di fuo - co e di li - ber - ta.

gil - lo di fuo - co e di li - ber - ta

gil - lo di fuo - co e di li - ber - ta

Org

16

splen - do - re di glo - ria sa - rai per - noi, do - no di sal - vez - za pro - mes - sa d'a - mo - re,

splen - do - re di glo - ria sa - rai per noi, do - no di sal - vez - za pro - mes - sa d'a - mo - re

Org

quaresima  
pasqua  
2021

La tua alleanza è Parola

3

21

Pa-ro - la di - vi - na Tu sei. La tua\_al-le tà. At-

Pa - ro - la di-vi - na tu - sei. La tua\_al-le ta. At-

8

La tua\_al-le ta At-

La tua\_al-le - ta At-

Org



strofa 2

26

te - sa si-len - te la no - stra pre-ghie - ra Pa-ro-la fat-ta car - ne sa-rai per noi

te - sa si-len - te la no - stra pre-ghie - ra Pa-ro-la fat-ta car - ne sa-rai per noi

8

te - sa si-len - te la no - stra pre-ghie - ra Pa-ro-la fat-ta car - ne sa-rai per noi

te - sa si-len - te la no - stra pre-ghie - ra Pa-ro-la fat-ta car - ne sa-rai per noi

26

Org



LA FORMA DEL PANE



PRENDIAMO

4  
31 *La tua alleanza è Parola*

gui-da, ai no - stri pas - si, vin - ca - stro si - cu - ro Pa-ro - la di - vi - na

gui-da, ai no - stri pas - si, vin - ca - stro si - cu - ro Pa ro - la di - vi - na

gui-da, ai no - stri pas - si, vin - ca - stro si - cu - ro Pa-ro - la di -

gui-da, ai no - stri pas - si, vin - ca - stro si - cu - ro Pa -

Org

35

tu sei. la Tua al-le

tu - sei. La tua al-le

vi - na tu-sei. La tua al-le

ro - la tu-sei - La tua al-le

Org

# LA TUA ALLEANZA È PAROLA

## TESTO

**La tua alleanza per noi, Signore  
scritta su tavole di pietra  
ora è Parola vivente ed eterna  
sigillo di fuoco e di libertà.**

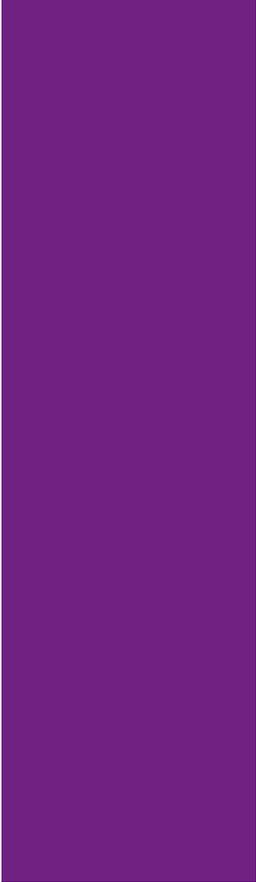
Eterna saggezza e luce infinita  
splendore di gloria sarai per noi,  
dono di salvezza promessa d'amore,  
Parola divina tu sei.

Attesa silente la nostra preghiera  
Parola fatta carne sarai per noi  
guida ai nostri passi, vincastro sicuro  
Parola divina tu sei.

Mistero di Dio che infondi speranza  
presenza di pace sarai per noi  
porta il sigillo d'eterna vittoria  
Parola divina tu sei.

Rugiada del mondo e seme di gioia  
sorgente di grazia sarai per noi  
fonte di vita per l'uomo che cerca  
Parola divina tu sei

Radiose sostegno del nostro cammino  
colonna di fuoco sarai per noi  
sale della terra e luce del mondo  
Parola divina tu sei.



[ Arcidiocesi di Bari-Bitonto ]

quaresima  
pasqua  
**2021**