

MERCOLEDÌ DELLE CENERI

Gioia per il cammino di conversione

*Celebrazioni domestiche per soli coniugi,
famiglie con figli grandi, persone singole*



È consigliabile che questo primo incontro di preghiera venga vissuto la sera - appena terminata la cena sobria del mercoledì delle Ceneri - restando seduti a tavola.

In un luogo adatto della casa si predispone un “angolo della preghiera” con il crocifisso e il libro dei Vangeli (o della Bibbia) aperto alla pagina del Vangelo del giorno (Mt 6,1-6.16-18). Servirà come richiamo e luogo dove la famiglia si ritrova a pregare. Presso “l’angolo della preghiera” si predispongono, di volta in volta, gli oggetti necessari per i vari gesti.

Stando seduti a tavola si inizia con un canto. [Qui](#) il link al video.

CANTO INIZIALE

NADA TE TURBE

(Santa Teresa d’Avila - Canto di Taizé)

Nada te turbe, nada te espante:
quien a Dios tiene, nada le falta.
Nada te turbe, nada te espante:
solo Dios basta.

*(Niente ti turbi, niente ti spaventi,
chi confida in Dio non manca di nulla;
solo Dio basta).*

SEGNO DI CROCE

Tutti fanno il segno della croce, dicendo:

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

Un genitore introduce brevemente il tempo di Quaresima con quanto segue (o con parole simili, magari dette “a braccio” colloquiando coi presenti).

È bello iniziare il cammino di Quaresima fermandoci non solo idealmente, ma anche fisicamente a tavola terminata la cena, lasciando fuori tutto il resto: spegniamo il televisore, il cellulare e ciò che potrebbe distrarci e riuniamoci per ascoltare insieme la Parola di Gesù.

Ciascuno di noi si sforzi di immaginare i bisogni fisici (ma non solo) degli altri, iniziando dal ristretto gruppo familiare, per arrivare a comprendere nonni, parenti, amici, vicini di casa e farsi, in questo modo, prossimo con un piccolo segno concreto per ogni settimana.

VANGELO

(Mt 6,16-18)

Uno dei presenti legge il brano di Vangelo.

L. Dal Vangelo secondo Matteo

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:

«Quando digiunate, non diventate malinconici come gli ipòcriti, che assumono un’aria disfatta per far vedere agli altri che digiunano. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu digiuni, profumati la testa e làvati il volto, perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà».

Parola del Signore.

T. Lode a te, o Cristo.

RIFLESSIONE SUL VANGELO

Uno dei presenti legge la riflessione.

Oggi inizia la Quaresima, un tempo nel quale sei chiamato ad aprire il tuo cuore al Vangelo.

Quando digiuni e fai un'opera buona, pura, non mostrarlo agli altri per vantarti o farti notare. Non ricercare la ricompensa nel giudizio degli uomini, cerca, invece, nel giudizio di Gesù.

Camuffa il tuo digiuno e fa sì che esso sia in segreto con Dio, perché l'importante non è far vedere agli altri l'opera che si sta facendo, ma fare essa con amore e passione.

Così riceverai la ricompensa che solo Dio sa dare.

RISONANZA

Si fa un breve momento di silenzio, pensando a che cosa ci ha stupito di più di quanto ascoltato. Chi vuole può dividerlo con gli altri.

PREGHIERA DI INTERCESSIONE

Uno dei presenti introduce con queste parole la preghiera.

L. Rendiamo grazie a Dio Padre che ci fa il dono di iniziare l'itinerario quaresimale e preghiamo perché, mediante l'azione del suo Spirito, ci aiuti a recuperare il senso penitenziale e battesimale della vita cristiana. Diciamo:

T. Ascoltaci, Signore!

Le seguenti invocazioni possono essere lette alternandosi.

L. Dio Padre, donaci la capacità di evitare gli sprechi e permetti un modo più equo dove non ci siano più morti per fame, noi ti preghiamo.

T. Ascoltaci, Signore!

L. Gesù Figlio, donaci la forza di sostenere e mantenere gli impegni che prenderemo durante questo tempo di Quaresima, noi ti preghiamo.

T. Ascoltaci, Signore!

L. Spirito Santo, aiuta la nostra famiglia a saper rinunciare alle cose terrene prive di valore e focalizzarci sui veri valori che Gesù ci ha insegnato, noi ti preghiamo.

T. Ascoltaci, Signore!

Ciascuno può liberamente aggiungere altre intenzioni particolari per cui pregare.

GESTO E IMPEGNO PER LA QUARESIMA

Uno dei presenti legge l'impegno per la Quaresima.

L. Come famiglia decidiamo di prendere un impegno per la Quaresima: possiamo rinunciare a qualcosa, materiale o immateriale, da raccogliere durante tutta la Quaresima e (se materiale) da destinare a chi ne ha più bisogno.

Possiamo anche decidere di raccogliere degli alimenti da consegnare agli enti benefici che li distribuiscono alle famiglie bisognose. Oppure possiamo scegliere di rinunciare a un po' di tempo passato davanti alla televisione o a giocare al PC per fare qualche opera di bene, come telefonare ai nonni, fare compagnia a un vicino solo, aiutare qualcuno che ha bisogno...

Una volta deciso l'impegno, si prepara presso il luogo di preghiera un segno che ricordi e "rendiconti" l'impegno preso. Per esempio, si può mettere un contenitore in cui riporre i soldi risparmiati o gli alimenti da donare oppure un calendario su cui segnare il tempo sottratto allo svago o all'ozio e dedicato all'opera di bene.

PREGHIERA DEL SIGNORE

Insieme.

**Padre nostro, che sei nei cieli,
sia santificato il tuo nome,
venga il tuo regno, sia fatta la tua volontà,
come in cielo così in terra.
Dacci oggi il nostro pane quotidiano,
e rimetti a noi i nostri debiti
come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori,
e non abbandonarci alla tentazione,
ma liberaci dal male.
Amen.**

CONCLUSIONE

Mentre tutti fanno il segno della croce, il papà (o un altro membro della famiglia) conclude la celebrazione dicendo:

Benediciamo il Signore.

Tutti rispondono:

Rendiamo grazie a Dio.

COMPITO PER I GIORNI SEGUENTI

Un membro della famiglia si reca in parrocchia per chiedere al parroco o al vicario parrocchiale una boccetta di acqua santa da usare a partire dalla prima domenica di Quaresima come acqua lustrale per la celebrazione familiare.