Azione Cattolica
DIOCESI di GENOVA



IN COMUNIONE

QUARESIMA 2020

Sommario

Introduzione: 4

Prima Parte: Come pregare in famiglia o in Chiesa quando non c'è la Messa 5

Seconda Parte: Meditazioni quotidiane 9

Domenica 15 Marzo 10

Lunedì 16 Marzo 11

Martedì 17 Marzo 12

Mercoledì 18 Marzo 13

Giovedì 19 Marzo 14

Venerdì 20 Marzo 15

Sabato 21 Marzo 16

Domenica 22 Marzo 17

Lunedì 23 Marzo 18

Martedì 24 Marzo 19

Mercoledì 25 Marzo 20

Giovedì 26 Marzo 21

Venerdì 27 Marzo 22

Sabato 28 Marzo 23

Domenica 29 Marzo 24

Lunedì 30 Marzo 25

Martedì 31 Marzo 26

Mercoledì 1 Aprile 27

Giovedì 2 Aprile 28

Venerdì 3 Aprile 29

Sabato 4 Aprile 30

Terza Parte: Ogni giorno, un piccolo impegno 31

Domenica 15 Marzo 32

Lunedì 16 Marzo 33

Martedì 17 Marzo 34

Mercoledì 18 Marzo 35

Giovedì 19 Marzo 36

Venerdì 20 Marzo 37

Sabato 21 Marzo 38

Domenica 22 Marzo 39

Lunedì 23 Marzo 40

Martedì 24 Marzo 41

Mercoledì 25 Marzo 42

Giovedì 26 Marzo 43

Venerdì 27 Marzo 44

Sabato 28 Marzo 45

Domenica 29 Marzo 46

Lunedì 30 Marzo 47

Martedì 31 Marzo 48

Mercoledì 1 Aprile 49

Giovedì 2 Aprile 50

Venerdì 3 Aprile 51

Sabato 4 Aprile 52

Quarta Parte: Allegati conclusivi 53

Introduzione:

In questo periodo in cui la nostra vita associativa, comunitaria, è "sospesa", ma non per questo ferma, vogliamo cercare di vivere al meglio il tempo che ci è donato, trovando maggior spazio per noi stessi, le persone che ci sono accanto, ciò che davvero è essenziale.

Quanto è bello allora ricorrere, ancor più in questi giorni, alla preghiera - personale e in famiglia - cuore di tutto il nostro agire.

Che bello offrire al Signore ogni cosa, anche il gesto più semplice!

Ecco allora alcuni consigli per abitare al meglio questo "particolare" tempo di Quaresima, così da poter giungere davvero rinnovati alla Pasqua, con la Speranza di poterci riabbracciare presto!

"Dio ci doni di uscirne più umili e miti, più semplici e uniti, più consapevoli dei doni che abbiamo, più seri per non pensare che il bene sia ovvio anziché un continuo miracolo di cui stupire e gioire grati".
(dalla lettera alla Chiesa e alla Città, del nostro Vescovo. Il testo integrale è disponibile su: www.chiesadigenova.it)

Cristo Regni!

Alcune note sull'utilizzo di questo sussidio:

- In *Come pregare* troverai alcune indicazioni per la preghiera in casa o in Chiesa quando non c'è la Messa. A queste indicazioni sono collegati gli allegati conclusivi di questo sussidio;
- la seconda parte *Piccole meditazioni quotidiane* è indirizzata agli adulti, alle famiglie e ai giovani e giovanissimi. E' pensata come un suggerimento per la meditazione quotidiana, con il riferimento al Vangelo, un breve spunto di riflessione, una preghiera ripetibile durante la giornata e un impegno concreto da poter vivere;
- la terza parte *Ogni giorno, un piccolo impegno* è invece rivolta ai bambini e ai ragazzi. Si tratta di un piccolo fioretto quaresimale da prendersi di giorno in giorno e della possibilità di riscoprire più da vicino i protagonisti della Passione del Signore per vivere insieme ai nostri piccoli, in famiglia, il cammino di preparazione alla Pasqua di Risurrezione;
- la quarta ed ultima parte riporta gli allegati di cui al primo punto.

Prima Parte:

Come pregare in famiglia o in Chiesa quando non c'è la Messa



«Tutti i momenti sono indicati per la preghiera, ma la Chiesa propone ai fedeli ritmi destinati ad alimentare la preghiera continua: preghiere del mattino e della sera, prima e dopo i pasti; liturgia delle Ore; Eucarestia domenicale; Santo Rosario; feste dell'anno liturgico» (*dal Catechismo della Chiesa Cattolica*)
Pur riconoscendo che la fonte ed il culmine di tutta la preghiera è la Messa, dove incontriamo la presenza reale del Signore, non dobbiamo dimenticare che possiamo metterci di fronte a Lui sempre.
Qui di seguito proponiamo alcune semplici preghiere che potranno aiutarci a non smettere di cercare il Suo sguardo e di accostarci al Suo Cuore, in famiglia o da soli.
Naturalmente non possono sostituirsi alla Comunione eucaristica, ma ne alimenteranno il desiderio e la fame, approfondendo il rapporto di amore e figliolanza con Gesù.

La Comunione spirituale

Cos'è?
Quando ci accostiamo all'Eucarestia, riceviamo il corpo, l'anima e la divinità di Cristo, diventandone tabernacolo e unendoci fisicamente a Dio. Ma è possibile prolungare l'unione spirituale che ne scaturisce in qualsiasi momento, richiamandoci alla Comunione con Lui attraverso la nostra memoria ed immaginazione, attraverso l'affetto e il cuore che si rivolgono a Lui e ne cercano la vicinanza e la presenza. Questa comunione ravviva l'unione intimissima, santificatrice e trasformante che l'Eucarestia opera nella nostra anima. Ed è pertanto preziosissima e da ripetere sovente, anche ogni giorno.

Come si fa?
È di per sé sufficiente uno slancio dell'anima a rimanere in comunione con Dio, ma esistono molte preghiere che possono aiutare a domandare la comunione spirituale con il Signore.

Si può fare davanti al Tabernacolo in chiesa, così come in casa, da soli o con la famiglia.

Trovi una proposta di preghiera per la Comunione Spirituale negli allegati conclusivi di questo sussidio.

La meditazione

Cos'è?
La meditazione è una riflessione di preghiera, che parte soprattutto dalla Parola di Dio. Mette in azione l'intelligenza, l'immaginazione, l'emozione, il desiderio, per approfondire la nostra fede, convertire il nostro cuore e fortificare la nostra volontà di seguire Cristo (*dal Catechismo della Chiesa Cattolica*).

Come si fa?
Ci sono molti modi per farla, noi proponiamo il metodo più semplice suddiviso in quattro parti:

1. **lettura di un brano del Vangelo**
2. **riflessione** (su alcune parole chiave, cercando di ascoltare cosa ci sta dicendo il Signore), preghiera (utilizzando un versetto, magari ripetuto durante la giornata)
3. **impegno** concreto per il giorno
4. se possibile, sarebbe bello **condividere** con la famiglia a fine giornata come il Signore, attraverso la sua parola, ci ha portati ad agire diversamente, scoprendo quanto è bello e gratificante compiere la sua volontà

Trovi la proposta di meditazione nella prima parte di questo sussidio.

La consacrazione al Sacro Cuore della propria famiglia

Cos'è?
Consacrarsi significa togliere dal mondo per legare a Dio. Noi come Azione Cattolica ci siamo consacrati quasi tre anni fa al Sacro Cuore, immagine dell'infinito amore che Dio ha per noi. Le nostre famiglie sono spesso attaccate da tentazioni e peccati che le feriscono profondamente e che portano a un clima di tenebra e opacità. Consacrarle al Sacro Cuore significa metterle nelle mani del Signore e porre la fonte di ogni luce nel centro delle nostre case, dissipando così le oscurità e le paure. E possiamo esserne certi: se non scapperemo noi, quel sole non conoscerà mai tramonto.

Come si fa?
Ci sono molti modi e preghiere per farla. Il modo più semplice è radunare tutta la famiglia di fronte a un'immagine del Sacro Cuore o di fronte a un Crocifisso e recitare una delle molte formule consacratorie. Se possibile, sarebbe bello prepararsi insieme, per non svilire l'atto che si sta compiendo, magari con una novena al Sacro Cuore.
Inoltre, la consacrazione si potrà rinnovare ogni giorno, offrendo le nostre azioni al Signore e ricordandoci che ormai tutto di noi è suo e mai ritratterà la sua protezione. Noi siamo suoi, cosa temiamo, se non il peccato!

Trovi le formule consacratorie negli allegati conclusivi di questo sussidio.

Il Rosario

Cos'è?
È la preghiera mariana per eccellenza. Essa nasce anticamente per sostituire i centocinquanta Salmi con centocinquanta Ave Maria, nei secoli è stata diffusa da innumerevoli santi, soprattutto a causa delle continue grazie che ottiene dal Signore. Attraverso Maria si contemplano i misteri della vita di Gesù, lasciando alla Madre le richieste da avanzare al Figlio.

Come si fa?

1. **Annuncio del mistero della vita del Signore**
2. **Padre nostro - dieci Ave Maria Gloria al Padre**
3. **Salve Regina** *Concluso il quinto mistero*
4. **Litanie lauretane**

Sarebbe bello recuperare l'uso di dirlo in famiglia, magari nel tempo di quaresima e durante il mese di maggio, chiedendo la grazia della comunione familiare. Inoltre, è una preghiera che si può dire lungo tutta la giornata, magari durante i molti trasferimenti che dobbiamo affrontare, eventualmente anche limitandosi a dirne una parte.

Trovi i Misteri del Rosario negli allegati conclusivi di questo sussidio.

La Via Crucis

Cos'è?
È un'antica pratica di pietà, che conduce a ripetere e commemorare il percorso che Gesù fece a partire dalla sua condanna, attraverso la salita del Calvario, fino alla Crocifissione e morte. Essa è estremamente preziosa per contemplare l'amore che Dio ha per noi e che l'ha condotto a morire, a causa dei nostri peccati, per salvarci e aprirci le porte del paradiso.

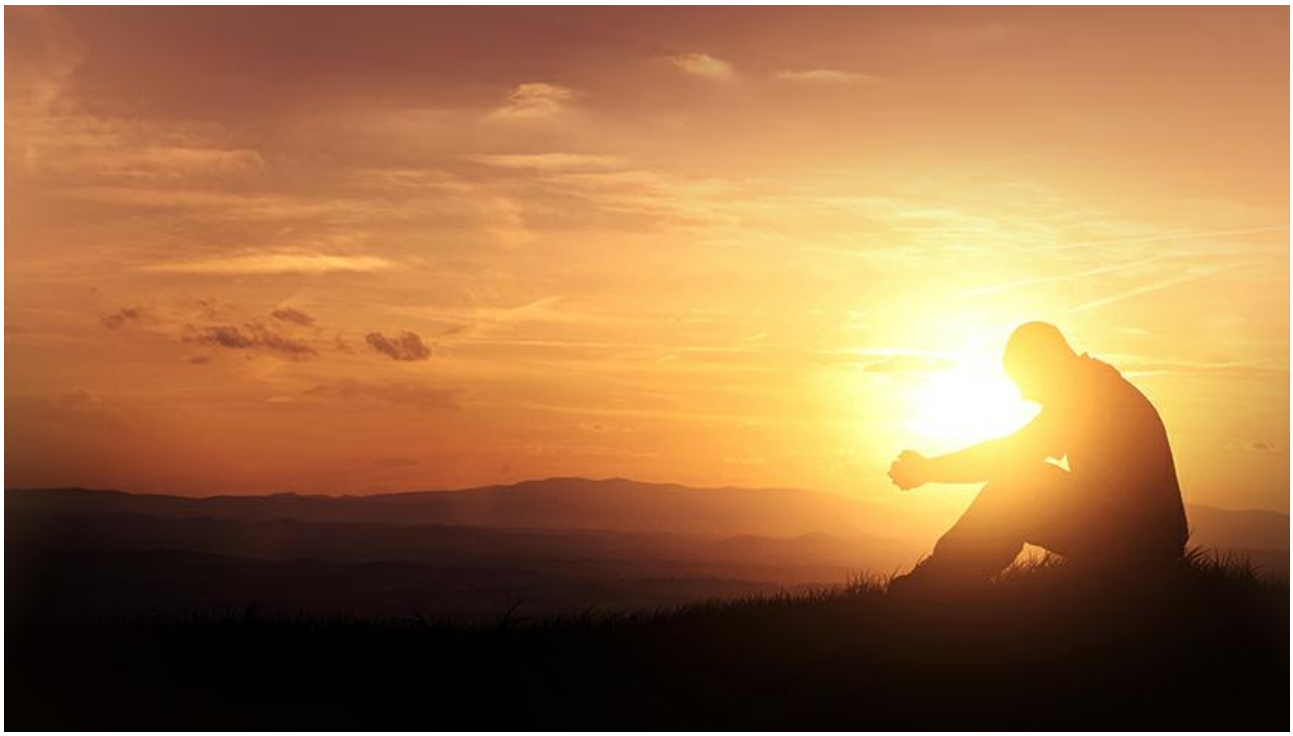
Come si fa?
Si può fare in chiesa seguendo le quattordici stazioni che spesso sono raffigurate nelle nostre parrocchie, ma anche in casa di fronte al semplice Crocifisso, da soli o in famiglia. Si possono utilizzare vari schemi, facilmente recuperabili, con ricche e preziose meditazioni.
Ne proponiamo uno molto semplice:

1. **Annuncio della stazione** (prima stazione...)
2. «**Ti adoriamo, Cristo, e ti benediciamo**.» «**Perché con la tua santa croce hai redento il mondo**.» (dopo ogni annuncio della stazione)
3. **Silenzio** *in cui contemplare quel particolare episodio della passione*
4. **Un Padre nostro, un'Ave Maria e un Gloria al Padre.**

Trovi le quattordici stazioni negli allegati conclusivi di questo sussidio.

Seconda Parte - per famiglie, adulti, giovani e giovanissimi:

Meditazioni quotidiane



Domenica 15 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Giovanni Gv 4,5-42

In quel tempo, Gesù giunse a una città della Samarìa chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi. Allora la donna samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?».

I Giudei infatti non hanno rapporti con i Samaritani. Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: Dammi da bere! tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva». Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?».

Gesù le risponde: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno. Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna». «Signore - gli dice la donna -, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua. Vedo che tu sei un profeta! I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare».

Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorate ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma viene l'ora - ed è questa - in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così infatti il Padre vuole che siano quelli che lo adorano. Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità». Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa».

Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con te». Molti Samaritani di quella città credettero in lui. E quando giunsero da lui, lo pregavano di rimanere da loro ed egli rimase là due giorni. Molti di più credettero per la sua parola e alla donna dicevano: «Non è più per i tuoi discorsi che noi crediamo, ma perché noi stessi abbiamo udito e sappiamo che questi è veramente il salvatore del mondo».

Spunto di riflessione:

Se tu conoscessi il dono di Dio e Colui che ti dice dammi da bere, tu avresti chiesto a Lui ed Egli ti avrebbe dato acqua viva.

Preghiera:

L’anima mia ha sete del Dio vivente.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di osservare chi mi ama, riconoscendo come il mio cuore si sazia solo di un amore infinito, perché Dio l’ha creato per quello. Durante la preghiera della sera ringrazierò il Signore chiedendogli di non cessare mai di rivolgermi il Suo amore e la Sua grazia.

Lunedì 16 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Luca Lc 4, 24-30

In quel tempo, Gesù [cominciò a dire nella sinagoga a Nàzaret]: «In verità io vi dico: nessun profeta è bene accetto nella sua patria. Anzi, in verità io vi dico: c'erano molte vedove in Israele al tempo di Elìa, quando il cielo fu chiuso per tre anni e sei mesi e ci fu una grande carestia in tutto il paese; ma a nessuna di esse fu mandato Elìa, se non a una vedova a Sarèpta di Sidóne. C'erano molti lebbrosi in Israele al tempo del profeta Elisèo, ma nessuno di loro fu purificato, se non Naamàn, il Siro».

All'udire queste cose, tutti nella sinagoga si riempirono di sdegno. Si alzarono e lo cacciarono fuori della città e lo condussero fin sul ciglio del monte, sul quale era costrita la loro città, per gettarlo giù. Ma egli, passando in mezzo a loro, si mise in cammino.

Spunto di riflessione:

Nessun profeta è bene accetto in patria.

Preghiera:

Attingeremo con gioia alle sorgenti del Signore.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di riconoscere un aspetto bello di un mio familiare e lo ringrazierò per il dono che è per me. Durante la preghiera della sera riferirò al Signore dove l’ho visto e cosa ho capito di ciò che mi ha detto oggi, evitando così che mi possa abituare della Sua presenza.

Martedì 17 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Matteo Mt 18,21-35

In quel tempo, Pietro si avvicinò a Gesù e gli disse: «Signore, se il mio fratello commette colpe contro di me, quante volte dovrò perdonargli? Fino a sette volte?». E Gesù gli rispose: «Non ti dico fino a sette, ma fino a settanta volte sette.

Per questo, il regno dei cieli è simile a un re che volle regolare i conti con i suoi servi. Aveva cominciato a regolare i conti, quando gli fu presentato un tale che gli doveva diecimila talenti. Poiché costui non era in grado di restituire, il padrone ordinò che fosse venduto lui con la moglie, i figli e quanto possedeva, e così saldasse il debito. Allora il servo, prostrato a terra, lo supplicava dicendo: "Abbi pazienza con me e ti restituirò ogni cosa". Il padrone ebbe compassione di quel servo, lo lasciò andare e gli condonò il debito.

Appena uscito, quel servo trovò uno dei suoi compagni, che gli doveva cento denari. Lo prese per il collo e lo soffocava, dicendo: "Restituisci quel che devi!". Il suo compagno, prostrato a terra, lo pregava dicendo: "Abbi pazienza con me e ti restituirò". Ma egli non volle, andò e lo fece gettare in prigione, fino a che non avesse pagato il debito.

Visto quello che accadeva, i suoi compagni furono molto dispiaciuti e andarono a riferire al loro padrone tutto l'accaduto. Allora il padrone fece chiamare quell'uomo e gli disse: "Servo malvagio, io ti ho condonato tutto quel debito perché tu mi hai pregato. Non dovevi anche tu aver pietà del tuo compagno, così come io ho avuto pietà di te?". Sdegnato, il padrone lo diede in mano agli aguzzini, finché non avesse restituito tutto il dovuto.

Così anche il Padre mio celeste farà con voi se non perdonerete di cuore, ciascuno al proprio fratello».

Spunto di riflessione:

Quante volte dovrò perdonare?

Preghiera:

Ricordati di me nella tua misericordia per la tua bontà Signore.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di chiedere perdono ad una persona, ricordandomi quante volte il Signore ha perdonato i miei tradimenti al Suo amore. Sceglierò la persona che fatico di più a perdonare.

Mercoledì 18 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Matteo Mt 5,17-19

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:

«Non crediate che io sia venuto ad abolire la Legge o i Profeti; non sono venuto ad abolire, ma a dare pieno compimento. In verità io vi dico: finché non siano passati il cielo e la terra, non passerà un solo iota o un solo trattino della Legge, senza che tutto sia avvenuto.

Chi dunque trasgredirà uno solo di questi minimi precetti e insegnerà agli altri a fare altrettanto, sarà considerato minimo nel regno dei cieli. Chi invece li osserverà e li insegnerà, sarà considerato grande nel regno dei cieli».

Spunto di riflessione:

Chi osserverà e insegnerà i precetti del Signore sarà considerato grande nel Regno dei Cieli.

Preghiera:

Egli manda sulla terra la sua parola, il suo messaggio corre veloce.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di dire una parola di fede durante un dialogo in famiglia.

Giovedì 19 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Romani Rm 4,13.16-18.22

Fratelli, non in virtù della Legge fu data ad Abramo, o alla sua discendenza, la promessa di diventare erede del mondo, ma in virtù della giustizia che viene dalla fede. Eredi dunque si diventa in virtù della fede, perché sia secondo la grazia, e in tal modo la promessa sia sicura per tutta la discendenza: non soltanto per quella che deriva dalla Legge, ma anche per quella che deriva dalla fede di Abramo, il quale è padre di tutti noi - come sta scritto: «Ti ho costituito padre di molti popoli» - davanti al Dio nel quale credette, che dà vita ai morti e chiama all'esistenza le cose che non esistono. Egli credette, saldo nella speranza contro ogni speranza, e così divenne padre di molti popoli, come gli era stato detto: «Così sarà la tua discendenza». Ecco perché gli fu accreditato come giustizia.

Spunto di riflessione:

Chi non è con me, è contro di me; chi non raccoglie con me, disperde.

Preghiera:

Fa' che ascoltiamo Signore la tua voce.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di osservare come tutte le volte che ascolto la voce della tentazione perdo tutto, mentre se faccio la volontà di Dio sono felice anche quando mi costa sacrificio. Mi impegnerò a fare un qualcosa in famiglia che mi costa fatica, ma che so che il Signore vuole.

Venerdì 20 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Marco Mc 12,28b-34

In quel tempo, si avvicinò a Gesù uno degli scribi e gli domandò: «Qual è il primo di tutti i comandamenti?».

Gesù rispose: «Il primo è: "Ascolta, Israele! Il Signore nostro Dio è l'unico Signore; amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore e con tutta la tua anima, con tutta la tua mente e con tutta la tua forza". Il secondo è questo: "Amerai il tuo prossimo come te stesso". Non c'è altro comandamento più grande di questi».

Lo scriba gli disse: «Hai detto bene, Maestro, e secondo verità, che Egli è unico e non vi è altri all'infuori di lui; amarlo con tutto il cuore, con tutta l'intelligenza e con tutta la forza e amare il prossimo come se stesso vale più di tutti gli olocàusti e i sacrifici».

Vedendo che egli aveva risposto saggiamente, Gesù gli disse: «Non sei lontano dal regno di Dio». E nessuno aveva più il coraggio di interrogarlo.

Spunto di riflessione:

Ascolta Israele il Signore Dio nostro è l'unico Signore, amerai dunque il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore, con tutta la tua mente, con tutte la tua forza.

Preghiera:

Signore tu hai parole di vita eterna.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di offrire un atto, una parola o un gesto al Signore o alla Madonna. Mi ricorderò che tutto ciò che offro a loro lo ritroverò in Paradiso.

Sabato 21 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Marco Mc 12,28b-34

In quel tempo, si avvicinò a Gesù uno degli scribi e gli domandò: «Qual è il primo di tutti i comandamenti?».

Gesù rispose: «Il primo è: "Ascolta, Israele! Il Signore nostro Dio è l'unico Signore; amerai il Signore tuo Dio con tutto il tuo cuore e con tutta la tua anima, con tutta la tua mente e con tutta la tua forza". Il secondo è questo: "Amerai il tuo prossimo come te stesso". Non c'è altro comandamento più grande di questi».

Lo scriba gli disse: «Hai detto bene, Maestro, e secondo verità, che Egli è unico e non vi è altri all'infuori di lui; amarlo con tutto il cuore, con tutta l'intelligenza e con tutta la forza e amare il prossimo come se stesso vale più di tutti gli olocàusti e i sacrifici».

Vedendo che egli aveva risposto saggiamente, Gesù gli disse: «Non sei lontano dal regno di Dio». E nessuno aveva più il coraggio di interrogarlo.

Spunto di riflessione:

O Dio abbi pietà di me peccatore.

Preghiera:

Tu gradisci o Dio gli umili di cuore.

Impegno del Giorno:

Cercherò di compiere un atto di umiltà verso un mio familiare che mi costi un po’ di sacrificio. Lo farò come riparazione (qualcosa che sia contrario ad un male che ho commesso e che provi a rimediare) per i peccati che ho compiuto e ringrazierò il Signore per il perdono che mi ha concesso sulla Croce e in ogni confessione.

Domenica 22 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Giovanni (forma breve 9,1.6-9.13-17.34-38)

In quel tempo, Gesù passando vide un uomo cieco dalla nascita; sputò per terra, fece del fango con la saliva, spalmò il fango sugli occhi del cieco e gli disse: «Va' a lavarti nella piscina di Siloe», che significa "Inviato". Quegli andò, si lavò e tornò che ci vedeva. Allora i vicini e quelli che lo avevano visto prima, perché era un mendicante, dicevano: «Non è lui quello che stava seduto a chiedere l'elemosina?». Alcuni dicevano: «È lui»; altri dicevano: «No, ma è uno che gli assomiglia». Ed egli diceva: «Sono io!».

Condussero dai farisei quello che era stato cieco: 14era un sabato, il giorno in cui Gesù aveva fatto del fango e gli aveva aperto gli occhi. Anche i farisei dunque gli chiesero di nuovo come aveva acquistato la vista. Ed egli disse loro: «Mi ha messo del fango sugli occhi, mi sono lavato e ci vedo». Allora alcuni dei farisei dicevano: «Quest'uomo non viene da Dio, perché non osserva il sabato». Altri invece dicevano: «Come può un peccatore compiere segni di questo genere?». E c'era dissenso tra loro. Allora dissero di nuovo al cieco: «Tu, che cosa dici di lui, dal momento che ti ha aperto gli occhi?». Egli rispose: «È un profeta!». Gli replicarono: «Sei nato tutto nei peccati e insegni a noi?». E lo cacciarono fuori.

Gesù seppe che l'avevano cacciato fuori; quando lo trovò, gli disse: «Tu, credi nel Figlio dell'uomo?». Egli rispose: «E chi è, Signore, perché io creda in lui?». Gli disse Gesù: «Lo hai visto: è colui che parla con te». Ed egli disse: «Credo, Signore!». E si prostrò dinanzi a lui.

Spunto di riflessione:

Io sono la luce del mondo chi segue me avrà la luce della vita.

Preghiera:

Di te ha detto il mio cuore cercate il Suo volto.

Impegno del Giorno:

Nella giornata farò, se possibile insieme alla mia famiglia, la Comunione Spirituale, ricordandomi che senza di Lui cammino nelle tenebre, perché solo Lui mi dà la luce e l'orientamento verso cui devo camminare.

Lunedì 23 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Giovanni Gv 4,43-54

In quel tempo, Gesù partì [dalla Samarìa] per la Galilea. Gesù stesso infatti aveva dichiarato che un profeta non riceve onore nella propria patria. Quando dunque giunse in Galilea, i Galilei lo accolsero, perché avevano visto tutto quello che aveva fatto a Gerusalemme, durante la festa; anch'essi infatti erano andati alla festa.

Andò dunque di nuovo a Cana di Galilea, dove aveva cambiato l'acqua in vino. Vi era un funzionario del re, che aveva un figlio malato a Cafàrnao. Costui, udito che Gesù era venuto dalla Giudea in Galilea, si recò da lui e gli chiedeva di scendere a guarire suo figlio, perché stava per morire.

Gesù gli disse: «Se non vedete segni e prodigi, voi non credete». Il funzionario del re gli disse: «Signore, scendi prima che il mio bambino muoia». Gesù gli rispose: «Va', tuo figlio vive». Quell'uomo credette alla parola che Gesù gli aveva detto e si mise in cammino.

Proprio mentre scendeva, gli vennero incontro i suoi servi a dirgli: «Tuo figlio vive!». Volle sapere da loro a che ora avesse cominciato a star meglio. Gli dissero: «Ieri, un'ora dopo mezzogiorno, la febbre lo ha lasciato». Il padre riconobbe che proprio a quell'ora Gesù gli aveva detto: «Tuo figlio vive», e credette lui con tutta la sua famiglia.

Questo fu il secondo segno, che Gesù fece quando tornò dalla Giudea in Galilea.

Spunto di riflessione:

“Se non vedete segni e prodigi voi non credete”. “Va’ tuo figlio vive”.

Preghiera:

Signore Dio mio a te ho gridato e mi hai guarito.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di pensare alla mia vita e di vedere come il Signore mi ha accompagnato sempre, anche se spesso senza farsi notare. Nella preghiera Gli chiederò di intercedere per un mio familiare, ricordandomi che la mia preghiera è sempre ascoltata, perché un padre ascolta sempre il figlio.

Martedì 24 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Giovanni Gv 5,1-16

Ricorreva una festa dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme. A Gerusalemme, presso la porta delle Pecore, vi è una piscina, chiamata in ebraico Betzatà, con cinque portici, sotto i quali giaceva un grande numero di infermi, ciechi, zoppi e paralitici.

Si trovava lì un uomo che da trentotto anni era malato. Gesù, vedendolo giacere e sapendo che da molto tempo era così, gli disse: «Vuoi guarire?». Gli rispose il malato: «Signore, non ho nessuno che mi immerga nella piscina quando l'acqua si agita. Mentre infatti sto per andarvi, un altro scende prima di me». Gesù gli disse: «Àlzati, prendi la tua barella e cammina». E all'istante quell'uomo guarì: prese la sua barella e cominciò a camminare.

Quel giorno però era un sabato. Dissero dunque i Giudei all'uomo che era stato guarito: «È sabato e non ti è lecito portare la tua barella». Ma egli rispose loro: «Colui che mi ha guarito mi ha detto: "Prendi la tua barella e cammina"». Gli domandarono allora: «Chi è l'uomo che ti ha detto: "Prendi e cammina?"». Ma colui che era stato guarito non sapeva chi fosse; Gesù infatti si era allontanato perché vi era folla in quel luogo.

Poco dopo Gesù lo trovò nel tempio e gli disse: «Ecco: sei guarito! Non peccare più, perché non ti accada qualcosa di peggio». Quell'uomo se ne andò e riferì ai Giudei che era stato Gesù a guarirlo. Per questo i Giudei perseguitavano Gesù, perché faceva tali cose di sabato.

Spunto di riflessione:

“Vuoi guarire?”. “Signore io non ho nessuno”. “Alzati, prendi il tuo lettuccio e cammina!”.

Preghiera:

Dio è per noi rifugio e forza, aiuto sempre vicino nelle angosce.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di essere lo strumento del Signore verso una situazione di solitudine e di sfiducia che conosco. Nella preghiera Gli chiederò perdono dei miei peccati e farò il proposito di confessarmi presto, per essere guarito da Lui.

Mercoledì 25 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Luca Lc 1,26-38

In quel tempo, l'angelo Gabriele fu mandato da Dio in una città della Galilea, chiamata Nàzaret, a una vergine, promessa sposa di un uomo della casa di Davide, di nome Giuseppe. La vergine si chiamava Maria. Entrando da lei, disse: «Rallégrati, piena di grazia: il Signore è con te». A queste parole ella fu molto turbata e si domandava che senso avesse un saluto come questo. L'angelo le disse: «Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. Ed ecco, concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù. Sarà grande e verrà chiamato Figlio dell'Altissimo; il Signore Dio gli darà il trono di Davide suo padre e regnerà per sempre sulla casa di Giacobbe e il suo regno non avrà fine». Allora Maria disse all'angelo: «Come avverrà questo, poiché non conosco uomo?». Le rispose l'angelo: «Lo Spirito Santo scenderà su di te e la potenza dell'Altissimo ti coprirà con la sua ombra. Perciò colui che nascerà sarà santo e sarà chiamato Figlio di Dio. Ed ecco, Elisabetta, tua parente, nella sua vecchiaia ha concepito anch'essa un figlio e questo è il sesto mese per lei, che era detta sterile: nulla è impossibile a Dio». Allora Maria disse: «Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola». E l'angelo si allontanò da lei.

Spunto di riflessione:

Chi ascolta la mia parola e crede in Colui che mi ha mandato, ha la vita eterna.

Preghiera:

Buono è il Signore verso tutti, la sua tenerezza si espande su tutte le creature.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di osservare come la mia vita terrena non mi basta, ma solo Dio mi dà la vita eterna. Se posso, leggerò il Vangelo a tutta la mia famiglia, altrimenti Gli ripeterò varie volte la mia fede nella Sua bontà e nella Sua tenerezza.

Giovedì 26 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Giovanni Gv 5,31-47

In quel tempo, Gesù disse ai Giudei: «Se fossi io a testimoniare di me stesso, la mia testimonianza non sarebbe vera. C'è un altro che dà testimonianza di me, e so che la testimonianza che egli dà di me è vera. Voi avete inviato dei messaggeri a Giovanni ed egli ha dato testimonianza alla verità. Io non ricevo testimonianza da un uomo; ma vi dico queste cose perché siate salvati. Egli era la lampada che arde e risplende, e voi solo per un momento avete voluto rallegrarvi alla sua luce. Io però ho una testimonianza superiore a quella di Giovanni: le opere che il Padre mi ha dato da compiere, quelle stesse opere che io sto facendo, testimoniano di me che il Padre mi ha mandato. E anche il Padre, che mi ha mandato, ha dato testimonianza di me. Ma voi non avete mai ascoltato la sua voce né avete mai visto il suo volto, e la sua parola non rimane in voi; infatti non credete a colui che egli ha mandato. Voi scrutate le Scritture, pensando di avere in esse la vita eterna: sono proprio esse che danno testimonianza di me. Ma voi non volete venire a me per avere vita. Io non ricevo gloria dagli uomini. Ma vi conosco: non avete in voi l'amore di Dio. Io sono venuto nel nome del Padre mio e voi non mi accogliete; se un altro venisse nel proprio nome, lo accogliereste. E come potete credere, voi che ricevete gloria gli uni dagli altri, e non cercate la gloria che viene dall'unico Dio? Non crediate che sarò io ad accusarvi davanti al Padre; vi è già chi vi accusa: Mosè, nel quale riponete la vostra speranza. Se infatti credeste a Mosè, credereste anche a me; perché egli ha scritto di me. Ma se non credete ai suoi scritti, come potrete credere alle mie parole?».

Spunto di riflessione:

Le opere che il Padre mi ha dato da compiere, testimoniano di me che il Padre mi ha mandato.

Preghiera:

Dimenticarono Dio che li aveva salvati, che aveva operato in Egitto cose grandi.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di rispondere alle domande: Chi è Gesù? Quali sono le Sue opere? Proverò, poi, a osservare se le opere che compirò oggi testimoniano che sono un figlio di Dio, oppure se lo negano.

Venerdì 27 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Giovanni Gv 7,1-2.10.25-30

In quel tempo, Gesù se ne andava per la Galilea; infatti non voleva più percorrere la Giudea, perché i Giudei cercavano di ucciderlo.

Si avvicinava intanto la festa dei Giudei, quella delle Capanne. Quando i suoi fratelli salirono per la festa, vi salì anche lui: non apertamente, ma quasi di nascosto.

Alcuni abitanti di Gerusalemme dicevano: «Non è costui quello che cercano di uccidere? Ecco, egli parla liberamente, eppure non gli dicono nulla. I capi hanno forse riconosciuto davvero che egli è il Cristo? Ma costui sappiamo di dov'è; il Cristo invece, quando verrà, nessuno saprà di dove sia».

Gesù allora, mentre insegnava nel tempio, esclamò: «Certo, voi mi conoscete e sapete di dove sono. Eppure non sono venuto da me stesso, ma chi mi ha mandato è veritiero, e voi non lo conoscete. Io lo conosco, perché vengo da lui ed egli mi ha mandato».

Cercarono allora di arrestarlo, ma nessuno riuscì a mettere le mani su di lui, perché non era ancora giunta la sua ora.

Spunto di riflessione:

Io non sono venuto da me e chi mi ha mandato è veritiero e voi non lo conoscete.

Preghiera:

Ascolta Signore il grido del tuo povero.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di scrivere i miei dubbi di fede e farò il proposito di affrontarli quanto prima con un Sacerdote di cui ho fiducia. Chiederò poi al Signore di aumentare la mia fede e lo ringrazierò di avermi fatto Suo figlio e destinato al Paradiso.

Sabato 28 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Giovanni Gv 7,40-53

In quel tempo, all'udire le parole di Gesù, alcuni fra la gente dicevano: «Costui è davvero il profeta!». Altri dicevano: «Costui è il Cristo!». Altri invece dicevano: «Il Cristo viene forse dalla Galilea? Non dice la Scrittura: "Dalla stirpe di Davide e da Betlemme, il villaggio di Davide, verrà il Cristo"?». E tra la gente nacque un dissenso riguardo a lui.

Alcuni di loro volevano arrestarlo, ma nessuno mise le mani su di lui. Le guardie tornarono quindi dai capi dei sacerdoti e dai farisei e questi dissero loro: «Perché non lo avete condotto qui?». Risposero le guardie: «Mai un uomo ha parlato così!». Ma i farisei replicarono loro: «Vi siete lasciati ingannare anche voi? Ha forse creduto in lui qualcuno dei capi o dei farisei? Ma questa gente, che non conosce la Legge, è maledetta!».

Allora Nicodèmo, che era andato precedentemente da Gesù, ed era uno di loro, disse: «La nostra Legge giudica forse un uomo prima di averlo ascoltato e di sapere ciò che fa?». Gli risposero: «Sei forse anche tu della Galilea? Studia, e vedrai che dalla Galilea non sorge profeta!». E ciascuno tornò a casa sua.

Spunto di riflessione:

Mai un uomo ha parlato, come parla quest'uomo.

Preghiera:

Signore mio Dio in te mi rifugio.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di pensare alla domanda: Quali sono le mie paure? E una volta riconosciute e chiamate per nome, le affiderò in preghiera al Sacro Cuore, mio preziosissimo rifugio.

Domenica 29 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Giovanni Forma breve: Gv 11, 3-7.17.20-27.33b-45

In quel tempo, le sorelle di Lazzaro mandarono a dire a Gesù: «Signore, ecco, colui che tu ami è malato». All'udire questo, Gesù disse: «Questa malattia non porterà alla morte, ma è per la gloria di Dio, affinché per mezzo di essa il Figlio di Dio venga glorificato». Gesù amava Marta e sua sorella e Lazzaro. Quando sentì che era malato, rimase per due giorni nel luogo dove si trovava. Poi disse ai discepoli: «Andiamo di nuovo in Giudea!». Quando Gesù arrivò, trovò Lazzaro che già da quattro giorni era nel sepolcro. Marta, come udì che veniva Gesù, gli andò incontro; Maria invece stava seduta in casa. Marta disse a Gesù: «Signore, se tu fossi stato qui, mio fratello non sarebbe morto! Ma anche ora so che qualunque cosa tu chiederai a Dio, Dio te la concederà». Gesù le disse: «Tuo fratello risorgerà». Gli rispose Marta: «So che risorgerà nella risurrezione dell'ultimo giorno». Gesù le disse: «Io sono la risurrezione e la vita; chi crede in me, anche se muore, vivrà; chiunque vive e crede in me, non morirà in eterno. Credi questo?». Gli rispose: «Sì, o Signore, io credo che tu sei il Cristo, il Figlio di Dio, colui che viene nel mondo». Gesù si commosse profondamente e, molto turbato, domandò: «Dove lo avete posto?». Gli dissero: «Signore, vieni a vedere!». Gesù scoppiò in pianto. Dissero allora i Giudei: «Guarda come lo amava!». Ma alcuni di loro dissero: «Lui, che ha aperto gli occhi al cieco, non poteva anche far sì che costui non morisse?». Allora Gesù, ancora una volta commosso profondamente, si recò al sepolcro: era una grotta e contro di essa era posta una pietra. Disse Gesù: «Togliete la pietra!». Gli rispose Marta, la sorella del morto: «Signore, manda già cattivo odore: è lì da quattro giorni». Le disse Gesù: «Non ti ho detto che, se crederai, vedrai la gloria di Dio?». Tolsero dunque la pietra. Gesù allora alzò gli occhi e disse: «Padre, ti rendo grazie perché mi hai ascoltato. Io sapevo che mi dai sempre ascolto, ma l'ho detto per la gente che mi sta attorno, perché credano che tu mi hai mandato». Detto questo, gridò a gran voce: «Lazzaro, vieni fuori!». Il morto uscì, i piedi e le mani legati con bende, e il viso avvolto da un sudario. Gesù disse loro: «Liberàtelo e lasciàtelo andare». Molti dei Giudei che erano venuti da Maria, alla vista di ciò che egli aveva compiuto, credettero in lui.

Spunto di riflessione:

Io sono la Risurrezione e la Vita, chi crede in me anche se muore vivrà; chiunque vive e crede in me non morirà in eterno (credi questo?).

Preghiera:

L’anima mia è rivolta al Signore più che le sentinelle all’aurora.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di vedere che cosa mi interessa veramente, per che cosa sono disposto a morire, che cosa amo. Farò poi un gesto d’affetto verso una persona che amo, come se lo facessi al Signore. Se possibile, farò la Comunione Spirituale con tutta la mia famiglia.

Lunedì 30 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal vangelo secondo Giovanni Gv 8,1-11

In quel tempo, Gesù si avviò verso il monte degli Ulivi. Ma al mattino si recò di nuovo nel tempio e tutto il popolo andava da lui. Ed egli sedette e si mise a insegnare loro.

Allora gli scribi e i farisei gli condussero una donna sorpresa in adulterio, la posero in mezzo e gli dissero: «Maestro, questa donna è stata sorpresa in flagrante adulterio. Ora Mosè, nella Legge, ci ha comandato di lapidare donne come questa. Tu che ne dici?». Dicevano questo per metterlo alla prova e per avere motivo di accusarlo.

Ma Gesù si chinò e si mise a scrivere col dito per terra. Tuttavia, poiché insistevano nell'interrogarlo, si alzò e disse loro: «Chi di voi è senza peccato, getti per primo la pietra contro di lei». E, chinatosi di nuovo, scriveva per terra. Quelli, udito ciò, se ne andarono uno per uno, cominciando dai più anziani.

Lo lasciarono solo, e la donna era là in mezzo. Allora Gesù si alzò e le disse: «Donna, dove sono? Nessuno ti ha condannata?». Ed ella rispose: «Nessuno, Signore». E Gesù disse: «Neanch'io ti condanno; va' e d'ora in poi non peccare più».

Spunto di riflessione:

Neppure io ti condanno; va’ e d’ora in poi non peccare più.

Preghiera:

Con Te Signore non temo alcun male.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di fare un buon esame di coscienza, osservando come l’unico male che devo temere è il peccato, l’allontanamento dal Signore. Cercherò poi di fare un atto di riparazione (qualcosa che sia contrario ad un male che ho commesso e che provi a rimediare) per un peccato che ho compiuto. Ripeterò il proposito di tornare a confessarmi.

Martedì 31 Marzo

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Giovanni Gv 8,21-30

In quel tempo, Gesù disse ai farisei: «Io vado e voi mi cercherete, ma morirete nel vostro peccato. Dove vado io, voi non potete venire». Dicevano allora i Giudei: «Vuole forse uccidersi, dal momento che dice: "Dove vado io, voi non potete venire"?». E diceva loro: «Voi siete di quaggiù, io sono di lassù; voi siete di questo mondo, io non sono di questo mondo. Vi ho detto che morirete nei vostri peccati; se infatti non credete che Io Sono, morirete nei vostri peccati». Gli dissero allora: «Tu, chi sei?». Gesù disse loro: «Proprio ciò che io vi dico. Molte cose ho da dire di voi, e da giudicare; ma colui che mi ha mandato è veritiero, e le cose che ho udito da lui, le dico al mondo». Non capirono che egli parlava loro del Padre. Disse allora Gesù: «Quando avrete innalzato il Figlio dell'uomo, allora conoscerete che Io Sono e che non faccio nulla da me stesso, ma parlo come il Padre mi ha insegnato. Colui che mi ha mandato è con me: non mi ha lasciato solo, perché faccio sempre le cose che gli sono gradite». A queste sue parole, molti credettero in lui.

Spunto di riflessione:

Quando avrete innalzato il figlio dell'uomo allora saprete che Io Sono.

Preghiera:

Ascolta Signore il gemito del misero.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di fermarmi qualche minuto di fronte al Crocifisso, vedendo fino a che punto il Signore mi ha amato. Cercherò di aiutare chi mi ha chiesto una mano, soprattutto se mi costa un po' di sacrificio.

Mercoledì 1 Aprile

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Giovanni Gv 8,31-42

In quel tempo, Gesù disse a quei Giudei che gli avevano creduto: «Se rimanete nella mia parola, siete davvero miei discepoli; conoscerete la verità e la verità vi farà liberi». Gli risposero: «Noi siamo discendenti di Abramo e non siamo mai stati schiavi di nessuno. Come puoi dire: "Diventerete liberi"?».

Gesù rispose loro: «In verità, in verità io vi dico: chiunque commette il peccato è schiavo del peccato. Ora, lo schiavo non resta per sempre nella casa; il figlio vi resta per sempre. Se dunque il Figlio vi farà liberi, sarete liberi davvero. So che siete discendenti di Abramo. Ma intanto cercate di uccidermi perché la mia parola non trova accoglienza in voi. Io dico quello che ho visto presso il Padre; anche voi dunque fate quello che avete ascoltato dal padre vostro».

Gli risposero: «Il padre nostro è Abramo». Disse loro Gesù: «Se foste figli di Abramo, fareste le opere di Abramo. Ora invece voi cercate di uccidere me, un uomo che vi ha detto la verità udita da Dio. Questo, Abramo non l'ha fatto. Voi fate le opere del padre vostro».

Gli risposero allora: «Noi non siamo nati da prostituzione; abbiamo un solo padre: Dio!». Disse loro Gesù: «Se Dio fosse vostro padre, mi amereste, perché da Dio sono uscito e vengo; non sono venuto da me stesso, ma lui mi ha mandato».

Spunto di riflessione:

La verità vi farà liberi.

Preghiera:

A te la lode e la gloria nei secoli.

Impegno del Giorno:

Solo il Signore mi rende libero, perché solo il Signore mi ama di un amore infinito. Nella giornata cercherò di combattere un mio difetto che mi allontana dal Signore e che, quindi, mi toglie libertà.

Giovedì 2 Aprile

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Giovanni Gv 8,51-59

In quel tempo, Gesù disse ai Giudei: «In verità, in verità io vi dico: se uno osserva la mia parola, non vedrà la morte in eterno». Gli dissero allora i Giudei: «Ora sappiamo che sei indemoniato. Abramo è morto, come anche i profeti, e tu dici: "Se uno osserva la mia parola, non sperimenterà la morte in eterno''. Sei tu più grande del nostro padre Abramo, che è morto? Anche i profeti sono morti. Chi credi di essere?».

Rispose Gesù: «Se io glorificassi me stesso, la mia gloria sarebbe nulla. Chi mi glorifica è il Padre mio, del quale voi dite: ''È nostro Dio!'', e non lo conoscete. Io invece lo conosco. Se dicessi che non lo conosco, sarei come voi: un mentitore. Ma io lo conosco e osservo la sua parola. Abramo, vostro padre, esultò nella speranza di vedere il mio giorno; lo vide e fu pieno di gioia».

Allora i Giudei gli dissero: «Non hai ancora cinquant'anni e hai visto Abramo?». Rispose loro Gesù: «In verità, in verità io vi dico: prima che Abramo fosse, Io Sono».

Allora raccolsero delle pietre per gettarle contro di lui; ma Gesù si nascose e uscì dal tempio.

Spunto di riflessione:

Chi osserva la mia parola non conoscerà mai la morte.

Preghiera:

Il Signore è fedele per sempre.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di dire una parola buona verso qualcuno che mi è ostile, ricordandomi che solo con il bene si vince il male: solo osservando la Sua Parola, si vince la morte.

Venerdì 3 Aprile

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Giovanni Gv 10,31-42

In quel tempo, i Giudei raccolsero delle pietre per lapidare Gesù. Gesù disse loro: «Vi ho fatto vedere molte opere buone da parte del Padre; per quale di esse volete lapidarmi?». Gli risposero i Giudei: «Non ti lapidiamo per un'opera buona, ma per una bestemmia: perché tu, che sei uomo, ti fai Dio».

Disse loro Gesù: «Non è forse scritto nella vostra Legge: "Io ho detto: voi siete dèi"? Ora, se essa ha chiamato dèi coloro ai quali fu rivolta la parola di Dio - e la Scrittura non può essere annullata -, a colui che il Padre ha consacrato e mandato nel mondo voi dite: "Tu bestemmi", perché ho detto: "Sono Figlio di Dio"? Se non compio le opere del Padre mio, non credetemi; ma se le compio, anche se non credete a me, credete alle opere, perché sappiate e conosciate che il Padre è in me, e io nel Padre». Allora cercarono nuovamente di catturarlo, ma egli sfuggì dalle loro mani.

Ritornò quindi nuovamente al di là del Giordano, nel luogo dove prima Giovanni battezzava, e qui rimase. Molti andarono da lui e dicevano: «Giovanni non ha compiuto nessun segno, ma tutto quello che Giovanni ha detto di costui era vero». E in quel luogo molti credettero in lui.

Spunto di riflessione:

Credete almeno alle opere, perché sappiate e conosciate che il Padre è in me e io nel Padre.

Preghiera:

Ti amo Signore mia forza.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di fare un affidamento al Sacro Cuore, ovvero al Suo amore: Gli affiderò il mio più grande desiderio. Compirò poi un atto di riparazione per le offese che Dio riceve o che Gli ho arrecato io con il mio peccato.

Sabato 4 Aprile

Lettura del Vangelo:

Dal Vangelo secondo Giovanni Gv 11,45-56

In quel tempo, molti dei Giudei che erano venuti da Maria, alla vista di ciò che Gesù aveva compiuto, [ossia la risurrezione di Làzzaro,] credettero in lui. Ma alcuni di loro andarono dai farisei e riferirono loro quello che Gesù aveva fatto.

Allora i capi dei sacerdoti e i farisei riunirono il sinèdrio e dissero: «Che cosa facciamo? Quest'uomo compie molti segni. Se lo lasciamo continuare così, tutti crederanno in lui, verranno i Romani e distruggeranno il nostro tempio e la nostra nazione».

Ma uno di loro, Caifa, che era sommo sacerdote quell'anno, disse loro: «Voi non capite nulla! Non vi rendete conto che è conveniente per voi che un solo uomo muoia per il popolo, e non vada in rovina la nazione intera!». Questo però non lo disse da se stesso, ma, essendo sommo sacerdote quell'anno, profetizzò che Gesù doveva morire per la nazione; e non soltanto per la nazione, ma anche per riunire insieme i figli di Dio che erano dispersi. Da quel giorno dunque decisero di ucciderlo.

Gesù dunque non andava più in pubblico tra i Giudei, ma da lì si ritirò nella regione vicina al deserto, in una città chiamata Èfraim, dove rimase con i discepoli.

Era vicina la Pasqua dei Giudei e molti dalla regione salirono a Gerusalemme prima della Pasqua per purificarsi. Essi cercavano Gesù e, stando nel tempio, dicevano tra loro: «Che ve ne pare? Non verrà alla festa?».

Spunto di riflessione:

Che ve ne pare? Non verrà Gesù alla festa?

Preghiera:

Li consolerò, li renderò felici senza afflizioni.

Impegno del Giorno:

Nella giornata cercherò di vedere se il Signore è con me, oppure se vivo come se non ci fosse. Proverò a essere Suo strumento consolando o dicendo una parola buona verso chi ne ha bisogno, soprattutto se è un mio familiare.

Terza Parte - per i bambini e i ragazzi:

Ogni giorno, un piccolo impegno

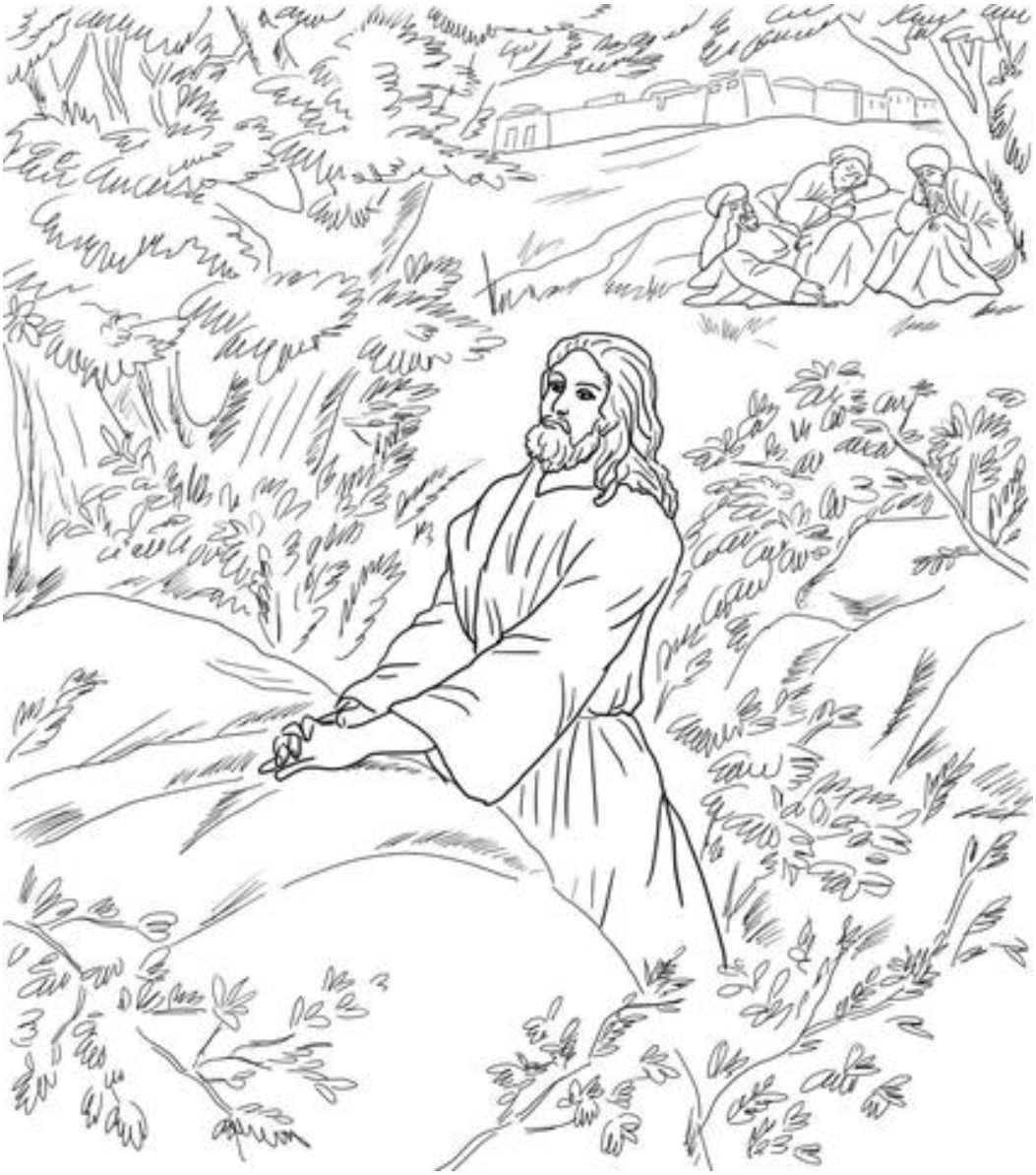


Ogni giorno puoi colorare

e ritagliare gli episodi della Via Crucis

Domenica 15 Marzo

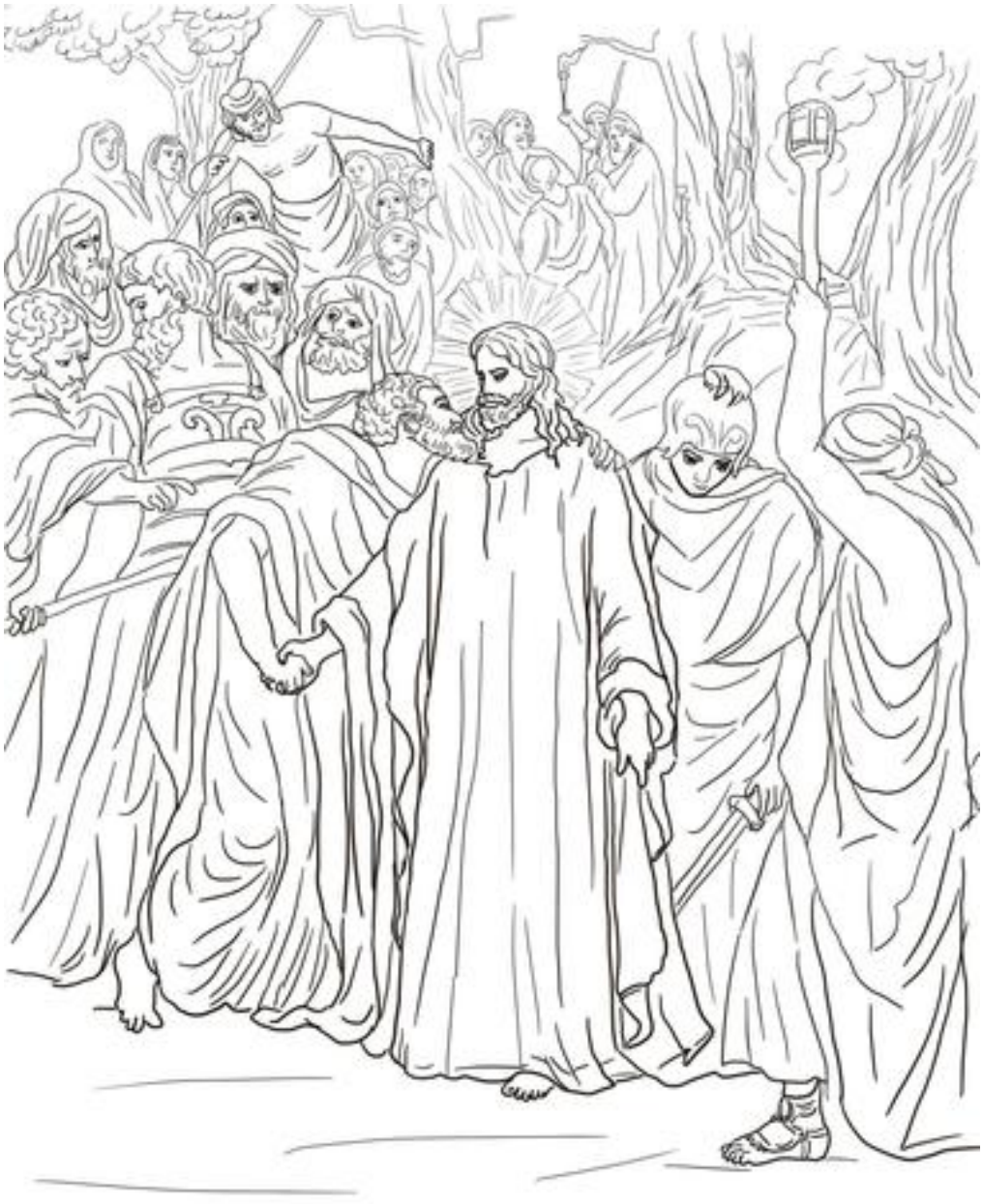
Oggi cercherò di stare più vicino alle persone che mi vogliono bene e ringrazierò il Signore per tutto l'amore che ogni giorno ricevo da Lui attraverso i miei cari.



Gesù prega nel giardino del Getsemani

Lunedì 16 Marzo

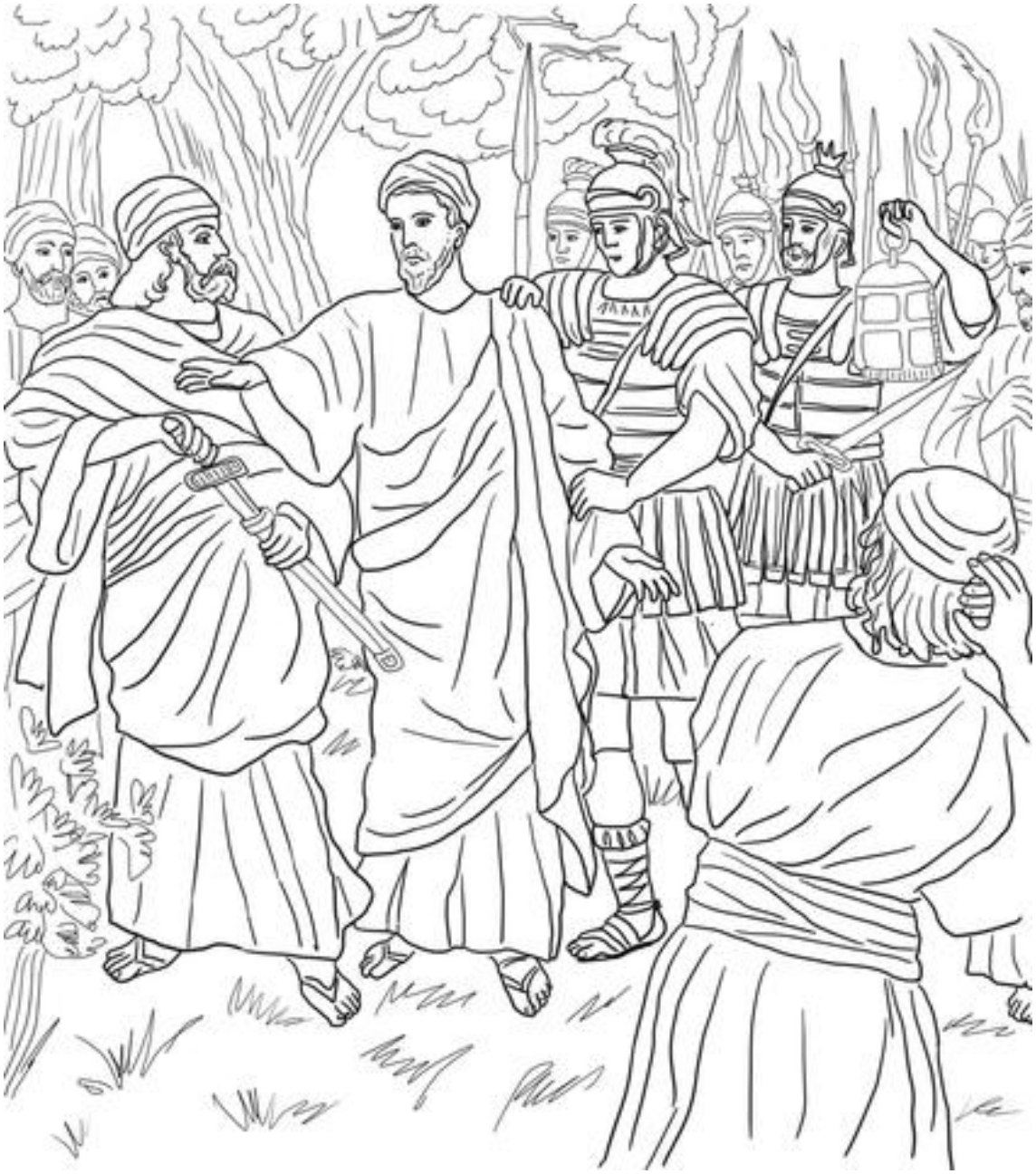
Durante la giornata mi impegnerò a trovare un aspetto bello di un mio familiare e lo ringrazierò per quello che fa per me. Nella preghiera della sera dirò al Signore grazie per essere sempre accanto a me.



Gesù viene tradito da Giuda con un bacio

Martedì 17 Marzo

Nella giornata mi impegno a chiedere scusa a una persona che fatico a perdonare, proprio come fa Gesù con me ogni volta che mi allontano da Lui.



Gesù viene arrestato

Mercoledì 18 Marzo

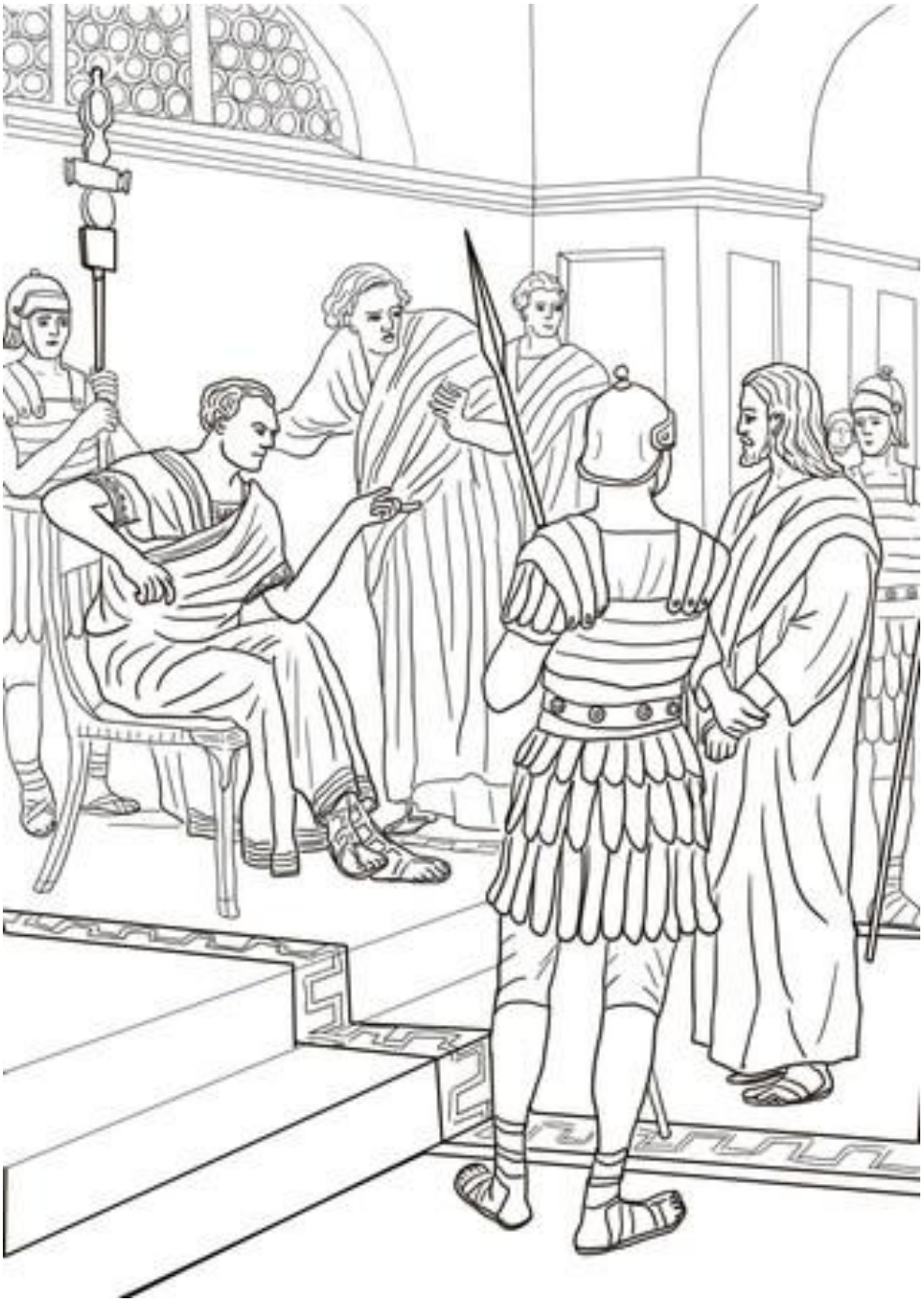
Oggi voglio impegnarmi a fare una piccola preghiera insieme alla mia famiglia perché è bello pregare insieme!



Gesù viene giudicato dal sommo sacerdote Caifa

Giovedì 19 Marzo

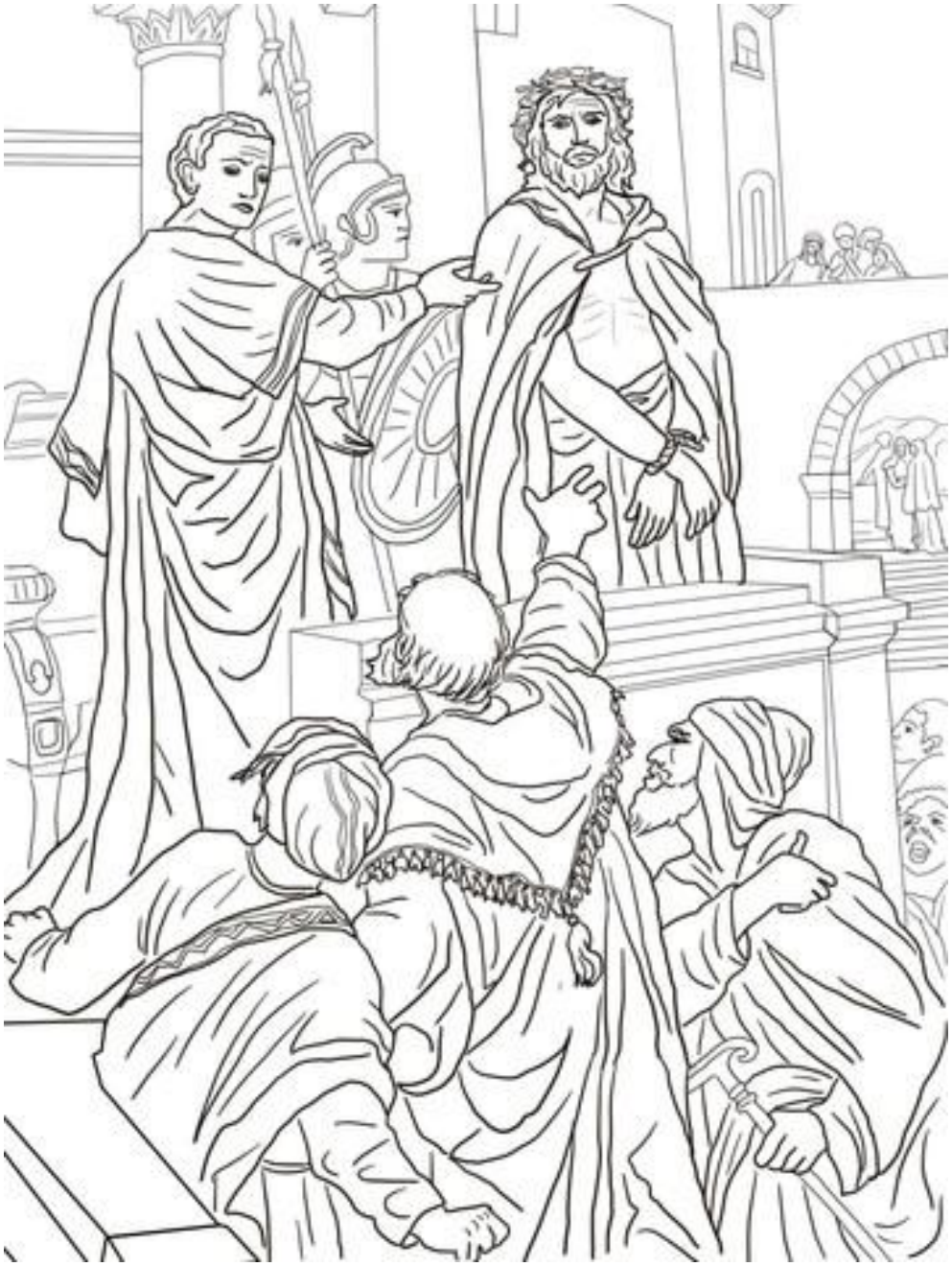
Nella giornata di oggi mi impegnerò a fare qualcosa in casa che mi costa fatica per capire come si può essere felici e quindi fare la volontà di Dio, anche se questo costa qualche sforzo in più.



Gesù viene interrogato da Ponzio Pilato

Venerdì 20 Marzo

Nella preghiera di questa sera voglio presentare a Gesù e alla Madonna quella parola, quel gesto compiuto durante il giorno. Tutto quello che offriamo a Loro lo ritroveremo in Paradiso.



Ponzio Pilato chiede alla folla se vuole liberare Gesù

Sabato 21 Marzo

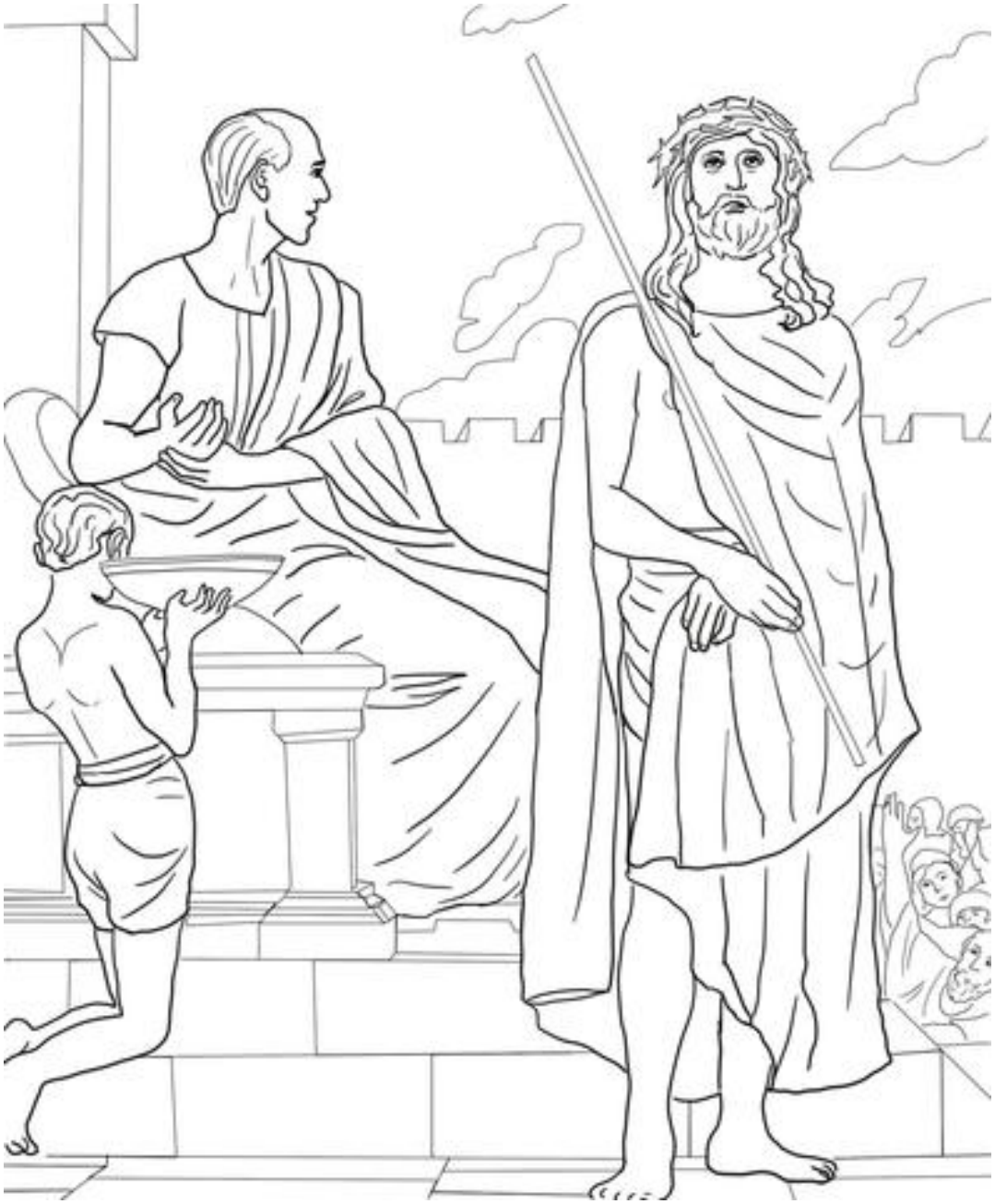
Oggi cercherò di fare qualcosa di buono a un mio familiare, in casa, per poter rimediare a un male che ho commesso e ringrazierò il Signore perché è sempre disponibile a chiedermi scusa e a perdonarmi per i peccati che ho compiuto.



Pietro rinnega tre volte Gesù

Domenica 22 Marzo

In questa domenica pregherò insieme alla mia famiglia per ricordarmi che il Signore è la luce della nostra vita, che ci indica il cammino.



Gesù è condannato a morte

Lunedì 23 Marzo

Nella preghiera di oggi pregherò per un mio familiare o un mio amico, ricordandomi che la mia preghiera è sempre ascoltata. Come ogni papà, Dio ascolta sempre i suoi figli.



Gesù è caricato della croce

Martedì 24 Marzo

Oggi chiederò al Signore scusa per le mie mancanze, i miei peccati.



Gesù cade per la prima volta

Mercoledì 25 Marzo

Oggi mi impegno a leggere una pagina, una frase del Vangelo, che è la Parola di Dio che illumina la mia vita.



Gesù incontra Maria

Giovedì 26 Marzo

Nella giornata di oggi proverò a compiere un gesto in famiglia, senza pretendere qualcosa in cambio, così come fa Gesù con me.



Gesù viene aiutato a portare la croce da Simone di Cirene

Venerdì 27 Marzo

Durante la preghiera di oggi dirò grazie al Signore per avermi fatto Suo figlio con il Battesimo e per tutti i doni che mi fa.



Veronica asciuga il volto di Gesù

Sabato 28 Marzo

Oggi voglio affidare al Sacro Cuore di Gesù tutte le mie paure perché Lui è il mio rifugio. Lui non mi abbandona mai.



Gesù cade per la seconda volta

Domenica 29 Marzo

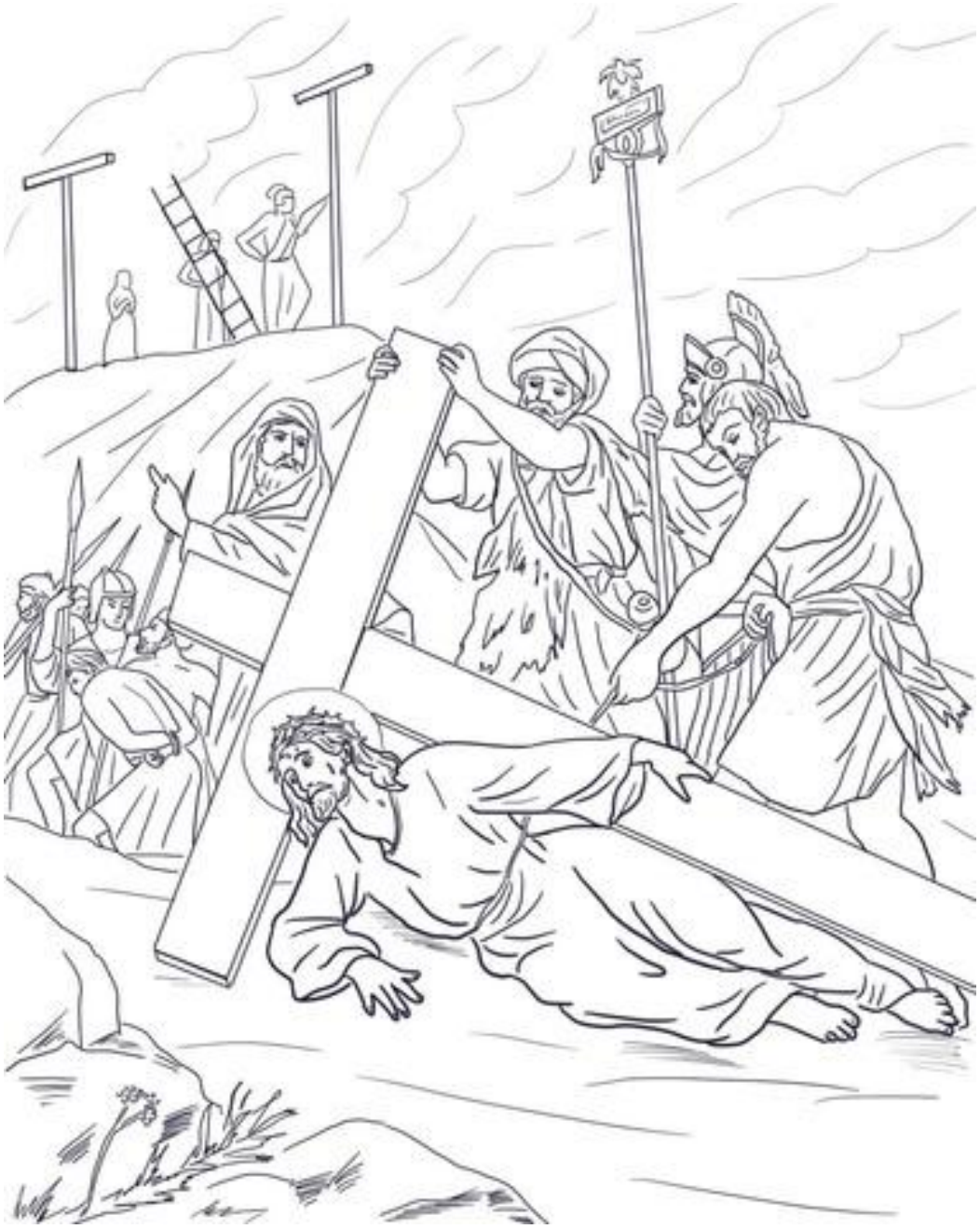
In questa domenica proverò a fare un gesto d'affetto verso una persona a cui voglio bene, sapendo che lo sto facendo anche al Signore.



Gesù rimprovera le donne di Gerusalemme

Lunedì 30 Marzo

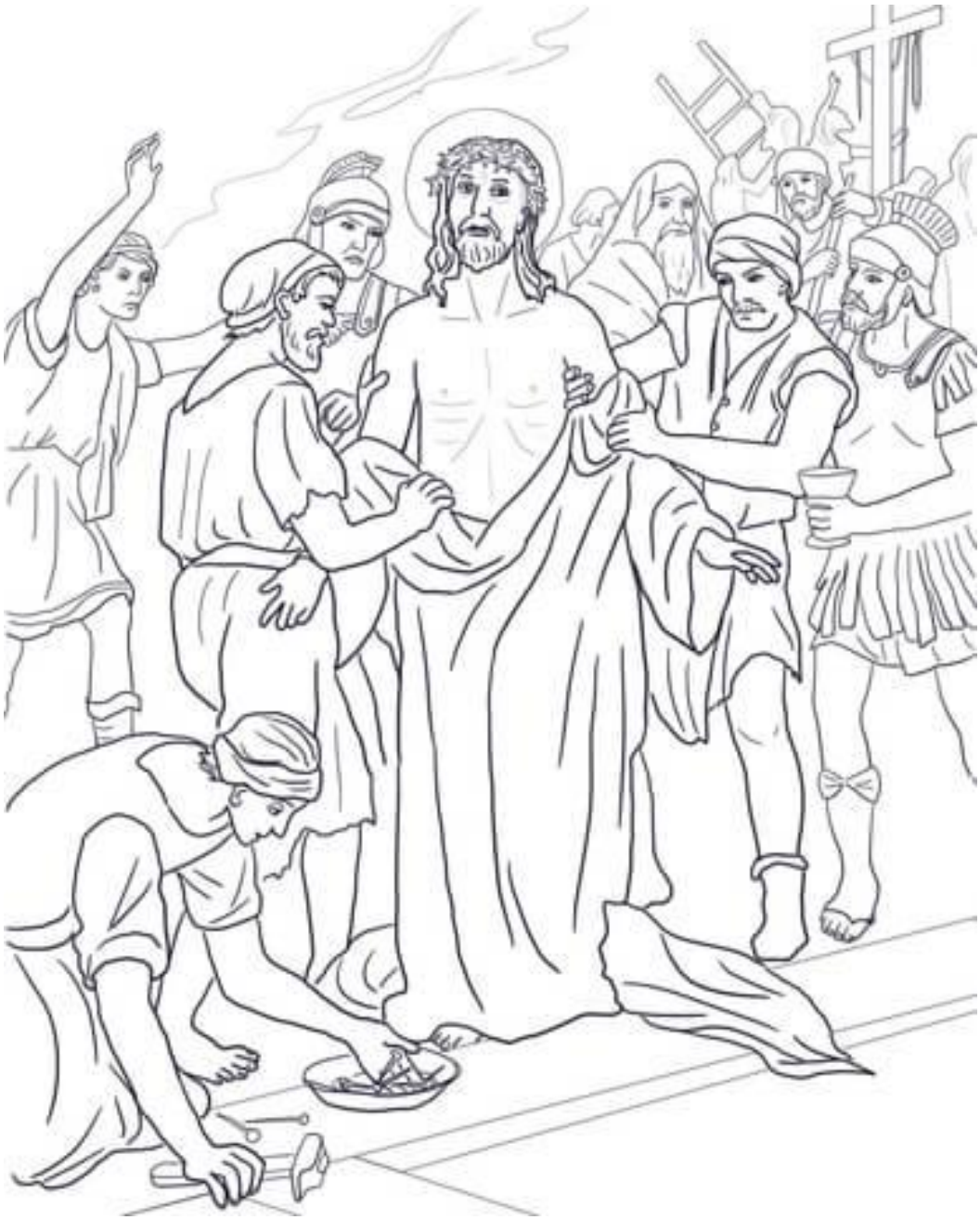
Nella preghiera della sera cercherò di capire dove ho sbagliato e chiederò scusa al Signore per tutte le volte che mi sono allontanato da Lui.



Gesù cade per la terza volta

Martedì 31 Marzo

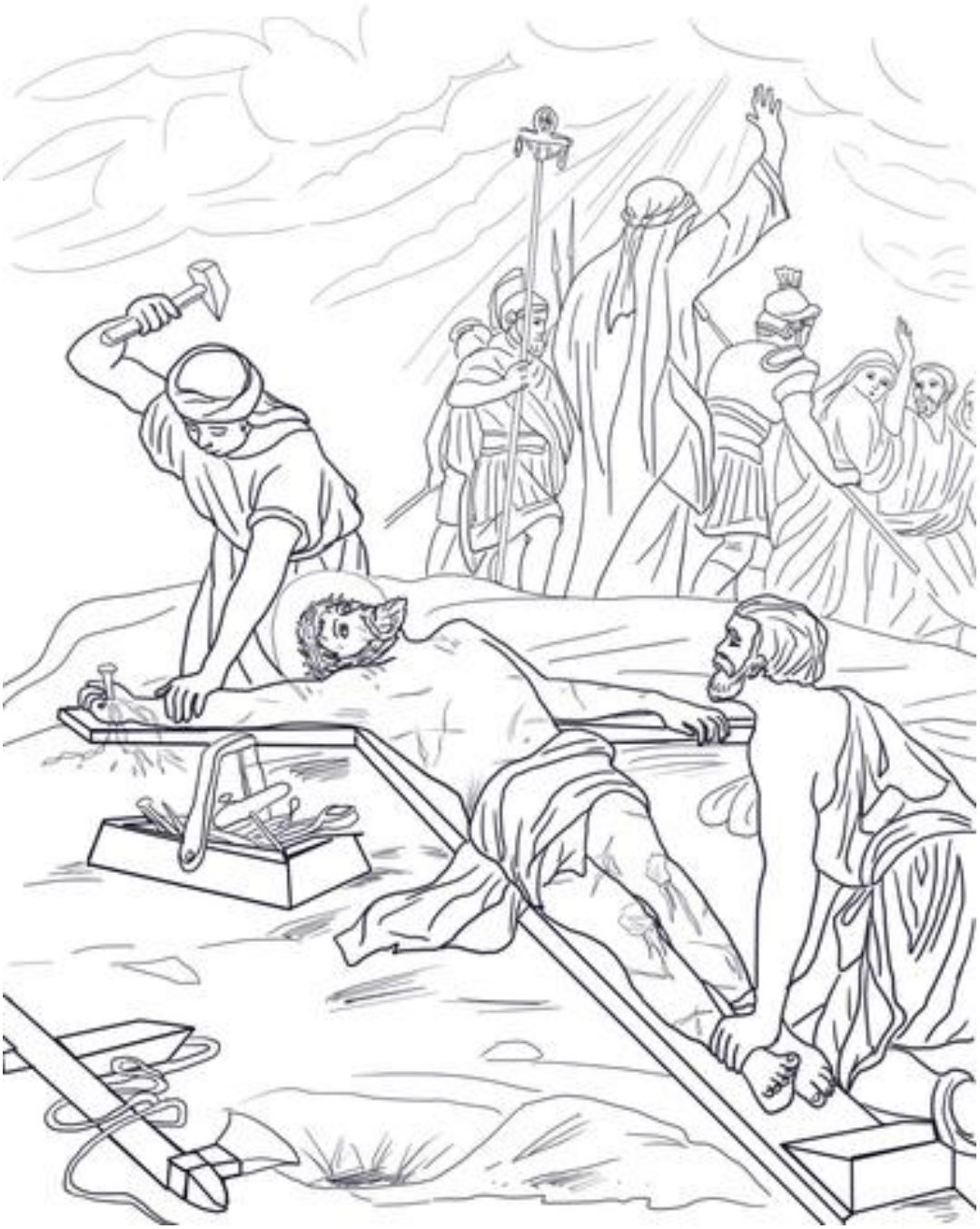
Nella preghiera di oggi cercherò di fermarmi qualche minuto davanti al Crocefisso per vedere fino a che punto Gesù mi vuole bene. Cercherò di aiutare chi mi ha chiesto una mano, soprattutto se mi costa un po' di fatica.



Gesù è spogliato dei vestiti

Mercoledì 1 Aprile

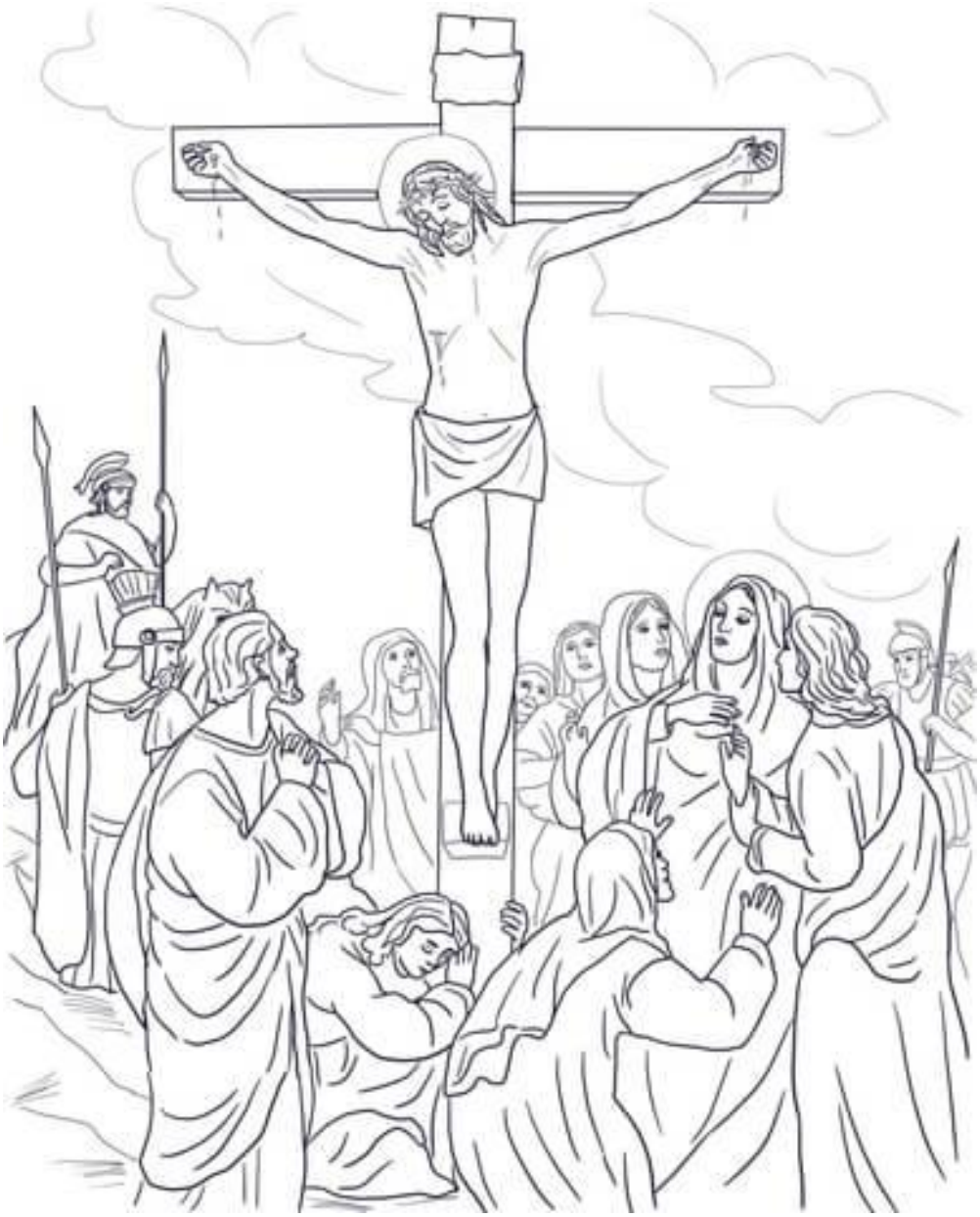
Nella giornata di oggi cercherò di rimediare a un mio difetto che mi allontana dal Signore.



Gesù è inchiodato sulla croce

Giovedì 2 Aprile

Oggi cercherò di dire una parola buona verso qualcuno che non sopporto molto, che mi è un po' antipatico, ricordandomi che solo con il bene si vince il male: solo osservando la Parola di Gesù, si vince il male.



Gesù muore in croce

Venerdì 3 Aprile

Durante la preghiera di oggi proverò ad affidare al Sacro Cuore di Gesù il mio più grande desiderio, perché con il Suo amore tutto diventa più bello e più vero.



Gesù è deposto dalla croce

Sabato 4 Aprile

Oggi proverò a stare più vicino a un mio familiare, a dire una parola buona a una persona che conosco e che so che in questo momento ha bisogno, per essere sempre più strumento dell'amore di Dio.



Il corpo di Gesù è deposto nel sepolcro

Quarta Parte:

Allegati conclusivi



Le stazioni della Via Crucis:

I Stazione: Gesù è condannato a morte

II Stazione: Gesù è caricato della croce

III Stazione: Gesù cade per la prima volta

IV Stazione: Gesù incontra la Madre

V Stazione: Gesù è aiutato da Simone di Cirene a portare la croce

VI Stazione: Veronica asciuga il volto di Gesù

VII Stazione: Gesù cade per la seconda volta

VIII Stazione: Gesù incontra le donne di Gerusalemme che piangono su di Lui

IX Stazione: Gesù cade per la terza volta

X Stazione: Gesù è spogliato delle vesti

XI Stazione: Gesù è inchiodato sulla croce

XII Stazione: Gesù muore sulla croce

XIII Stazione: Gesù è deposto dalla croce e consegnato alla Madre

XIV Stazione: Gesù è deposto nel sepolcro

Proposta di preghiera per la Comunione Spirituale

Gesù mio,
io credo che sei realmente presente
nel Santissimo Sacramento.

Ti amo sopra ogni cosa
e ti desidero nell' anima mia.

Poiché ora non posso riceverti
sacramentalmente,
vieni almeno spiritualmente
nel mio cuore.

Come già venuto,
io ti abbraccio e tutto mi unisco a te;
non permettere che mi abbia mai
a separare da te.

Amen.

I Misteri del Rosario

Misteri Gaudiosi - da recitare il Lunedì e il Sabato:

1) L'Annunciazione dell'Angelo a Maria Vergine
2) La Visita di Maria Santissima a Santa Elisabetta
3) La Nascita di Gesù nella grotta di Betlemme
4) Gesù viene presentato al Tempio da Maria e Giuseppe
5) Il Ritrovamento di Gesù nel Tempio

Misteri Dolorosi - da recitare il Martedì e il Venerdì

1) L'agonia di Gesù nel Getsemani
2) La flagellazione di Gesù
3) L'incoronazione di spine
4) Il viaggio al Calvario di Gesù carico della croce
5) Gesù è crocifisso e muore in croce

Misteri Gloriosi - da recitare il Mercoledì e la Domenica

1) La Risurrezione di Gesù
2) L'Ascensione di Gesù al cielo
3) La discesa dello Spirito Santo nel Cenacolo
4) L'Assunzione di Maria al cielo
5) L'Incoronazione di Maria Regina del cielo e della terra

Misteri Luminosi - da recitare il Giovedì

1) Il Battesimo nel Giordano
2) Le nozze di Cana
3) L'annuncio del Regno di Dio
4) La Trasfigurazione
5) L'Eucaristia

Litanie Lauretane

Si ripetono le seguenti invocazioni:
Signore, pietà - **Signore, pietà**
Cristo, pietà
Signore, pietà
Cristo, ascoltaci
Cristo, esaudiscici

Alle invocazioni seguenti si ripete:
abbi pietà di noi.
Padre del cielo, che sei Dio,
Figlio, Redentore del mondo, che sei Dio,
Spirito Santo, che sei Dio,
Santa Trinità, unico Dio,

Alle invocazioni seguenti si ripete:
prega per noi.
Santa Maria,
Santa Madre di Dio,
Santa Vergine delle vergini,
Madre di Cristo,
Madre della Chiesa,
Madre della divina grazia,
Madre purissima,
Madre castissima,
Madre sempre vergine,
Madre immacolata,
Madre degna d'amore,
Madre ammirabile,
Madre del buon consiglio,
Madre del Creatore,
Madre del Salvatore,
Madre di misericordia,
Vergine prudentissima,
Vergine degna di onore,

Vergine degna di lode,
Vergine potente,
Vergine clemente,
Vergine fedele,
Specchio della santità divina,
Sede della Sapienza,
Causa della nostra letizia,
Tempio dello Spirito Santo,
Tabernacolo dell'eterna gloria,
Dimora tutta consacrata a Dio,
Rosa mistica,
Torre di Davide,
Torre d'avorio,
Casa d'oro,
Arca dell'alleanza,
Porta del cielo,
Stella del mattino,
Salute degli infermi,
Rifugio dei peccatori,
Consolatrice degli afflitti,
Aiuto dei cristiani,
Regina degli Angeli,
Regina dei Patriarchi,
Regina dei Profeti,
Regina degli Apostoli,
Regina dei Martiri,
Regina dei veri cristiani,
Regina delle Vergini,
Regina di tutti i Santi,
Regina concepita senza peccato originale,
Regina assunta in cielo,
Regina del santo Rosario,
Regina della famiglia,
Regina della pace.

Agnello di Dio che togli i peccati del mondo,
perdonaci, o Signore.

Agnello di Dio che togli i peccati del mondo,
ascoltaci, o Signore.

Agnello di Dio che togli i peccati del mondo,
abbi pietà di noi.

Prega per noi, Santa Madre di Dio.
E saremo degni delle promesse di Cristo.

Preghiamo.
Concedi ai tuoi fedeli,
Signore Dio nostro,
di godere sempre la salute del corpo e dello spirito,
per la gloriosa intercessione
di Maria santissima, sempre vergine,
salvaci dai mali che ora ci rattristano
e guidaci alla gioia senza fine.
Per Cristo nostro Signore.
Amen.

Formule consacratorie al Sacro Cuore di Gesù:

Offerta della giornata al Sacro Cuore di Gesù

Cuore divino di Gesù,
io ti offro per mezzo
del Cuore Immacolato di Maria,
madre Tua e della Chiesa,
in unione al Sacrificio Eucaristico,
le preghiere e le azioni,
le gioie e le sofferenze
di questo giorno:
in riparazione dei peccati,
per la salvezza di tutti gli uomini,
nella grazia dello Spirito Santo,
a gloria di Dio, nostro Padre.
Amen.

Consacrazione al Sacro Cuore della propria famiglia
di Santa Margherita Maria Alacoque

Io *(nome e cognome),*
dono e consacro al Cuore adorabile di nostro Signore Gesù Cristo
la mia persona e la mia vita, *(la mia famiglia/il mio matrimonio*),
le mie azioni, pene e sofferenze,
per non voler più servirmi d'alcuna parte del mio essere,
che per onorarlo, amarlo e glorificarlo.
E' questa la mia volontà irrevocabile:
essere tutto suo e fare ogni cosa per suo amore,
rinunciando di cuore a tutto ciò che potrebbe dispiacergli.
Ti scelgo, o Sacro Cuore, come unico oggetto del mio amore,
come custode della mia via, pegno della mia salvezza,
rimedio della mia fragilità e incostanza,
riparatore di tutte le colpe della mia vita e rifugio sicuro nell'ora della mia morte.
Sii, o Cuore di bontà, la mia giustificazione presso Dio, tuo Padre,
e allontana da me la sua giusta indignazione.
O Cuore amoroso, pongo tutta la mia fiducia in te,
perché temo tutto dalla mia malizia e debolezza,
ma spero tutto dalla tua bontà.
Consuma, dunque, in me quanto può dispiacerti o resisterti;
il tuo puro amore s'imprima profondamente nel mio cuore,
in modo che non ti possa più scordare o essere da te separato.
Ti chiedo, per la tua bontà, che il mio nome sia scritto in te,
poiché voglio concretizzare tutta la mia felicità
e la mia gloria nel vivere e morire come tuo servo.
Amen.

Sussidio a cura del Centro Diocesano di Azione Cattolica

Diocesi di Genova

www.azionecattolica.ge.it