

Emilo Salvatore

"Sussidi liturgici  
e pastorali"

# 7 FIAMMELLE VERSO LA LUCE DELLA PASQUA



  
paoline.it • paolinestore.it



## Percorso di preghiera per la Quaresima

Da Catechisti parrocchiali n. 5, febbraio 2021

## INTRODUZIONE GENERALE

«Il percorso quaresimale» propone un itinerario di riflessione e di preghiera sui Vangeli della domenica - Anno B, ripresi da Marco e Giovanni (e il brano da Marco per la 7ª Tappa del Venerdì santo) con la realizzazione di una sorta di «presepe» o plastico o poster di Quaresima.

Ogni domenica si accende la fiammella di un candelabro, posto accanto, per significare il cammino di conversione come un grande viaggio verso la luce che promana dall'incontro con Gesù crocifisso e risorto per noi.



### I Domenica di Quaresima LA LUCE DI DIO NEL BUIO DELLA TENTAZIONE

*Quando siamo nel buio della prova, Gesù ci spinge a riscoprire la presenza di Dio in noi.*

Dal Vangelo secondo Marco (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".



#### Riflessione

La Quaresima è un cammino che ci orienta a ridare splendore, in noi stessi, alla luce affievolita o perduta; a riconnetterci con Dio e con Gesù, sorgente della luce; a riscoprire i fratelli, il cui volto abbiamo ignorato.

#### Impegno

Dedico un po' di tempo, rimanendo in penombra, alla preghiera nella mia stanza, per ascoltare le voci dentro di me, e imparare a distinguere quelle positive, che mi conducono al bene, e quelle negative, che mi spingono al male.

#### Preghiera

Signore Gesù, soffriamo nel vederti coronato di spine, confitto alla croce, ferito dalla umana malvagità, ma tu ci dai anche tanta pace, perché in te, abbandonato nell'abbraccio del Padre, diventiamo anche noi capaci di abbracciare gli altri. Amen.

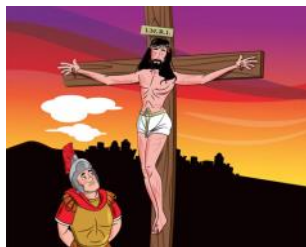


## VII Venerdì Santo LA LUCE DELL'AMORE VINCE LA MALVAGITÀ

*Quando la violenza e la malvagità ci spaventano, vinciamole con l'amore.*

### Dal Vangelo secondo Marco (15,33-39)

Quando fu mezzogiorno, si fece buio su tutta la terra fino alle tre del pomeriggio. Alle tre, Gesù gridò a gran voce: "Eloì, Eloì, lemà sabactàni?", che significa: "Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?". Udendo questo, alcuni dei presenti dicevano: "Ecco, chiama Elia!". Uno corse a inzuppate di aceto una spugna, la fissò su una canna e gli dava da bere, dicendo: "Aspettate, vediamo se viene Elia a farlo scendere". Ma Gesù, dando un forte grido, spirò. Il velo del tempio si squarciò in due, da cima a fondo. Il centurione, che si trovava di fronte a lui, avendolo visto spirare in quel modo, disse: "Davvero quest'uomo era Figlio di Dio!".



### Riflessione

**La Quaresima** è un cammino di riscoperta della vita cristiana; essa consiste nella pratica dell'amore, che si fonda su Dio e si esplica nell'accoglienza dei fratelli e delle sorelle. Il centurione sotto la croce riconosce la fedeltà di Gesù al Padre, e la sua affidabilità di Maestro e Signore; noi siamo chiamati a fare altrettanto.

### Impegno

Esprimiamo la fede e l'amore a Gesù, visitando o inviando un messaggio di affetto a una persona sofferente, o che ha subito offese.

### Gesto

A tutti i presenti il celebrante consegna un cartoncino a forma di **piccola goccia rossa** come di sangue, con le parole «Veramente tu sei il Figlio di Dio» (Mc 15,39).

### Gesto

Ai bambini e a tutti i presenti il celebrante consegna **una mascherina** con la scritta: «Gesù è nostra luce anche nelle difficoltà e nei dubbi».

### Preghiera

Signore Gesù, tentato dal Maligno, non lasciare che nell'ora del buio ci perdiamo fra le ombre spaventose delle voci negative che urlano dentro e fuori di noi. Fa' che ci affidiamo a te, che ci sei vicino e ci rassicuri. *Amen.*



## Il Domenica di Quaresima LA LUCE DELLA PAROLA RISCHIARA IL CAMMINO

*Quando il cammino nasconde la meta, Gesù ci offre la sua luce, per mostrarci la strada.*

### Dal Vangelo secondo Marco (9,2-9)

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.



### Riflessione

**La Quaresima** ci dispone all'ascolto della parola di Gesù che è proclamata nella nostra comunità. La parola di Dio è come una lampada che illumina il nostro cammino e guida i nostri passi verso il bene.

### Impegno

Mi espongo alla luce – del sole o di una lampada – per sentire la soavità di essere inondato da essa, pensando che lo stesso godimento mi è dato dalla parola di Dio nella mia vita, ma a un altro livello.

### Gesto

Il celebrante consegna ai presenti **un lumino** o una piccola pila e un cartoncino con la scritta: «La tua parola è luce sul mio cammino» (Sal 118,105).

### Preghiera

Signore Gesù, trasfigurato sul monte, fa' che, sulla scia di Mosè e di Elia, accogliamo l'invito del Padre, che ti dona a noi come Maestro e Guida da ascoltare per diventare nuove creature. *Amen.*



### III Domenica di Quaresima LA LUCE RISPLENDE NEL CUORE PURO

*Quando il rapporto con il Signore e con gli altri è inquinato da interessi egoistici, Gesù ci invita a lasciarci purificare, in forza della sua morte e risurrezione.*

### Dal Vangelo secondo Giovanni (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



questo puledro?". Ed essi risposero loro come aveva detto Gesù. E li lasciarono fare. Portarono il puledro da Gesù, vi gettarono sopra i loro mantelli ed egli vi salì sopra. Molti stendevano i propri mantelli sulla strada, altri invece delle fronde, tagliate nei campi. Quelli che precedevano e quelli che seguivano, gridavano: "Osanna! Benedetto colui che viene nel nome del Signore! Benedetto il Regno che viene, del nostro padre Davide! Osanna nel più alto dei cieli!". Ed entrò a Gerusalemme, nel tempio.

### Riflessione

**La Quaresima** ci fa scoprire che il vero successo non sta nel potere, nel denaro, nelle soddisfazioni umane, ma nel servizio per amore che si esplica nella pace, nella fraternità della comunità cristiana e nella solidarietà verso tutte le persone del mondo.

### Impegno

Rifletto: chi sono le persone più autorevoli, quelle che impongono la loro volontà o quelle che si donano per aiutare, educare e salvare gli altri? Io, a chi voglio rassomigliare?

### Gesto

Il celebrante consegna ai presenti **un ramoscello di ulivo**, per lodare insieme il Signore con l'*Osanna*.

### Preghiera

Gesù, che a Gerusalemme sei accolto come Re di pace, donaci di non coltivare sogni di successo umano, ma di desiderare, sul tuo esempio, la realizzazione a livello di studio, lavorativo o di volontariato..., nell'impegno di fraternità. *Amen*

## Riflessione

**La Quaresima** ci spinge a uscire dalla preoccupazione incentrata su di noi e le nostre cose, accettando «una piccola morte» a noi stessi, che permette a ciascuno, soffrendo un po', di riprendere vigore e forza.

## Impegno

Dono tempo agli altri: visito una persona sola, aiuto un amico in difficoltà, offro un sorriso a chi è triste.

## Gesto

Ai presenti il celebrante consegna **un sacchetto di chicchi di grano** e un cartoncino con la scritta: «Se Il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto» (Gv 12,25).

## Preghiera

Signore Gesù, che non hai mai giocato al ribasso, ma ti sei offerto sino in fondo, fino alla morte, trasformaci da «risparmiosi» in «coraggiosi», da tristi e afflitti in persone gioiose. *Amen.*



## VI Domenica delle Palme LA LUCE DEL REGNO DI DIO SVELA I FALSI SUCCESSI

*Mentre la gloria umana ci illude,  
la gioia del servizio ci rincuora.*

### Dal Vangelo secondo Marco (11,1-11a)

Quando furono vicini a Gerusalemme, verso Bètfrage e Betània, presso il monte degli Ulivi, mandò due dei suoi discepoli e disse loro: "Andate nel villaggio di fronte a voi e subito, entrando in esso, troverete un puledro legato, sul quale nessuno è ancora salito. Slegatelo e portatelo qui. E se qualcuno vi dirà: "Perché fate questo?", rispondete: "Il Signore ne ha bisogno, ma lo rimanderà qui subito"". Andarono e trovarono un puledro legato vicino a una porta, fuori sulla strada, e lo slegarono. Alcuni dei presenti dissero loro: "Perché slegate



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.

## Riflessione

**La Quaresima** ci sollecita a guardare «i tesori ingombranti» o «i piccoli scheletri» depositati nel nostro cuore, e a lasciarci liberare da ciò che oscura la bellezza della presenza di Dio in noi e nelle nostre relazioni.

## Impegno

Dedico del tempo all'esame di coscienza: quanti doni di Dio sciupo, quante cose belle inquina dentro e fuori di me? Chiedo a Gesù di liberarmi, dando la mia disponibilità.

## Gesto.

Il celebrante consegna a tutti **un sapone a forma di cuore** e un cartoncino con la scritta: «Siete tempio dello Spirito Santo che abita in voi» (cfr. 1Cor 6,9).

## Preghiera

Signore Gesù, che purifichi il tempio dalle cose inutili, libera anche il nostro cuore da ogni peso sporco e ingombrante, rendilo nuovo per ospitare il tuo Spirito che vuole dimorare in noi. *Amen.*



## IV Domenica di Quaresima LA LUCE DEL PERDONO ELIMINA IL RANCORE

*Quando ci sentiamo giudicati dagli altri, il perdono ci riconcilia con Dio, con i fratelli e le sorelle.*

**Dal Vangelo secondo Giovanni (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".



### Riflessione

**La Quaresima** ci invita ad abbandonare la cultura della condanna e dell'odio, per perdonare come ha fatto Dio Padre con noi, donandoci il suo Figlio. Se accogliamo il suo dono d'amore, siamo pronti a perdonare i fratelli e le sorelle, e a pregare per loro.

### Impegno

Incontro qualcuno che mi ha fatto del male, per of-frire il mio perdono.

### Gesto

Il celebrante consegna a tutti i presenti **una corda spezzata e riannodata**, e un cartoncino con la frase: «Rimetti a noi i nostri debiti come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori» (Mt 6,12).

## Preghiera

Signore Gesù, che ci hai insegnato con le parole e con i gesti che non sei venuto nel mondo per condannarlo, ma per salvarlo, rendici strumenti del tuo perdono e della tua pace. Amen.



## V Domenica di Quaresima LA LUCE DEL DONO DI SÉ TRASFIGURA L'EGOISMO

*Quando evitiamo di soddisfare solo i nostri bisogni, la dedizione e la generosità ci rendono comunicatori di vita e di bontà.*

**Dal Vangelo secondo Giovanni (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.

