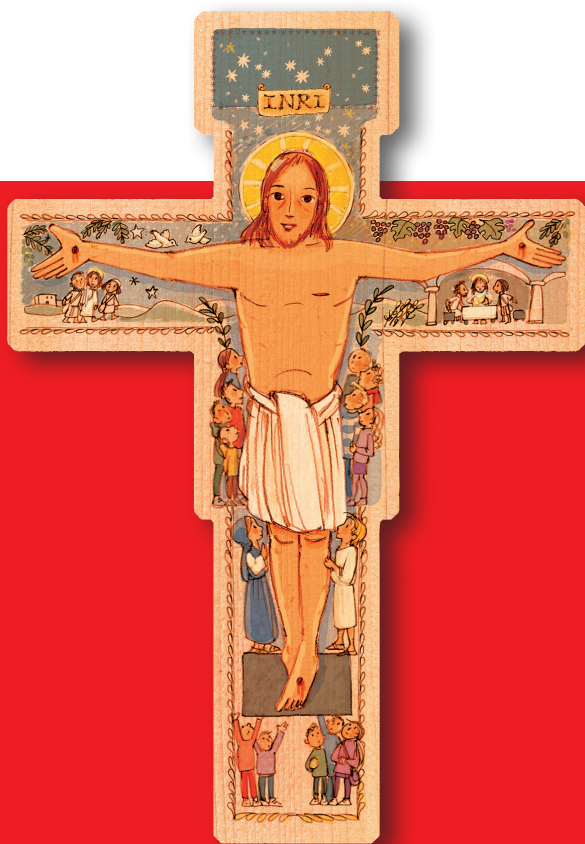


Arcidiocesi di Milano

# CHE MERAVIGLIA!

Sussidio per la preghiera e le celebrazioni in famiglia  
nel Tempo di Quaresima



A cura del Servizio per la Pastorale Liturgica, la Catechesi,  
la Famiglia, l'Oratorio e lo Sport e Azione Cattolica Ragazzi

# INDICE

Introduzione pag. 4

## **CHE MERAVIGLIA!**

- Indicazioni generali » 5

## **PRIMA DOMENICA DI QUARESIMA:**

### **LO STUPORE DI RICONOSCERTI**

- Celebrazione domestica per famiglie  
con bambini e ragazzi » 8

- Celebrazione per soli coniugi, famiglie  
con figli grandi, persone singole » 15

## **SECONDA DOMENICA DI QUARESIMA:**

### **LO STUPORE DI INCONTRARTI**

- Celebrazione domestica per famiglie  
con bambini e ragazzi » 23

- Celebrazione per soli coniugi, famiglie  
con figli grandi, persone singole » 29

### **TERZA DOMENICA DI QUARESIMA:**

#### **LO STUPORE DI ASCOLTARTI**

- Celebrazione domestica per famiglie con bambini e ragazzi pag. 36
- Celebrazione per soli coniugi, famiglie con figli grandi, persone singole » 42

### **QUARTA DOMENICA DI QUARESIMA:**

#### **LO STUPORE DI CREDERTI**

- Celebrazione domestica per famiglie con bambini e ragazzi » 49
- Celebrazione per soli coniugi, famiglie con figli grandi, persone singole » 56

### **QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA:**

#### **LO STUPORE DELLA VITA CHE CI DAI**

- Celebrazione domestica per famiglie con bambini e ragazzi » 62
- Celebrazione per soli coniugi, famiglie con figli grandi, persone singole » 69

## INTRODUZIONE

Ancora... abissi di solitudine, corpi che risuonano come svuotati di tocchi e di senso, cuori accartocciati, affetti costretti in piccoli passi di nostalgia struggente, abituati com'erano a danzare in strada e a scuola, in campi e oratori. Le ombre di un mondo chiuso, quelle stesse che avvolgono i profughi sulla neve di Lipa in Bosnia, si allungano sull'anima di tanti. Non risparmiano nemmeno i ragazzi e le ragazze; «anche i giovani faticano e si stancano, gli adulti inciampano e cadono» (Is 40,30).

Il gemito diffuso non chiude del tutto l'orecchio, anche velati gli occhi si alzano: un chiarore, una luce, un richiamo alla speranza. Si chiama "meraviglia"...

Gesù, meraviglia di Dio, suo sguardo e sua tenerezza eterna, guida sicura e paziente, Pasqua di amore e di vita per noi e per tutti: *che meraviglia!*

La famiglia, meraviglia di Dio, sua culla e sua cura, vita divina all'alba e al tramonto, tra un "grazie" e un "per favore": *che meraviglia!*

La comunità, meraviglia di Dio, sua tenda nei deserti della storia, sua carne di fraternità e sua mano dolcissima per i piccoli e i poveri, sua avvocata di giustizia per gli ultimi: *che meraviglia!*

Grati e lieti, la celebriamo: figli e figlie, grandi e piccoli che sperano nel Signore e «riacquistano forza, mettono ali come aquile, corrono senza affannarsi, camminano senza stancarsi» (Is 40,31).

Per questo prezioso sussidio, la Chiesa ambrosiana, con il suo vescovo Mario, ringrazia i Servizi per la Pastorale Liturgica, la Catechesi, la Famiglia, l'Oratorio e lo Sport e l'Azione Cattolica Ragazzi. Buon cammino verso la Pasqua!

Con affetto,

**Don Mario Antonelli**

Vicario Episcopale per l'Educazione  
e la Celebrazione della Fede

# CHE MERAVIGLIA!

## Indicazioni generali

Il presente sussidio propone alcune celebrazioni familiari, in casa, per accompagnare le settimane di Quaresima in cammino verso la Pasqua di Gesù. Esse non sostituiscono la liturgia eucaristica nelle nostre comunità; piuttosto, scaturiscono da essa (riprendendone parole, gesti, simboli), la prolungano (dando risonanza a qualche momento particolare) e a essa rimandano.

Le celebrazioni proposte nascono dalla collaborazione di diversi Servizi diocesani del Vicariato per l'Educazione e la Celebrazione della fede, a partire da alcuni testi del sussidio di preghiera dell'Azione Cattolica Ragazzi *Occhi aperti: che notizia!*

- **DOVE: un angolo della nostra casa...**

Consigliamo di dedicare un "angolo" particolare della nostra casa a questi momenti di preghiera. Non c'è bisogno di avere un'abitazione grande; basta predisporre qualche piccolo segno (una croce, un'icona, una Bibbia, un cero...) per rendere bello e accogliente questo "angolo della preghiera", in cui svolgere le celebrazioni proposte.

In Quaresima, sarà collocato e valorizzato il crocifisso ed eventualmente un oggetto da utilizzare qualora si compisse il gesto proposto, in particolare per la celebrazione con i bambini e ragazzi.

La Fom – Fondazione Oratori Milanesi – mette a disposizione la Croce dello stupore. Il crocifisso su questa croce è *a occhi aperti* per invitare ciascuno a lasciarsi stupire dal dono grande del suo amore. La Croce dello stupore è stata pensata per essere inserita (con un piedistallo che la sorregge) nell'angolo della preghiera. Ogni settimana delle "pietre" indicano il gesto che è suggerito nella celebrazione

in famiglia. I ragazzi e le ragazze potranno scoprire questo gesto togliendo la patina argentata dalla “pietra” e collocandola vicino al Crocifisso. Domenica dopo domenica si compirà un cammino che conduce all’incontro con il Signore Gesù. Dietro le “pietre” vengono riportate le preghiere che saranno pronunciate durante il gesto della preghiera in famiglia.

- **QUANDO: la domenica oppure a inizio settimana**

La celebrazione può essere vissuta la domenica come prolungamento della messa. Questa scelta è da favorire soprattutto con i bambini e ragazzi. In alternativa si possono vivere questi “riti familiari” di Quaresima anche un giorno all’inizio della settimana per riprendere e riflettere sul Vangelo della domenica.

- **COME: proponiamo due schemi di preghiera per famiglie diversamente composte**

- Il primo è pensato per *una famiglia con presenza di bambini piccoli, ragazzi in età dell’iniziazione cristiana o preadolescenti*. È caratterizzato dalla presenza di un gesto per ogni celebrazione, così da coinvolgere maggiormente il corpo e la sfera emotiva ed è strettamente legato ai Vangeli delle domeniche di Quaresima secondo il rito ambrosiano. Per favorire la partecipazione dei bambini più piccoli e di persone con disabilità intellettive sono stati inseriti dei *link* che rimandano a testi del Vangelo e a commenti semplificati, accompagnati da alcune immagini più adatte per loro. Per quanto riguarda la disabilità intellettiva, siccome essa si dispiega su numerosi livelli, non tutto potrà andare bene a tutti: per alcuni il linguaggio risulterà eccessivamente semplice, per altri, al contrario, esso potrà apparire ancora troppo difficile e complicato. Per questo sarà sempre fondamentale la mediazione sapiente dei famigliari.
- Il secondo è destinato a *una famiglia costituita dai soli coniugi o a una famiglia con presenza di figli più grandi rispetto allo schema precedente oppure a persone singole*. È una proposta

più semplice e che può favorire il percorso interiore di ciascuno; chi desidera può comunque compiere il gesto proposto.

Si consiglia, a chi organizzerà gli incontri, di leggere prima ciò che si celebrerà, in modo da conoscere i gesti che si svolgeranno e avere a portata di mano il materiale necessario.

Questa distinzione non vuole essere rigida né tantomeno divisiva: ciascuno – in dialogo con la propria comunità parrocchiale – potrà utilizzare la modalità di preghiera che più gli giova per vivere un dialogo col Signore cosicché la famiglia si possa sentire soggetto attivo dei riti della Quaresima.

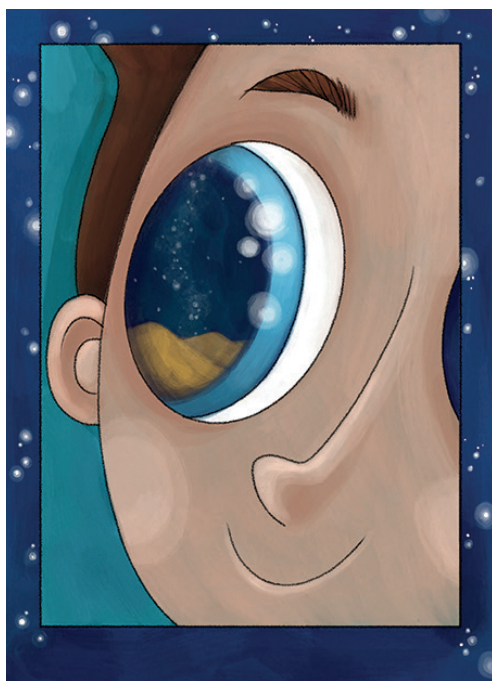
Fatta questa precisazione, il materiale che proponiamo si presta benissimo anche per una preghiera personale destinata ai soli ragazzi che, per ragioni diverse, preferiscono vivere senza gli altri familiari questi momenti celebrativi.

Buona Quaresima e buona preghiera!

PRIMA DOMENICA DI QUARESIMA

# Lo stupore di riconoscerti

*Celebrazione domestica per famiglie  
con bambini e ragazzi*





---

## **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

(Mt 4,1-11)

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*

**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...**

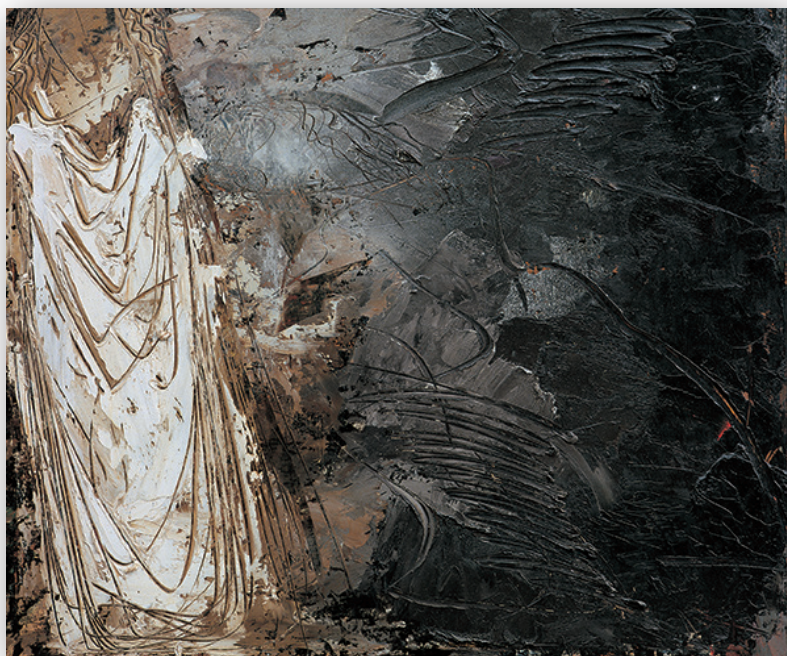
Ogni volta che tu vuoi, tu mi troverai.  
E l'amore mio, lo sai non finisce mai.

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

PRIMA DOMENICA DI QUARESIMA

# Lo stupore di riconoscerti

*Celebrazione per soli coniugi,  
famiglie con figli grandi, persone singole*



---

## **INTRODUZIONE**

La famiglia - o la persona singola - si ritrova presso l'angolo della preghiera (o in un posto della casa che si ritiene adatto).

Prima di iniziare si sceglie una guida (G) e uno o più lettori (L).

Dopo un breve istante di silenzio, si può accendere un cero davanti alla croce.

Può essere di aiuto iniziare con un canto (quello suggerito di seguito o un altro conosciuto); segue il segno di croce e il responsorio.

---

## **CANTO**

### **Dono di Grazia**

Dono di Grazia, dono di salvezza.

È questo tempo che ci guida a Pasqua.

Nella tua croce noi saremo salvi:

Cristo Signore!

Lungo la strada sei a nostro fianco  
per sostenerci nella tentazione.

Figlio di Dio, dona a noi la forza:

Cristo Signore!

Con la tua morte, tu ci dai la vita.

Nella tua Pasqua, noi risorgeremo.

Per sempre grazie, noi ti canteremo:

Cristo Signore!

**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. In Quaresima possiamo imparare a conoscere, seguire e amare il Signore Gesù.  
T. **Desideriamo scoprire che Lui è il centro della nostra vita.**

Ci si alza.

---

## VANGELO

(Mt 4,1-11)

Uno dei presenti legge il testo del Vangelo.

- L. Ascoltiamo il *Vangelo secondo Matteo*  
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.

Nel racconto delle tentazioni di Gesù ci vengono presentati, insieme ai personaggi (Gesù, lo Spirito e il diavolo), tre differenti tentazioni.

Possiamo intendere queste tentazioni come differenti forme di religiosità in cui al centro della nostra vita non c'è il progetto di Dio e l'incontro con suo figlio Gesù.

Viviamo la prima tentazione, con le pietre che diventano pani, quando siamo legati alle cose, ai beni terreni; possiamo, come Gesù, superare questa tentazione nell'adesione al progetto di Dio che dobbiamo scoprire entrando nel "deserto" un luogo privilegiato dell'incontro con Dio.

Nella seconda tentazione il rischio è quello di vivere una religione in cui al centro mettiamo la nostra persona, in cui anziché servire Dio cerchiamo di servirci di Lui, di metterlo alla prova pensando

di conoscere quello che è meglio per noi. Dobbiamo invece fidarci di Lui mettendo la nostra vita nelle sue mani sapendo che ogni giorno cammina accanto a noi.

Ed ecco l'ultima tentazione: quella, forse, più grande; quella in cui la nostra religione diventa il potere, il successo e il benessere. Ma il progetto di Gesù è quello di amore e di donazione e, proprio in famiglia, viviamo e possiamo "allenarci" ad amare gratuitamente, a donare la nostra vita. Riceveremo in cambio cento volte tanto e, come Gesù, saremo abbandonati dal tentatore e scopriremo intorno a noi gli angeli della nostra vita.

---

## **GESTO**

Un partecipante prende in mano il crocifisso collocato nell'angolo della preghiera, lo osserva con calma in silenzio. 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.

---

## **PREGHIERA**

Si può leggere una frase a testa, con libertà.

Signore Gesù, sono davanti a te e contemplo la tua umanità. Ti vedo tentato dal diavolo, ma tu sei vittorioso sulle sue lusinghe.

Anch'io sono spesso tentato dal diavolo che, in ogni modo, vuole allontanarmi da te. Tu mi scruti e mi conosci nel profondo e vedi la mia povertà e fragilità.

Cura le mie ferite nuove; rimargina quelle che si sono riaperte. Con il tuo perdono cancella il ricordo delle mie cadute.

Manda il tuo Spirito di santità perché tutto posso sperare da lui: nulla mi potrà fermare nel cammino verso di te.

Che il tuo Spirito trasformi il mio cuore di pietra e lo faccia essere di carne come il tuo, totalmente rivolto al Padre tuo e mio.

Così, guarito dalla misericordia della grazia, non cadrò nelle false promesse di colui che è il padre della menzogna.

Lo chiedo a te perché senza di te non posso far nulla e perché hai preso su di te la mia povertà per farmi ricco dei tuoi doni. Sei tu il mio salvatore. Amen.

---

### **UN PASSO IN AVANTI**

La tentazione più forte che dilaga in questo periodo storico è quella dell'individualismo. Impegniamoci a non isolarci nelle nostre case sicure e comode e ad aprirci agli altri dedicando anche tempo ed energie non solo alla famiglia e agli amici, ma anche alla nostra comunità. Partecipiamo attivamente all'eucaristia mettendoci a disposizione come lettori, cantori, strumentisti. Facciamo volontariato in oratorio o proponiamoci come catechisti. Sono molti i modi per collaborare insieme per il bene della vita comune.

---

### **CANTO FINALE**

Si può concludere il rito ascoltando questo brano di origine francese, pieno di accorata fiducia nel Dio di Israele: anche noi desideriamo lasciarci accompagnare, all'inizio della Quaresima, dallo Spirito.

[Qui](#) si trova l'audio.

1. **Seigneur, avec toi nous irons au désert**  
**Poussés comme toi par l'Esprit**  
**Seigneur, avec toi nous irons au désert**  
**Poussés comme toi par l'Esprit**

Et nous mangerons la Parole de Dieu  
Et nous choisirons notre Dieu  
Et nous fêterons notre Pâque au désert  
Nous vivrons le désert avec toi

2. **Seigneur, nous irons au désert pour guérir**  
**Poussés comme toi par l'Esprit**  
**Seigneur, nous irons au désert pour guérir**  
**Poussés comme toi par l'Esprit**

Et tu ôteras de nos cœurs le péché  
Et tu guériras notre mal  
Et nous fêterons notre Pâque au désert  
Ô vivant qui engendre la vie

*(traduzione metrica)*

1. ***Nel deserto Signore, andremo con te,***  
***sospinti come te dallo Spirito.***  
***Nel deserto Signore, andremo con te,***  
***sospinti come te dallo Spirito.***

*E noi mangeremo la Parola di Dio.*  
*E noi sceglieremo il nostro Dio.*  
*E là una festa la Pasqua sarà.*  
*Noi vivremo il deserto con te.*

2. ***Signore, noi andremo nel deserto per guarire,***  
***sospinti come te dallo Spirito.***  
***Signore, noi andremo nel deserto per guarire,***  
***sospinti come te dallo Spirito.***

*A noi toglierai il peccato del cuore.  
E noi tu guarirai il nostro male.  
E là una festa la Pasqua sarà.  
O vivente che porti la vita.*

SECONDA DOMENICA DI QUARESIMA

# Lo stupore di incontrarti

*Celebrazione domestica per famiglie  
con bambini e ragazzi*



---

## **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 un responsorio: nel primo caso il canto precede il segno di croce, nel secondo la preghiera lo segue.

---

## **CANTO**

### **IL SIGNORE È LA MIA SALVEZZA**

**Il Signore è la mia salvezza  
e con Lui non temo più,  
perché ho nel cuore la certezza  
la salvezza è qui con me.**

Berrete con gioia alle fonti,  
alle fonti della salvezza  
e quel giorno voi direte:  
lodate il Signore, invocate il suo nome.

**Il Signore è la mia salvezza...**

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

**T. Amen!**



---

## RESPONSORIO

- L. Signore, siamo ancora qui insieme a pregare.  
T. **Portiamo con noi il peso della settimana, ma anche le cose belle che abbiamo vissuto.**  
L. E tu vieni a incontrarci, fai sempre il primo passo.  
T. **Grazie, Signore, che meraviglia!**

Ci si alza.

---

## VANGELO

(Gv 4,5-10.25-26.28-30)

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 Giovanni*  
T. **Parla, Signore, ti ascoltiamo!**

L. Giunse così a una città della Samaria 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 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». [...] La donna intanto lasciò la sua anfora, andò in città e disse alla gente: «Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Che sia lui il Cristo?». Uscirono dalla città e andavano da lui.

Parola del Signore.

## **T. Lode a te, o Cristo!**

Ci si siede.

---

### **COMMENTO**

Un altro partecipante legge il breve spunto di riflessione.

È una giornata come le altre per la donna samaritana che, come sempre, si reca al pozzo per prendere l'acqua, e lo fa a mezzogiorno. Un orario alquanto strano: solitamente si va la mattina presto quando il sole non è ancora troppo caldo, ma lei non vuole incontrare nessuno.

Invece, quel giorno, fa un incontro che le cambia la vita: trova Gesù, uno "straniero", che le chiede da bere ma in realtà vuole offrire lui stesso un'acqua "viva" che disseta pienamente.

La samaritana è talmente stupita dell'amore ricevuto, che non ha più paura di mostrarsi agli altri e incontrare i suoi concittadini, addirittura va a chiamarli.

---

### **GESTO**

Si versa dell'acqua reciprocamente, per dissetarsi l'un l'altro. Si può scegliere una sola persona che versa l'acqua a tutti oppure ciascuno può versare l'acqua alla persona seduta al proprio fianco.

Quando il bicchiere di tutti è riempito, si pronuncia insieme l'espressione: «**Tu, Gesù, sei acqua viva che disseta**». Poi tutti bevono. La bottiglia o la brocca e i bicchieri possono essere lasciati, se c'è spazio, nell'angolo della preghiera.

---

## **PREGHIERA**

Dopo ogni frase recitata si lasciano alcuni secondi di silenzio e poi si prosegue.

- L. Signore, quante volte parliamo male degli altri.
- L. Signore, quando le persone non ci piacciono, andiamo via da loro.
- L. Signore, spesso non vogliamo certi compagni e non li facciamo stare con noi.
- L. Signore, molte volte giudichiamo senza conoscere bene le persone che frequentiamo.
- T. Signore, donaci di essere disponibili a conoscere di più le persone che incontriamo, andando oltre l'apparenza, per scoprire che anche dentro di loro ci sono bellezza e bontà.**

---

## **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, per sentire vicino il Signore Gesù nella quotidianità. Noi proponiamo, sulla scia del Vangelo ascoltato, di stare più attenti e quei compagni di classe o ai colleghi di lavoro che di solito evitiamo e, magari, passare un po' di tempo assieme. Durante una cena ci si può raccontare che cosa si è scoperto di nuovo. 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 con un canto conosciuto oppure con quello proposto dalla FOM per questo tempo liturgico “Occhi aperti per lo stupore”. [Qui](#) si trova il video con la musica e il testo.

SECONDA DOMENICA DI QUARESIMA

# Lo stupore di incontrarti

*Celebrazione per soli coniugi,  
famiglie con figli grandi, persone singole*



---

## **INTRODUZIONE**

La famiglia - o la persona singola - si ritrova presso l'angolo della preghiera (o in un posto della casa che si ritiene adatto).

Prima di iniziare si sceglie una guida (G) e uno o più lettori (L).

Dopo un breve istante di silenzio, si può accendere un cero davanti alla croce.

Può essere di aiuto iniziare con un canto (quello suggerito di seguito o un altro conosciuto); segue il segno di croce e il responsorio.

---

## **CANTO**

### **IL SIGNORE È LA MIA SALVEZZA**

**Il Signore è la mia salvezza  
e con Lui non temo più,  
perché ho nel cuore la certezza  
la salvezza è qui con me.**

Berrete con gioia alle fonti,  
alle fonti della salvezza  
e quel giorno voi direte:  
lodate il Signore, invocate il suo nome.

**Il Signore è la mia salvezza...**

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

**T. Amen!**

---

**RESPONSORIO**

L. In questo tempo di Quaresima.

**T. Restiamo in cammino con il Signore Gesù verso la Pasqua.**

L. Apriamo gli occhi, lasciamoci stupire.

**T. Gesù incontra la samaritana e così vuole incontrare ciascuno di noi.**

L. In Quaresima possiamo imparare a conoscere, seguire e amare il Signore Gesù.

**T. Desideriamo scoprire che Lui è il centro della nostra vita.**

Ci si alza.

---

**VANGELO**

(Gv 4,5-10.25-26.28-30)

Uno dei presenti legge il testo del Vangelo.

L. Ascoltiamo il *Vangelo secondo Giovanni*

**T. Parla, Signore, ti ascoltiamo!**

L. Giunse così a una città della Samaria 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 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». [...] La donna intanto lasciò la sua anfora, andò in città e disse alla gente: «Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Che sia lui il Cristo?». Uscirono dalla città e andavano da lui.

Parola del Signore.

## **T. Lode a te, o Cristo!**

Ci si siede.

---

### **COMMENTO**

Un altro partecipante legge il breve spunto di riflessione.

C'è un oggetto centrale in questo racconto dell'incontro di Gesù con la samaritana; un oggetto che possiamo trovare e cercare anche nella nostra vita perché l'incontro con Gesù la trasformi così come è successo alla samaritana.

È la "brocca dimenticata". Questo oggetto assume un significato di un gesto di abbandono delle preoccupazioni terrene, delle cose materiali in vista di nuove che ci vengono suggerite dall'affidamento e dalla fede che scaturisce dall'incontro con Gesù... che ci porta al Padre.

Con il: «Sono io» di Gesù si conclude la sua rivelazione e si apre lo spazio per la fede della samaritana, per la nostra fede.

Le parole della samaritana alla sua gente sono la testimonianza che nasce dall'aver incontrato una persona importante che diviene il centro della nostra vita. È l'esperienza che possiamo fare anche noi dopo ogni incontro con Gesù, nella comunità in questa celebrazione; scegliamo di "dimenticare la brocca" e seguiamo l'invito di Gesù che la samaritana fa suo: venite e vedrete.



---

## **GESTO**

Un partecipante colloca una brocca vuota all'interno dello spazio della preghiera. Quindi un altro l'adagia accanto alla croce, come "brocca dimenticata".

---

## **PREGHIERA**

Si può leggere una frase a testa, con libertà.

Signore Gesù,  
ti vedo seduto e stando al pozzo di Giacobbe.

Anch'io spesso sono stanco del mio andare,  
inseguendo desideri che si rivelano fallaci e lasciando che la mia  
mente si inaridisca nella ricerca di parole vuote.

Voglio sedermi accanto a te e consegnarti le mie fatiche.  
So che tu mi aspetti e vuoi parlare con me per farti conoscere.

Signore il tuo volto io cerco. Tu mi dici: «Lascia qui la tua brocca  
e affidati».

Signore io mi affido a te. Parla e il tuo servo ti ascolta. Vieni  
incontro nelle mie sorelle e nei miei fratelli e io ti riconoscerò.

So che tu sei sempre con la tua sposa, la Chiesa, e io nella Chiesa  
divento una cosa sola con te perché la sposa è il tuo corpo santo.

Voglio incontrarti nella Chiesa e riconoscerti nei suoi segni e nei  
suoi gesti.

Allora anch'io, come la samaritana, potrò annunciare il tuo nome  
alle mie sorelle e ai miei fratelli. Amen.

---

## UN PASSO IN AVANTI

Concentrati su preoccupazioni, ansie e paure ci dimentichiamo dell'essenziale, che è l'incontro con Gesù, e di riporre la nostra fiducia in Lui. Troppo comodo, e non sempre giustificabile, sta diventando seguire gli appuntamenti via *web*. Dimentichiamo anche noi "la brocca" e impegniamoci partecipando in presenza alla messa domenicale, accogliendo con gioia ed entusiasmo il suo invito al "banchetto nuziale".

---

## CANTO FINALE

Si può uscire dalla preghiera ascoltando un canto. Lo spiritual è un genere musicale nato negli U.S.A verso la fine del XIX secolo; si tratta di una musica orale, non scritta, nata fra gli schiavi che dovevano sopportare ore e ore di lavoro, ma che non perdevano la speranza che qualche angelo potesse portar loro, per esempio, dell'acqua viva per dissetarsi e sostentarsi. Ascoltiamo *Bring me little water Sylvie* e, se lo desideriamo, nella giornata possiamo anche imparare le *body percussion* che vengono proposte.

[Qui](#) si trova il link.

Bring me little water Sylvie  
Bring me little water now  
Bring me little water Sylvie  
Every little once in a while

Bring in a bucket Sylvie  
Bring in a bucket now  
Bring in a bucket Sylvie  
Every little once in a while

Sylvie come runnin'  
Bucket in my hand  
I will bring a little water  
Fast as I can

Bring me little water Sylvie  
Bring me little water now  
Bring me little water Sylvie  
Every little once in a while

Can't you see me comin'?  
Can't you see me now?  
I will bring a little water  
Every little once in a while

Every little once in a while  
Every little once in a while

TERZA DOMENICA DI QUARESIMA

# Lo stupore di ascoltarti

*Celebrazione domestica per famiglie  
con bambini e ragazzi*



---

## **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 un responsorio: nel primo caso il canto precede il segno di croce, nel secondo la preghiera lo segue.

---

## **CANTO**

### **NIENTE VALE DI PIÙ**

Non so cosa voglio raggiungere,  
non so quali stelle raccogliere...  
però ho una gioia da vivere,  
dai dammi la mano cammina con me.  
Io credo in un mondo fantastico,  
che unisce il sorriso degli uomini...  
non dirmi che è un sogno impossibile,  
se ascolti il tuo cuore allora saprai.

**Che niente è più bello di una vita vissuta,  
di una pace donata, di un amore fedele,  
di un fratello che crede.  
Che niente è più grande di una voce che chiama  
il tuo nome nel mondo,  
di una vita che annuncia la Parola che salva.  
Ti svelo un segreto, se cerchi un amico:  
il Signore ti sta amando già, il Signore ti sta amando già.**

G. Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

**T. Amen!**

---

## RESPONSORIO

- L. Signore, siamo qui per restare con te, ancora una volta, ancora questa domenica.
- T. Siamo pronti a metterci in ascolto: parlaci ancora, Signore.**
- L. Facciamo quello che possiamo per essere tuoi discepoli.
- T. Tu perdona le nostre mancanze e aiutaci ad accogliere e mettere in pratica la tua volontà.**

Ci si alza.

---

## VANGELO

(Gv 8,31-33.42.54-58)

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 Giovanni*
- T. Parla, Signore, ti ascoltiamo!**
- L. Gesù allora 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”?». [...] 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. [...] 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». Parola del Signore.

## **T. Lode a te, o Cristo!**

Ci si siede.

---

### **COMMENTO**

Un altro partecipante legge il breve spunto di riflessione.

Quanto è facile ritrovarsi in questo brano di Vangelo! Sì, perché anche noi spesso non ascoltiamo, pensiamo di sapere già tutto... siamo chiusi nel nostro mondo. I giudei che dialogano con Gesù non fanno nemmeno lo sforzo di mettersi in ascolto. Lo sentono ma tutto lì, e c'è tanta differenza tra il sentire e l'ascoltare. Per sentire basta usare l'udito: pensiamo ai tanti rumori, suoni che ci inondano ogni giorno. Ascoltare, invece, richiede uno sforzo in più: significa usare anche il cuore, la mente, un po' tutto noi stessi. Ascoltare permette di fare nostre le cose che ci vengono dette. Gesù dice che, per essere nella verità, bisogna ascoltare la sua Parola: solo quando diremo e saremo nella verità, saremo davvero liberi! Libertà e verità vanno di pari passo, perché sono entrambe essenziali all'amore.

---

## GESTO

Ciascuno pronuncia all'orecchio del vicino, a bassa voce, il versetto del Vangelo proclamato: «Se rimanete nella mia parola, siete davvero miei discepoli». Quando tutti hanno compiuto il gesto, insieme ad alta voce si ripete l'espressione: «**Tu, Gesù, hai parole di vita per tutti noi**».

Se ci sono ragazzi grandi si può proporre di dire all'orecchio del vicino una frase del Vangelo proclamato che lo ha particolarmente colpito.

---

## PREGHIERA

L. Signore, noi vogliamo ascoltare la tua voce!

**T. Apri le nostre orecchie, Signore!**

L. Signore, noi vogliamo vederti e conoscerti nel cuore dei nostri fratelli!

**T. Apri i nostri occhi, Signore!**

L. Signore, noi vogliamo ringraziarti!

**T. Apri le nostre labbra, Signore!**

L. Signore, noi vogliamo stare sempre con Te!

**T. Apri il nostro cuore, Signore!**

---

## 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, per sentire vicino il Signore Gesù nella quotidianità. Noi proponiamo, sicuri che la parola di Gesù sia fonte di energia e libertà, di raccontarsi - magari rinunciando a qualche minuto di televisione o smartphone - il brano di Vangelo cui si è più affezionati e, se si vuole, dicendosi anche il motivo. 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 con un canto, per esempio “A volte le parole” di don Stefano Colombo. [Qui](#) si trova il link.

TERZA DOMENICA DI QUARESIMA

# Lo stupore di ascoltarti

*Celebrazione per soli coniugi,  
famiglie con figli grandi, persone singole*



---

## **INTRODUZIONE**

La famiglia - o la persona singola - si ritrova presso l'angolo della preghiera (o in un posto della casa che si ritiene adatto).

Prima di iniziare si sceglie una guida (G) e uno o più lettori (L).

Dopo un breve istante di silenzio, si può accendere un cero davanti alla croce.

Può essere di aiuto iniziare con un canto (quello suggerito di seguito o un altro conosciuto); segue il segno di croce e il responsorio.

---

## **CANTO**

### **LA VITA NELL'AMORE**

**Se la nostra vita sarà nuova,  
se vivremo tra noi con vero amore,  
a quest'uomo che cerca la tua strada...  
noi sapremo donare la tua luce.**

Di tutto ciò che hai, fai dono ai tuoi fratelli;  
vi troverai la pace gioia e libertà!  
Resisti alle ricchezze non vendere il tuo cuore:  
amare la giustizia vuol dire povertà!

**Se la nostra...**

Ma dove attingeremo la forza dell'amore?  
Chi mi darà il coraggio di offrire la mia vita?  
È nel Signore solo che trovi il vero amore;  
a lui chiedi la forza e un cuore nuovo avrai!

**Se la nostra...**

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

**T. Amen!**

---

**RESPONSORIO**

L. In questo tempo di Quaresima.

**T. Proseguiamo il cammino con il Signore Gesù verso la Pasqua.**

L. Apriamo gli occhi, lasciamoci stupire.

**T. Scegliamo la verità di Gesù per essere veramente liberi.**

L. In Quaresima possiamo imparare a conoscere, seguire e amare il Signore Gesù.

**T. Desideriamo scoprire che Lui è il centro della nostra vita.**

Ci si alza.

---

**VANGELO**

(Gv 8,31-33.42.54-58)

Uno dei presenti legge il testo del Vangelo.

L. Ascoltiamo il *Vangelo secondo Giovanni*

**T. Parla, Signore, ti ascoltiamo!**

L. Gesù allora 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”?». [...] 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. [...] 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 pa-

dre, 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».

Parola del Signore.

## **T. Lode a te, o Cristo!**

Ci si siede.

---

### **COMMENTO**

Un altro partecipante legge il breve spunto di riflessione.

La pagina di Vangelo di Giovanni ci mette di fronte a una articolata discussione polemica e, forse, anche complessa che mette in relazione la verità e la libertà. «Conoscerete la verità, e la verità vi farà liberi». Questa affermazione di Gesù si pone infatti come introduzione e come sfondo al dialogo che segue.

È una discussione che sembra lontana dal nostro vissuto, potrebbe essere ritenuta buona per un talk show televisivo. Parlare oggi di verità può apparire una questione desueta: che cosa è la verità? C'è la verità? In questo nostro mondo dove sembra trovare spazio esclusivamente l'opinione: tutto può essere affermato e smentito. Siamo in un contesto culturale che, in nome della tolleranza, accetta tutto e il contrario di tutto.

Rimane la libertà, questa sì difesa, esaltata, sempre giustificata. Il vero idolo a cui tutto si può piegare. Una onnipotente solitaria libertà senza vincolo alcuno, senza limite né regola.

La parola di Gesù, tuttavia, rimane e riafferma il legame stretto con la verità. Senza verità quindi non vi è autentica libertà; ma quante volte abbiamo vissuto la libertà delle nostre convenienze, lontano dalla verità?

La verità e la libertà non si ignorano, non si annullano. Solo insieme possono riempire la nostra vita, la nostra felicità; è l'inse-

gnamento di questo Vangelo: ricostruire tale rapporto ripartendo dalla sua Parola, rimanendo nella sua Parola, essendo disponibili a dimorare nella sua Parola. Essa ci ispira, ci sostiene, ci incoraggia a cercare la verità, che in definitiva è Dio stesso in Gesù; ci aiuta a testimoniarla, ci consola quando la tradiamo per una libertà effimera ed egoistica.

Impareremo così che l'unico modo di essere liberi è quello di legarsi al bene.

---

### **GESTO**

Ciascuno rimane in silenzio per un istante ripensando a quanto ascoltato nel Vangelo e nel commento. Se qualcuno vuole, può rileggere ad alta voce una frase del Vangelo o condividere una breve riflessione.

---

### **PREGHIERA**

Si può leggere una frase a testa, con libertà.

Signore Gesù, tu hai detto: « Io sono la Via, la Verità e la Vita ». È esattamente ciò che la mia intelligenza cerca e il mio cuore desidera.

Ho la mente annebbiata e il cuore confuso: tante sono le strade che ho di fronte, infinite sono le voci che giungono alle mie orecchie, e ho davanti una quantità sterminata di progetti di vita che mi promettono la felicità.

Non voglio che tu sia una voce tra le tante.

Per questo ho bisogno che tu faccia luce in me, perché io possa trovare la via giusta da seguire.

Purifica la mia mente e il mio cuore: che la mia intelligenza scopra la bellezza delle verità del Vangelo e che il mio cuore possa sperimentare la gioia di vivere come tu hai vissuto, dando la vita piuttosto che trattenerla.

Tu mi cerchi perché mi ami, un altro mi cerca per farmi suo schiavo.

Mi affido al tuo amore affinché lo Spirito, che viene da te, illumini la mia strada e diriga i miei passi sulla via del bene. Così troverò la libertà legandomi sempre più a te che sei la libertà, fonte della mia gioia di vivere. Amen.

---

### **UN PASSO IN AVANTI**

Fissando lo sguardo a Lui cerchiamo la verità in ogni fatto quotidiano, interrogiamoci su: «Qual è la verità che ci rende liberi dall'egoismo e aperti alla felicità autentica?». Troveremo il modo di compiere le scelte giuste, secondo il disegno di Dio, ogni giorno. In questa settimana, ogni sera prima di coricarci, proviamo a riflettere su quanto di buono e "vero" abbiamo fatto nella giornata, e se questo ci ha fatto assaporare libertà e felicità proprie dei figli di Dio.

---

### **CANTO FINALE**

Possiamo "uscire" dalla preghiera lasciandoci accompagnare, per quanto lo desideriamo, da questo canone della comunità di Taizé. Il testo e la musica ci suggeriscono una fiducia sconfinata in Dio, pronto a elargire la gioia vera a coloro che gli aprono il cuore. [Qui](#) troviamo l'audio.

Behüte mich Gott, ich vertraue dir.  
Du zeigst mir den Weg zum Leben.  
Bei dir ist freude, freude in Fülle!

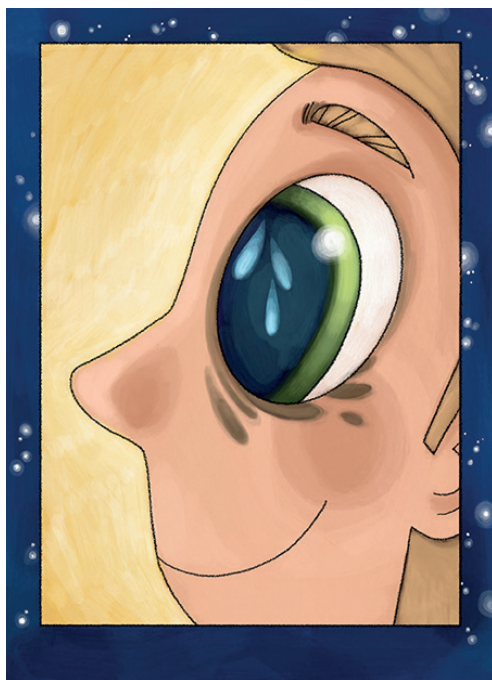
*Proteggimi Dio, io ho fiducia in te.  
Tu mi mostri la via al Cielo,  
Presso di te è la gioia, la gioia piena.*



QUARTA DOMENICA DI QUARESIMA

# Lo stupore di crederti

*Celebrazione domestica per famiglie  
con bambini e ragazzi*



---

## **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 un responsorio: nel primo caso il canto precede il segno di croce, nel secondo la preghiera lo segue.

---

## **CANTO**

### **VOCAZIONE**

Era un giorno come tanti altri e quel giorno Lui passò.

Era un uomo come tutti gli altri e passando mi chiamò.

Come lo sapesse che il mio nome era proprio quello.

Come mai vedesse proprio me nella sua vita, non lo so.

Era un giorno come tanti altri e quel giorno mi chiamò.

**Tu Dio, che conosci il nome mio.**

**Fa che ascoltando la tua voce...**

**Io ricordi dove porta la mia strada:**

**nella vita, all'incontro con Te.**

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

**T. Amen!**

---

## RESPONSORIO

L. Siamo a metà del nostro cammino verso la Pasqua.

**T. Signore, vogliamo continuare a conoscerti di più.**

L. Vieni a illuminare la nostra vita, come un giorno hai fatto al cieco nato.

**T. Ti conosceremo sempre di più e non smetteremo di credere in te.**

Ci si alza.

---

## VANGELO

(Gv 9,1-7.24-33.35-38)

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 Giovanni*

**T. Parla, Signore, ti ascoltiamo!**

L. Passando, vide un uomo cieco dalla nascita e i suoi discepoli lo interrogarono: «Rabbì, chi ha peccato, lui o i suoi genitori, perché sia nato cieco?». Rispose Gesù: «Né lui ha peccato né i suoi genitori, ma è perché in lui siano manifestate le opere di Dio. Bisogna che noi compiamo le opere di colui che mi ha mandato finché è giorno; poi viene la notte, quando nessuno può agire. Finché io sono nel mondo, sono la luce del mondo». Detto questo, 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 chiamarono di nuovo l'uomo che era stato cieco e gli dissero: «Da' gloria a Dio! Noi sappiamo che quest'uomo è un peccatore». Quello rispose: «Se sia un peccatore, non lo so. Una cosa io so: ero cieco e ora ci vedo». Allora gli dissero: «Che cosa ti ha fatto? Come ti ha aperto gli occhi?». Rispose loro: «Ve l'ho già detto e non avete ascoltato; perché volete udirlo di nuovo? Volete forse diventare anche voi suoi discepoli?». Lo insultarono e dissero: «Suo discepolo sei tu! Noi siamo discepoli di Mosè! Noi sappiamo che a Mosè ha parlato Dio, ma costui non sappiamo di dove sia». Rispose loro quell'uomo: «Proprio questo stupisce: che voi non sapete di dove sia, eppure mi ha aperto gli occhi. Sappiamo che Dio non ascolta i peccatori, ma che, se uno onora Dio e fa la sua volontà, egli lo ascolta. Da che mondo è mondo, non si è mai sentito dire che uno abbia aperto gli occhi a un cieco nato. Se costui non venisse da Dio, non avrebbe potuto far nulla». [...]

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.

Parola del Signore.

## **T. Lode a te, o Cristo!**

Ci si siede.

---

### **COMMENTO**

Un altro partecipante legge il breve spunto di riflessione.

È interessante come nessuno creda a ciò che è successo. Un cieco nato ha cominciato a vedere. È Gesù a compiere il primo passo, è lui a prendere l'iniziativa di guarirlo, non ha nessuna richiesta. Il cieco semplicemente si fida. Questa fiducia ci suggerisce che

quell'uomo, probabilmente, ha ascoltato diverse testimonianze sul Maestro e questo gli ha permesso di credere.

In realtà, in questo brano di Vangelo il cieco non è uno, ma tanti: tutti i giudei lo sono nella mente, nel cuore, e questa cecità è ancora più pesante di quella fisica.

È lo stupore di credere in Gesù e il riconoscersi bisognoso dell'aiuto di Dio che permettono al cieco di guarire. I giudei, invece, non sentono il bisogno di Dio. Il dono di Dio è arrivato a chi era in "ricerca", a chi si è fidato. Impariamo anche noi a ricercare Dio nella nostra vita, ad avere fiducia in lui: è sempre al nostro fianco!

---

### **GESTO**

Tutti si mettono in ginocchio davanti alla croce. La osservano in silenzio, stando un istante, quindi ad alta voce pronunciano l'espressione: «**Credo in te, Gesù, mi fido di te, Gesù**».

---

### **PREGHIERA**

L. O Signore, fa' che la mia fede sia piena!

**T. O Signore, fa' che la mia fede sia piena!**

L. O Signore, fa' che la mia fede sia libera!

**T. O Signore, fa' che la mia fede sia libera!**

L. O Signore, fa' che la mia fede sia certa!

**T. O Signore, fa' che la mia fede sia certa!**

L. O Signore, fa' che la mia fede sia forte!

**T. O Signore, fa' che la mia fede sia forte!**

L. O Signore, fa' che la mia fede sia gioiosa!

**T. O Signore, fa' che la mia fede sia gioiosa!**

L. O Signore, fa' che la mia fede sia per la carità!  
T. **O Signore, fa' che la mia fede sia per la carità!**

L. O Signore, fa' che la mia fede sia umile!  
T. **O Signore, fa' che la mia fede sia umile!**

L. O Signore aiutaci a essere testimoni del tuo amore  
così che le persone che incontriamo, possano credere in te.  
T. **Amen!**

---

### **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, per sentire vicino il Signore Gesù nella quotidianità. Noi proponiamo, sulla scia del Vangelo ascoltato, di scegliere una persona di cui ci si fida (nonno, genitore, fratello, catechista, allenatore, insegnante di strumento, don, suora...) e provare a chiedere un consiglio su qualcosa di cui si è in dubbio. 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 con un canto conosciuto oppure con quello proposto dalla FOM per questo tempo liturgico “Occhi aperti per lo stupore”. [Qui](#) si trova il video con la musica e il testo.

QUARTA DOMENICA DI QUARESIMA

# Lo stupore di crederti

*Celebrazione per soli coniugi,  
famiglie con figli grandi, persone singole*





---

## **INTRODUZIONE**

La famiglia - o la persona singola - si ritrova presso l'angolo della preghiera (o in un posto della casa che si ritiene adatto).

Prima di iniziare si sceglie una guida (G) e uno o più lettori (L).

Dopo un breve istante di silenzio, si può accendere un cero davanti alla croce.

Può essere di aiuto iniziare con un canto (quello suggerito di seguito o un altro conosciuto); segue il segno di croce e il responsorio.

---

## **CANTO**

### **IL SIGNORE È LA MIA VITA**

Se la strada si fa oscura,  
spero in Lui: mi guiderà.  
Se l'angoscia mi tormenta,  
spero in Lui: mi salverà.  
Non si scorda mai di me:  
presto a me riapparirà.

**Il Signore è la mia vita, il Signore è la mia gioia.**

Nel mattino io t'invoco:  
tu, mio Dio risponderai.  
Nella sera sera rendo grazie:  
e tu sempre ascolterai.  
Al tuo monte salirò,  
e vicino ti vedrò.

**Il Signore è la mia vita, il Signore è la mia gioia.**

G. Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito santo.

**T. Amen!**

---

**RESPONSORIO**

L. In questo tempo di Quaresima.

**T. Restiamo in cammino con il Signore Gesù verso la Pasqua.**

L. Apriamo gli occhi, lasciamoci stupire.

**T. Riconosciamo Gesù “luce del mondo” che ci guida nella vita.**

L. In Quaresima possiamo imparare a conoscere, seguire e amare il Signore Gesù.

**T. Desideriamo scoprire che Lui è il centro della nostra vita.**

Ci si alza.

---

**VANGELO**

(Gv 9,1-7.24-33.35-38)

Uno dei presenti legge il testo del Vangelo.

L. Ascoltiamo il *Vangelo secondo Giovanni*

**T. Parla, Signore, ti ascoltiamo!**

L. Passando, vide un uomo cieco dalla nascita e i suoi discepoli lo interrogarono: «Rabbì, chi ha peccato, lui o i suoi genitori, perché sia nato cieco?». Rispose Gesù: «Né lui ha peccato né i suoi genitori, ma è perché in lui siano manifestate le opere di Dio. Bisogna che noi compiamo le opere di colui che mi ha mandato finché è giorno; poi viene la notte, quando nessuno può agire. Finché io sono nel mondo, sono la luce del mondo». Detto questo, 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 chiamarono di nuovo l'uomo che era stato cieco e gli dissero: «Da' gloria a

Dio! Noi sappiamo che quest'uomo è un peccatore». Quello rispose: «Se sia un peccatore, non lo so. Una cosa io so: ero cieco e ora ci vedo». Allora gli dissero: «Che cosa ti ha fatto? Come ti ha aperto gli occhi?». Rispose loro: «Ve l'ho già detto e non avete ascoltato; perché volete udirlo di nuovo? Volete forse diventare anche voi suoi discepoli?». Lo insultarono e dissero: «Suo discepolo sei tu! Noi siamo discepoli di Mosè! Noi sappiamo che a Mosè ha parlato Dio, ma costui non sappiamo di dove sia». Rispose loro quell'uomo: «Proprio questo stupisce: che voi non sapete di dove sia, eppure mi ha aperto gli occhi. Sappiamo che Dio non ascolta i peccatori, ma che, se uno onora Dio e fa la sua volontà, egli lo ascolta. Da che mondo è mondo, non si è mai sentito dire che uno abbia aperto gli occhi a un cieco nato. Se costui non venisse da Dio, non avrebbe potuto far nulla». [...]

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.

Parola del Signore.

## **T. Lode a te, o Cristo!**

Ci si siede.

---

### **COMMENTO**

Un altro partecipante legge il breve spunto di riflessione.

Rivelazione, giudizio e scoperta: sono questi i “movimenti” che si intrecciano e che via via si impongono nel racconto. La rivelazione è l'opera principale di Gesù nell'intero Vangelo di Giovanni e, in questo brano, Gesù stesso usa l'immagine della “luce del mondo” per rivelarsi.

E quando la luce brilla non può che rivelare la realtà, mostrarla, a chi non la vedeva prima (come il cieco nato) o a chi, pur vedendola, ora può finalmente coglierla con occhi diversi, quelli della fede in Cristo. Ma la rivelazione, la luce, comporta inevitabilmente un giudizio, una presa di posizione, ma anche e soprattutto una scoperta: ciò che è nascosto esce dall'ombra e quando la luce risplende tutto è chiaro e visibile. È la scoperta di chi è Gesù, è la scelta di credere. In questa luce siamo tutti chiamati, come il cieco, a una progressiva comprensione e alla decisione di credere; il cieco acquista anzitutto la vista e poi, a poco a poco, progressivamente, cresce nella comprensione della realtà e di Colui che l'ha svelata. All'inizio il cieco nato pensa a Gesù come a "un uomo", ma del quale non sa nulla; poi però lo dichiara un "profeta", successivamente un "inviato di Dio", e infine lo riconosce come "Figlio dell'uomo" e "Signore".

---

### **GESTO**

Si accende una candela collocata nello spazio della preghiera. Si rimane in silenzio per un istante pregando personalmente il Signore, luce del mondo.

---

### **PREGHIERA**

Si può leggere una frase a testa, con libertà.

Signore non è facile ammettere di essere cieco in un mondo dove tutti fanno a gara per dimostrare di vedere le cose importanti, di scorgere il futuro di indicare la via per una vita felice.

Solo quando mi sono reso conto di essere immerso nella notte, solo quando ho percepito con smarrimento e angoscia di non poter venirne fuori con le mie sole forze,

solo allora ho inteso la tua voce,  
ho avvertito la tua presenza  
e tu hai potuto aprire i miei occhi.

Allora ho gettato uno sguardo nuovo su di me  
e sulla realtà che mi circonda.

Ho iniziato a vedere non solo con gli occhi ma con il cuore...  
Perché "l'essenziale è invisibile agli occhi".

Signore, ho imparato che ciò che conta veramente  
è l'averti incontrato  
e credere in te perché questo ha cambiato la mia vita.

---

### **UN PASSO IN AVANTI**

Quando commettiamo una mancanza non nascondiamoci dietro a mille scuse, ma impariamo a mettere da parte l'orgoglio e ad ammettere il nostro errore chiedendo perdono. Questa settimana ci alleneremo a usare le parole che papa Francesco suggerisce per vivere in famiglia alla luce del Vangelo: «grazie», «scusa», «posso».

---

### **CANTO FINALE**

Cristo non è stato solo luce nuova per quell'uomo cieco dalla nascita ma lo è anche per noi, oggi. Si può concludere cantando il ritornello *Christe lux mundi*, della comunità ecumenica di Taizè. [Qui](#) si trova il link.

**Christe lux mundi qui sequitur Te,  
habebit lumen vitae, lumen vitae**

*(Cristo, chi ti segue avrà la luce della vita)*

Sei per noi verità, luce nella notte.  
Viene Cristo salverà dalla morte l'uomo.

QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA

# Lo stupore della vita che ci dai

*Celebrazione domestica per famiglie  
con bambini e ragazzi*



---

## **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 un responsorio: nel primo caso il canto precede il segno di croce, nel secondo la preghiera lo segue.

---

## **CANTO**

### **GRANDI COSE**

**Grandi cose ha fatto**

**il Signore per noi:**

**ha fatto germogliare i fiori tra le rocce.**

**Grandi cose ha fatto**

**il Signore per noi:**

**ci ha riportati liberi alla nostra terra.**

**Ed ora possiamo cantare, possiamo gridare l'amore che Dio ha versato su noi.**

Tu che sai strappare dalla morte,  
hai sollevato il nostro viso dalla polvere.

Tu che hai sentito il nostro pianto,  
nel nostro cuore hai messo un seme di felicità.

**Grandi cose ha fatto...**

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

**T. Amen!**

---

## RESPONSORIO

L. Signore, eccoci ancora insieme a pregare.

**T. Portaci dove vuoi nel tuo cammino.**

L. Che meraviglia la vita che ci dai!

**T. Tu ci ami così tanto da offrirci in dono te stesso.**

L. Sei grande, Signore Gesù.

**T. La vita che ci doni durerà per sempre!**

Ci si alza.

---

## VANGELO

(Gv 11,1-4.38-44)

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 Giovanni*

**T. Parla, Signore, ti ascoltiamo!**

L. Un certo Lazzaro di Betània, il villaggio di Maria e di Marta sua sorella, era malato. Maria era quella che cosparses di profumo il Signore e gli asciugò i piedi con i suoi capelli; suo fratello Lazzaro era malato. Le sorelle mandarono dunque a dirgli: «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». [...]

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: «Liberatelo e lasciatelo andare».

Parola del Signore.

## **T. Lode a te, o Cristo!**

Ci si siede.

---

### **COMMENTO**

Un altro partecipante legge il breve spunto di riflessione.

Gesù non smette mai di stupirci: anche oggi compie un gesto grandioso, ridona la vita all'amico Lazzaro, morto già da quattro giorni. E questo miracolo che compie è la goccia che fa traboccare il vaso: i suoi avversari (i farisei, sacerdoti e dottori del tempio) decidono di ucciderlo. Gesù lo sa, come anche i suoi discepoli, ma nonostante questo non ha paura.

Ecco che, ancora una volta, dona l'amore del Padre. Accetta lo "scambio": se vuole ridare la vita a Lazzaro, deve "donare" se stesso. È lo stesso scambio che, di lì a qualche giorno, accetterà di fare sulla croce per ciascuno di noi.

Ora che Dio conosce il dolore che la morte suscita nei cuori di chi si ama, decide di donare la sua vita. La vicenda di Lazzaro, allora, è la vicenda di ognuno di noi.

---

## GESTO

Ciascuno scrive su un foglietto o un *post-it* il nome di un caro defunto. Gli adulti possono aiutare i bambini più piccoli a scrivere, oppure possono indicare alcune persone da ricordare qualora non venissero loro in mente.

Quando tutti hanno terminato di scrivere, un genitore legge ad alta voce: «Io sono la risurrezione e la vita; dono la vita a voi e ai vostri cari». Quindi tutti pongono il proprio foglietto ai piedi della croce.

Al termine tutti ripetono: «**Tu, Gesù, doni la vita perché tutti possano vivere.**»

---

## PREGHIERA

L. Signore, ci hai donato la vita,

**T. aiutaci a custodirla e a non sprecarla.**

L. Nella vita coltiviamo dei bei sogni,

**T. aiutaci a realizzarli.**

L. Nella vita accadono situazioni difficili,

**T. aiutaci ad affrontarle.**

L. Nella vita abbiamo degli impegni,

**T. aiutaci a compierli.**

L. Nella vita ci sono persone che ci vogliono bene,

**T. aiutaci a essere riconoscenti.**

L. Nella vita ci sono anche momenti tristi,

**T. aiutaci a superarli.**

L. Nella vita sono tante le occasioni per gioire,

**T. aiutaci a non dimenticarli.**

L. Nella vita occorre fare delle scelte,  
**T. aiutaci a non aver paura di rischiare.**

L. Nella vita vorremmo essere in pace con tutti,  
**T. aiutaci a costruirla.**

L. La vita è vita,  
**T. aiutaci a difenderla sempre.**

*(ispirata a una preghiera di M. Teresa)*

---

### **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, per sentire vicino il Signore Gesù nella quotidianità. Noi proponiamo, sulla scia del Vangelo ascoltato, che un genitore (o un nonno) racconti la vita di una persona che è in Paradiso (un santo, più o meno conosciuto, o un parente di cui il cuore è ancora colmo di gratitudine). Quella sera, prima di andare a letto, ciascuno è invitato a pregare personalmente un'Ave Maria pensando a quella persona che, dal cielo, protegge il proprio cammino con la Madre di Dio. 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 con un canto conosciuto oppure con il brano “Accendi la vita”: cliccando [qui](#) si trovano le parole e la musica.

In alternativa si può cantare il canto: “Vivere la vita”.

Vivere la vita con le gioie e coi dolori di ogni giorno,  
è quello che Dio vuole da te.  
Vivere la vita e inabissarti nell’amore è il tuo destino,  
è quello che Dio vuole da te.

**Fare insieme agli altri la tua strada verso Lui;  
correre con i fratelli tuoi...  
Scoprirai allora il cielo dentro di te; una scia di luce lascerai.**

Vivere la vita è l’avventura più stupenda dell’amore,  
è quello che Dio vuole da te.  
Vivere la vita e generare ogni momento il paradiso,  
è quello che Dio vuole da te.

**Vivere perché ritorni al mondo l’unità;  
perché Dio sta nei fratelli tuoi...  
Scoprirai allora il cielo dentro di te; una scia di luce lascerai.  
Una scia di luce lascerai.**

QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA

# Lo stupore della vita donata

*Celebrazione per soli coniugi,  
famiglie con figli grandi, persone singole*



---

## **INTRODUZIONE**

La famiglia - o la persona singola - si ritrova presso l'angolo della preghiera (o in un posto della casa che si ritiene adatto).

Prima di iniziare si sceglie una guida (G) e uno o più lettori (L).

Dopo un breve istante di silenzio, si può accendere un cero davanti alla croce.

Può essere di aiuto iniziare con un canto (quello suggerito di seguito o un altro conosciuto); segue il segno di croce e il responsorio.

---

## **CANTO**

### **TU FONTE VIVA**

Tu, fonte viva: chi ha sete, beva!  
Fratello buono, che rinfranchi il passo:  
nessuno è solo se tu lo sorreggi,  
grande Signore!

Tu, segno vivo: chi ti cerca, veda!  
Una dimora troverà con gioia:  
dentro l'aspetti, tu sarai l'amico,  
grande Signore!

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

**T.** **Amen!**

---

**RESPONSORIO**

L. In questo tempo di Quaresima.

**T. Proseguiamo il cammino con il Signore Gesù verso la Pasqua.**

L. Apriamo gli occhi, lasciamoci stupire.

**T. Gesù, l'amico di Lazzaro, è anche nostro amico ed è venuto per donarci la vita.**

L. In Quaresima possiamo imparare a conoscere, seguire e amare il Signore Gesù.

**T. Desideriamo scoprire che Lui è il centro della nostra vita.**

Ci si alza.

---

**VANGELO**

(Gv 11,1-4.38-44)

Uno dei presenti legge il testo del Vangelo.

L. Ascoltiamo il *Vangelo secondo Giovanni*

**T. Parla, Signore, ti ascoltiamo!**

L. Un certo Lazzaro di Betània, il villaggio di Maria e di Marta sua sorella, era malato. Maria era quella che cosparses di profumo il Signore e gli asciugò i piedi con i suoi capelli; suo fratello Lazzaro era malato. Le sorelle mandarono dunque a dirgli: «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». [...]

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: «Liberatelo e lasciatelo andare».

Parola del Signore.

## **T. Lode a te, o Cristo!**

Ci si siede.

---

### **COMMENTO**

Un altro partecipante legge il breve spunto di riflessione.

La morte per la vita. La croce per la risurrezione.

Possiamo sovrapporre in questa narrazione due vicende: Lazzaro abbandonato alla morte e Gesù abbandonato alla croce. Sono entrambe uno scandalo.

La morte di Lazzaro: se Gesù lo ama perché lo lascia morire?

E la croce di Gesù, lo scandalo del figlio di Dio abbandonato al fallimento. Se Dio è con lui non dovrebbe accadere diversamente? Ma c'è vedere e vedere. Sono possibili per queste vicende due letture. C'è lo sguardo privo di fede di chi si arresta allo scandalo e c'è lo sguardo che si apre alla fede, illuminato dalla luce di cui Gesù ha parlato nella domenica del cieco, e supera lo scandalo perché dopo la morte c'è la risurrezione.

È questo che il Vangelo di oggi ci vuole mostrare: saper trovare un senso nella storia e nella vita, saper guardare oltre e vedere nella



morte di Lazzaro, come nella croce, “la gloria di Dio” e la nostra salvezza.

Molti, visto il miracolo, hanno creduto in Gesù, altri vanno a riferire ai farisei l'accaduto.

E noi? La vita ri-donata a Lazzaro ci dà il coraggio di porci l'interrogativo sulla nostra esistenza? In questa domenica possiamo ri-conoscere il dono della vita che abbiamo ricevuto ringraziando con gratitudine e ri-donando la vita per gli altri, proprio come avviene nella famiglia e nella trasmissione della vita.

---

### **GESTO**

Si possono pronunciare ad alta voce i nomi di alcune persone care defunte da ricordare e per cui pregare.

Si può anche dire insieme, grati per la vita ricevuta, l'invocazione: «Tu Gesù doni la vita a tutti noi, aiutaci a farne dono agli altri».

---

### **PREGHIERA**

Si può leggere una frase a testa, con libertà.

Signore, la vita è una festa  
perché tu ci dai sempre una speranza nuova.  
La vita è una festa  
perché possiamo guardare il futuro con fiducia.

La vita è una festa  
perché la nostra gioia è grande e non verrà mai meno.

La vita è una festa  
perché Cristo è risorto e anche noi risorgeremo.

---

## UN PASSO IN AVANTI

Di fronte alle piccole e grandi sofferenze di ogni giorno non mi “scandalizzo” con polemiche e scoraggiamenti, ma accolgo la fragilità come concreta Via Crucis, occasione unica e personale per “morire” accanto a Gesù, nella certezza che Lui ha già sconfitto tutti i nostri mali. In questa settimana non mi lamenterò con gli altri in famiglia ma sarò comprensivo e mai polemico.

---

## CANTO FINALE

L'amicizia di Gesù per Lazzaro, il suo pianto, la sua preghiera, i suoi gesti ci mostrano la tenerezza di Dio per ciascuno di noi. Lasciamoci avvolgere da queste splendide note di uno dei più acuti musicisti contemporanei: Markus Stockhausen - Florian Weber, *Tenderness*. [Qui](#) si può ascoltare.