



A occhi aperti verso la Pasqua

che meraviglia!



Quaresima 2021

PRIMA DOMENICA DI QUARESIMA

Lo stupore di riconoscerti



introduzione

La famiglia si ritrova presso l'angolo della preghiera. Prima di iniziare si scelgono una guida (G) e uno o più lettori (L). Dopo un breve istante di silenzio, si può accendere un cero davanti alla croce. Si può iniziare con un canto (quello che la famiglia conosce meglio o uno di quelli suggeriti di seguito) oppure con il responsorio: nel primo caso il canto precede il segno di croce, nel secondo la preghiera lo segue.

canto camminerò

**Camminerò, camminerò, per la tua strada Signor.
Dammi la mano, voglio restar, per sempre insieme a te.**

Guardo stupito al Signore Gesù: vive la prova con noi;
al tentatore risponde così: «È pane la voce di Dio».

Camminerò...

La vera gioia a volte io credo che sia l'aver sempre più.
«Fammi strumento di pace e di luce», domando con forza a Gesù.
Camminerò...

G. Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.
T. Amen!

responsorio

L. Inizia il tempo di Quaresima.
T. Ci mettiamo in cammino con il Signore Gesù verso la Pasqua.
L. Apriamo gli occhi, lasciamoci stupire.
T. Gesù affronta il deserto e le tentazioni prima di noi e per noi.
L. Che meraviglia!
In Quaresima impariamo a conoscere meglio Gesù.
T. Vogliamo imparare a mettere lui al centro della nostra vita.

Ci si alza.

vangelo

Uno dei presenti legge il testo del Vangelo. Se si desidera utilizzare un testo semplificato del Vangelo e del commento, adatto ai bambini più piccoli e a persone con disabilità cognitiva, lo si può trovare [qui](#)

L. Ascoltiamo il Vangelo secondo Matteo (Mt 4,1-11)
T. **Parla, Signore, ti ascoltiamo!**
L. Allora Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame. Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». Ma egli rispose: «Sta scritto: Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio». Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù; sta scritto infatti: Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo ed essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non

inciampi in una pietra». Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: Non metterai alla prova il Signore Dio tuo».

Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». Allora Gesù gli rispose: «Vattene, Satana! Sta scritto infatti: Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto».

Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco, degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano. Parola del Signore.

T. Lode a te, o Cristo!

Ci si siede.

commento

Un altro partecipante legge il breve spunto di riflessione.

Certo che le tentazioni vissute da Gesù sono molto forti! Dopo quaranta giorni di digiuno, gli viene detto: «Se vuoi, puoi avere tutto», e ancora: «Fai vedere a tutti quanto sei forte, buttati giù»; infine: «Puoi avere tutto quanto, se ti sottometti a me». Il diavolo lo tenta su tre fronti: *avere-apparire-potere*.

Gesù ci stupisce, perché non si lascia sedurre: non vuole mettersi in mostra o farsi pubblicità facendo chissà quali miracoli. Vuole essere riconosciuto per l'umiltà, per la semplicità dei gesti di bene verso gli altri, per non essersi sentito superiore. Forse, noi, un po' cadiamo in queste tentazioni... quando vogliamo avere più dei nostri amici o far vedere che siamo più bravi, quando vogliamo decidere tutto.

Questa domenica ci viene data la possibilità di riconoscere Gesù nelle cose semplici. Impariamo da lui a non mettere sempre al centro noi stessi.

gesto

Un partecipante prende in mano il crocifisso collocato nell'angolo della preghiera, lo osserva con calma e poi pronuncia ad alta voce l'espressione: «Tu, Gesù, sei al centro della nostra vita». Quindi lo passa al suo vicino che fa lo stesso. Quando tutti hanno compiuto l'azione proposta, si pone il crocifisso al centro dell'angolo della preghiera, tutti lo osservano per un istante e pronunciano insieme ancora una volta l'espressione: «Tu, Gesù, sei al centro della nostra vita».

preghiera

L. Signore, fa' che io porti la tua pace: dove c'è l'odio,

T. fa' che io porti l'amore.

L. Dove la gente offende, **T. fa' che io porti il perdono.**

L. Dove le persone non vanno d'accordo,

T. fa' che io porti l'affetto.

L. Dove la gente sbaglia,

T. fa' che io porti la tua verità.

L. Dove la gente si dispera,

T. fa' che io porti la gioia.

L. Dove c'è la tristezza,

T. fa' che io porti l'allegria.

L. Dove c'è il buio,

T. fa' che io porti la tua luce, Signore. Amen.

(da una preghiera di san Francesco)

un passo in avanti

Uno fra i presenti pone la domanda:

L. Come possiamo prolungare questa esperienza di preghiera anche durante la settimana?

Insieme si prova a individuare un gesto (parola, azione, ascolto, silenzio, lettura, audio o video...) con cui continuare quanto vissuto oggi nella quotidianità, per sentire vicino il Signore Gesù. Noi proponiamo, sulla scia del Vangelo ascoltato, di raccontarvi a vicenda quando avete detto dei «no» (come Gesù alle lusinghe del diavolo) e avete poi spalancato la porta a dei «sì» che hanno reso la vita più leggera e bella. Ogni famiglia può scegliere, in alternativa, ciò che sente più opportuno e lo scrive qui sotto o su un foglio.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Al termine tutti pregano:

T. Signore aiutaci a riconoscere la tua presenza in questo gesto che abbiamo scelto insieme!

segno di croce

Si può concludere insieme con il canto "Non avere paura". [Qui](#) troviamo l'audio.

Ma non avere paura, non ti fermare mai; perché il mio amore è fedele e non finisce mai.

Guardo sempre dentro me e non vedo te.
C'è rumore nel mio cuor e non so perché.

Ma non avere paura, non ti fermare mai...

Non sapere cosa dir, non saper che far.
Fai silenzio dentro te ed ascolta me.

Ma non avere paura, non ti fermare mai...

Ogni volta che tu vuoi, tu mi troverai.
E l'amore mio, lo sai non finisce mai.

Ma non avere paura, non ti fermare mai...

segui le proposte pastorali pensate per la Quaresima nella sezione speciale del sito della Comunità Pastorale www.comunitasanpaoloserenza.it

