



# Quaresima 2011

## 1. Dio nutre il suo popolo

### **PREGHIERA ALLO SPIRITO SANTO**

O Spirito santo,  
tu che sei sorgente di luce e di vita;  
o Dio che da Dio Padre ti sei abbassato  
verso di noi,  
te che i cieli non possono contenere.  
Così, Signore nostro Dio,  
misericordioso e amico degli uomini,  
accogli le suppliche che ti presentiamo  
mentre ci nutriamo del pane dell'immortalità  
e del calice prezioso della salvezza.  
Concedici la pace che viene dall'alto  
e il rinnovamento dell'anima e del corpo,  
lontani da ogni asservimento del peccato  
per farci rinascere attraverso la conversione.

*Oggi la più grande delle tentazioni è quella del consumismo. Il Vangelo ci richiama ad una vita povera, sobria, in cui i beni siano meno importanti della Sua Parola.*

*Altrimenti, perché osiamo giudicare chi si indebita per raggiungere uno standard di vita superiore alle proprie possibilità? La Quaresima è un'occasione propizia per rivedere seriamente i nostri consumi: prendiamo l'impegno a rinunciare - PER SEMPRE - a qualcosa che finora ci è sembrato essenziale.*

*E soprattutto condividiamo questo digiuno per vincere un po' di povertà.*

### ♪ **PRENDERO' IL CALICE**

Ho creduto anche quando ho detto:  
sono molto disgraziato,  
ho detto nella mia afflizione:  
ogni uomo è falso,  
ma il Signore mi ha tratto dalla morte,  
ricordando la Sua misericordia,

ed ora torna al tuo riposo, anima mia.  
Che cosa posso rendere al Signore per il bene che mi ha fatto?

*Rit. Prenderò, innalzerò,  
prenderò, innalzerò la coppa di salvezza,  
e invocherò  
il nome del Signore. (2 v)*

Ascoltiamo la Parola...

Dal Libro del profeta Osea (2,16-23)

Perciò, ecco, io la sedurrò, la condurrò nel deserto e parlerò al suo cuore.  
Le renderò le sue vigne e trasformerò la valle di Acor in porta di speranza.  
Là mi risponderà come nei giorni della sua giovinezza, come quando uscì dal paese d'Egitto.  
E avverrà, in quel giorno - oracolo del Signore - mi chiamerai: "Marito mio",  
e non mi chiamerai più: "Baal, mio padrone".  
Le toglierò dalla bocca i nomi dei Baal e non saranno più chiamati per nome.  
In quel tempo farò per loro un'alleanza con gli animali selvatici e gli uccelli del cielo e i rettili del suolo; arco e spada e guerra eliminerò dal paese, e li farò riposare



tranquilla.

Ti farò mia sposa per sempre, ti farò mia sposa nella giustizia e nel diritto, nell'amore e nella benevolenza, ti farò mia sposa nella fedeltà e tu conoscerai il Signore. E avverrà, in quel giorno - oracolo del Signore - io risponderò al cielo ed esso risponderà alla terra.



---

### *Dal Vangelo secondo Luca (Lc 4,42)*

Sul far del giorno uscì e si recò in un luogo deserto. Ma le folle lo cercavano, lo raggiunsero e tentarono di trattenerlo perché non se ne andasse via.



---

### *Dal Vangelo secondo Luca (Lc. 9,12-17)*

Il giorno cominciava a declinare e i Dodici gli si avvicinarono dicendo: "Congeda la folla perché vada nei villaggi e nelle campagne dei dintorni, per alloggiare e trovare cibo: qui siamo in una zona deserta". Gesù disse loro: "Voi stessi date loro da mangiare". Ma essi risposero: "Non abbiamo che cinque pani e due pesci, a meno che non andiamo noi a comprare viveri per tutta questa gente". C'erano infatti circa cinquemila uomini. Egli disse ai suoi discepoli: "Fateli sedere a gruppi di cinquanta circa". Fecero così e li fecero sedere tutti quanti. Egli prese i cinque pani e i due pesci, alzò gli occhi al cielo, recitò su di essi la benedizione, li spezzò e li dava ai discepoli perché li distribuissero alla folla. Tutti mangiarono a sazietà e furono portati via i pezzi loro avanzati: dodici ceste.

---

*Silenzio - Commento biblico*

*- Momento personale ...*

*...per riflettere.*

**Parola chiave: deserto**

Un « abitatore del deserto », Carlo Carretto, insegna: « Mi pare di aver trovato, quaggiù, dopo tanti anni, la soluzione del problema. Ho toccato con mano la mia radicale impotenza e questo fu la grazia. Ho contemplato nella fede, nella speranza e nella carità l'onnipotenza di Dio e anche questo fu grazia. Dio può tutto, io non posso nulla. Ma se metto tutto questo nulla nel contatto orante, amoroso di Dio, il tutto diventa possibile in me ».



- A molti di noi non manca il cibo. Pensiamo mai a quanti beni materiali piccoli e grandi abbiamo, di cui essere grati a Dio?
- Le ceste dei pani avanzati sono un invito a evitare lo spreco. Sappiamo trovare motivi per valorizzare ciò che per noi è superfluo ma che può essere altrimenti utilizzato?
- La grande folla ascolta Gesù in un luogo deserto. Ci sembra importante trovare luoghi e momenti di silenzio per riflettere e pregare? Quali difficoltà incontriamo nel farlo?

---

## Preghiamo a cori alterni

(dal Salmo 145)

1C. Ti lodino, Signore, tutte le tue opere  
e ti benedicano i tuoi fedeli.

2C. Dicano la gloria del tuo regno  
e parlino della tua potenza,

1C. per manifestare agli uomini i tuoi prodigi  
e la splendida gloria del tuo regno.

2C. Il tuo regno è regno di tutti i secoli,  
il tuo dominio si estende a ogni generazione.

1C. Il Signore sostiene quelli che vacillano  
e rialza chiunque è caduto.

2C. Gli occhi di tutti sono rivolti a te  
in attesa e tu provvedi loro il cibo  
a suo tempo.

1C. Tu apri la tua mano  
e sazi la fame di ogni vivente.

2C. Giusto è il Signore in tutte le sue vie,  
santo in tutte le sue opere.

1C. Il Signore è vicino a quanti lo invocano,  
a quanti lo cercano con cuore sincero.

2C. Appaga il desiderio di quelli che lo temono,  
ascolta il loro grido e li salva.

1C. Il Signore protegge quanti lo amano,  
ma disperde tutti gli empi.

2C. Canti la mia bocca la lode del Signore  
e ogni vivente benedica il suo nome santo,  
in eterno e sempre.

Con-dividiamo...




---

## INTERCESSIONI E IMPEGNI

- \* Signore, attiraci a te quando siamo affannati e distratti, insegnaci a non cercare riposo nel divertimento disordinato, ma nella solitudine con te.
- \* Educaci a posporre ogni nostra esigenza a quelle di chi ci avvicina in cerca di aiuto e di conforto. Tu che sei sensibile a ogni situazione umana, fa' che il nostro cuore non si indurisca mai nell'indifferenza e nell'egoismo.
- \* Anche a noi, come ai discepoli, tu rivolgì l'invito a offrire tutto ciò che abbiamo per collaborare con te al bene materiale e spirituale dei fratelli. Perdoni le nostre resistenze e aiutaci a essere disponibili a diventare, con te e come te, pane che sazia la fame di chi chiede sostegno per la propria vita.

- \* Non permettere che siamo indifferenti al problema della fame nel mondo. Tu che dai te stesso come cibo, insegnaci a comportarci, nell'uso dei beni, con la coscienza che a ciascuno è dato il nutrimento e ogni altro bene non solo per sé, ma per rispondere al bisogno di tutti.
- \* Perdona, Signore, lo spreco di energia, di mezzi, di beni materiali e spirituali da parte di chi ha troppo e pensa solo a sé. Apri i cuori refrattari all'amore e alla generosità.
- \* Quando facciamo l'esperienza del vuoto interiore e dell'autodistruzione, a causa dell'egoistica tendenza ad accaparrare i beni solo per noi, donaci la speranza e la volontà della conversione.

***Dal Catechismo degli adulti [Cap. 25, 5-987]***

*Gesù si ritirava spesso a pregare, sospendendo ogni altra occupazione. Terminati quei momenti privilegiati di intimità con il Padre, rimaneva costantemente rivolto a lui nell'amore, faceva in ogni in ogni cosa la sua volontà.*

*I tempi dedicati alla preghiera pura, liberi da ogni altra attività, hanno valore in se stessi come attuazione esplicita e consapevole del rapporto di amore con Dio. Consentono inoltre di trasformare in preghiera anche gli altri tempi dedicati alle varie occupazioni. «Pregate incessantemente, in ogni cosa rendete grazie» (1 Ts 5,17-18). La preghiera è continua, se è continuo l'amore, se in ogni cosa facciamo la volontà di Dio: «Prega sempre colui che unisce la preghiera alle opere che deve fare e le opere alla preghiera... In questo senso si può considerare tutta la vita dell'uomo santo come una grande preghiera; ciò che siamo abituati a chiamare preghiera ne forma solo una parte».*

***PREGHIERA FINALE***

*Prendi, Signore, e ricevi tutta la mia libertà,  
la memoria, l'intelligenza, la volontà.  
Prendi, Signore, e ricevi tutto quello che ho e possiedo.  
Tu me lo hai donato, Signore, e te lo rendo, a te lo affido.  
Tutto è tuo, Dio mio! Di tutto disponi secondo il tuo volere.  
Dammi il tuo amore e la tua grazia: questo mi basta.  
Non ti chiedo altro, Signore, mio Dio.*

**♪ *PRENDERO' IL CALICE***

Io ti offro di grazie un sacrificio,  
gridando il Tuo nome, mio Signore,  
perché Ti sei rivolto alla mia sorte,  
e mi hai salvato.

La mia preghiera innalzo fino a Te,  
insieme a tutta la Tua Chiesa,  
camminerò alla Tua presenza in mezzo ai vivi.  
Preziosa è agli occhi del Signore, la morte dei suoi figli. ***Rit.***

***Rit. Prenderò, innalzerò,  
prenderò, innalzerò la coppa di salvezza,  
e invocherò il nome del Signore. (2 v)***

