



#IORESTOACASA - #UNITINELLAPREGHIERA - #WEAREONETEAM



Walking ... in cammino verso Pasqua

Quarta settimana di Quaresima



Ho bisogno di incontrarTi nel mio cuore

Piccoli passi per incontrare il Signore

Cerco un **luogo** e stabilisco un **tempo** per **incontrarLo**.

Raccogli il tuo **cuore** e liberalo dalle cose inutili. Vivi un momento di **silenzio**, rallenta il tuo ritmo. Ora non correre.

Leggi con calma il brano del Vangelo e fai una sosta. Dopo la lettura generale del brano, soffermati con calma e concentrati su alcune parole e avvenimenti che ti colpiscono senza paura di perdere tempo.

Nel silenzio torneranno alla mente delle frasi del Vangelo appena letto: lasciale circolare con calma nella tua mente e nel tuo cuore scoprendo **legami** tra quelle parole e la tua situazione personale, la tua vita relazionale e affettiva, i tuoi sentimenti di questo periodo di vita, il tuo peccato.

Chiedi al Signore: "cosa vuoi che io faccia?". È il momento del **dialogo** con il Signore: fa' diventare preghiera.

Ringrazia il Signore per i doni che ti ha fatto e chiedi **perdono** per le infedeltà e per il tempo perduto e non temere di prendere un impegno concreto da attuare al più presto.

Concludi con la preghiera del **Padre nostro**.



Lunedì della quarta settimana

Dal Vangelo secondo Giovanni (4,43-54)

In quel tempo, Gesù ... 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 Cafarnaò. 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.

*«Credette alla parola e si mise in cammino». Non è affatto facile e scontato; il funzionario del re si affida a Gesù, si fida della Parola senza dubbi e ripensamenti. Le parole di Gesù «Va', tuo figlio vive» **non suonano come semplici parole di conforto, ma sono la promessa di Dio. E Dio realizza le sue promesse di vita e gioia.** Talvolta la Parola ascoltata, sebbene formalmente accolta, rischia di essere sostanzialmente svuotata nel quotidiano.*

Solo tu, Signore, puoi fare qualcosa
per questo padre che **si fida, si affida, crede.**

A lui basta la tua Parola!

Signore Gesù, donami questa fede. Amen

Martedì della quarta settimana

Dal Vangelo secondo Giovanni (5, 1-3a.5-16)

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: «Alzati, 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.

*L'acqua di cui non possiamo fare a meno è Gesù Cristo, acqua viva che **disseta il nostro cuore in cerca di vita vera, di pace, di gioia, di amore** a patto di farci carico con umiltà della nostra storia passata e presente con i suoi punti di forza e le sue fragilità.*

Signore, tu vedi il desiderio di guarire di quest'uomo.

Gli chiedi se voglia guarire.

Io non so se voglio guarire dalle piaghe del mio egoismo, della mia mancanza di volontà di fare del bene, della mia sostanziale superficialità anche di fronte a quanto ci scuote in questo tempo.

Insegnami la gratitudine, l'umiltà, il silenzio e le parole giuste.

Guariscimi, Signore. Amen.

25 marzo – Annunciazione del Signore Mercoledì della quarta settimana

Dal Vangelo secondo Luca (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.

*«L'angelo propone le tre parole assolute: gioia, fine di ogni paura, e vita: "rallegrati", "non temere", "ecco verrà una vita". ... Toccano le corde più profonde di ogni esistenza umana: il bisogno di felicità, la paura che è madre di inganno e di violenza, l'ansia divina di dare la vita. L'angelo ci assicura che i segni dell'avvicinarsi di Dio sono questi: **si moltiplica la gioia, la paura si dissolve, risplende la vita.** Tre volte*



parla l'angelo, tre volte risponde Maria, prima con il silenzio e il turbamento, poi con il desiderio di capire, infine con il servizio. (E. Ronchi)

Ma cosa sarebbe stato della storia, Maria, senza il tuo "eccomi"?

Certo sarai apparsa sprovveduta ai tuoi,
ben strana per i tuoi vicini,
sicuramente controcorrente,
**ma con il tuo "sì", Maria,
hai dato la caparra per la nostra salvezza!
Investi ancora su di noi, Madre celeste!**

Ci affidiamo a te. Ave Maria.

Giovedì della quarta settimana

Dal Vangelo secondo Giovanni (5,31-47)

In quel tempo, Gesù disse ai Giudei: « ... 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?».

*Talmente "abituati" alle Scritture da non riconoscere la presenza dell'Atteso come affermato proprio in quelle Scritture. **L'ascolto autentico della Parola ci rivela il volto di Dio.** Invece, i giudei affermano di credere alla Parola, ma ne disattendono la realizzazione profetica poiché sono troppo presi a «prendere gloria gli uni dagli altri», a sentirsi "a posto", delle "brave persone". "La parola non rimane in voi"*

O Signore, penso che anch'io ho
occhi che guardano ma non vedono (i segni di Dio),
orecchie che sentono ma non ascoltano (la voce del Padre),
cuore impermeabile (al tuo amore e alla tua bontà).

Purificami, o Signore. Amen.

Venerdì della quarta settimana

Dal Vangelo secondo Giovanni (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». Cercavano allora di arrestarlo, ma nessuno riuscì a mettere le mani su di lui, perché non era ancora giunta la sua ora.

*Si attendevano un Messia venuto da chissà quanto lontano! Siamo diventati, senza accorgercene, fabbricatori seriali di escamotage nell'attesa di qualche segno straordinario prima dare una svolta alla nostra fede. Eppure **in questa nostra vita "ordinaria" Dio ci attende!** Sapremo cogliere il senso di questa quarantena per riscoprire la presenza di Dio nei piccoli gesti di attenzione e di tenerezza?*

Signore, ci inviti a **riconoscerti presente nella nostra storia**, lì dove non ti aspetteremmo mai.

Il tuo legame con il Padre ti accompagna giorno dopo giorno e chiedi anche a noi di entrare a far parte di questa comunione di pace e amore. Amen

Sabato della quarta settimana

Dal Vangelo secondo Giovanni (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.

I farisei - esperti di pergamene e incapaci di riconoscere Dio - non sembrano disponibili ad accogliere la rivelazione inedita di Dio. Essi, un po' come noi, preferiscono attardarsi in discussioni: gratifica di più e costa meno in termini di cammino interiore, di messa in discussione dei propri schemi. Invece, questo è il tempo opportuno per farci domande,

purificare le nostre attese, riconoscere che **Dio si rivela lungo il nostro cammino, spesso in maniera nuova.**

La tua Parola, Signore, non è una parola qualsiasi!

**La tua è una Parola efficace,
che può cambiare la mia vita ed il mio cuore.**

La tua è una Parola viva,

che si rivolge a me oggi in questa mia storia.

Fa' che lamia vita sia terreno buono per Te. Amen

www.lamiafedeedifferente.it



COMUNIONE SPIRITUALE

Per coloro che non si accostano alla Comunione Sacramentale

**Gesù mio, credo fermamente
che sei presente
nel Santissimo Sacramento,
Ti amo sopra ogni cosa
e Ti desidero nell'anima mia,
poiché ora non posso riceverti nella Santa Comunione,
vieni almeno spiritualmente nel mio cuore.**

(Pausa di silenzio)

**Come già venuto, io Ti abbraccio
e mi unisco totalmente a Te,
non permettere che io mi separi mai più da Te;
Eterno Padre, per le mani della Vergine Maria,
Ti offriamo il Corpo e il Sangue Preziosissimo
di Gesù Cristo,
per il perdono dei nostri peccati,
in suffragio dei nostri defunti,
delle anime Sante del Purgatorio
e per i bisogni della Santa Madre Chiesa.**

Amen.



Pregiera dei bambini

Caro Gesù,

Tu sei mio amico e hai detto che posso rivolgermi a te quando ho bisogno. Ti prego di aiutarci a vincere contro il Coronavirus. Aiuta le persone che devono prendere delle scelte importanti. Fa' che le persone ammalate guariscano, che i medici e gli infermieri siano forti, che i nonni non si sentano soli e che papà e mamma possano essere sereni. Proteggi anche me Gesù: se sto con te, non ho paura di nulla. Proteggi me, la mia famiglia e tutto il mondo. Amen.

