



# Ufficio Diocesano per la Pastorale della Famiglia

*«La spiritualità cristiana propone una crescita nella sobrietà e una capacità di godere con poco. È un ritorno alla semplicità che ci permette di fermarci a gustare le piccole cose».*

(Laudato si', 222)

## Introduzione

È nuovamente Quaresima...

Un cammino antico e sempre nuovo è quello che ci attende ogni anno, quando la Chiesa, da madre, chiede ad ogni suo figlio di spazzare la casa della propria interiorità ed aprire le porte dell'animo perché la grazia del mistero pasquale non ci trovi impreparati all'apparire della luce nuova del Signore risorto. È la valigia del cuore da preparare, svuotandola più che riempiendola di mille cose perché la Quaresima è un viaggio di lento impoverimento perché dalle ceneri dell'uomo che assomiglia più ad Adamo, nasca l'altro somigliantissimo, per la grazia dello Spirito effuso come puro dono d'amore, al Signore Gesù.

Tra le parole che ci accompagnano in questo itinerario verso la Pasqua, oltre a quelle ben note – seppur non scontate e mai superflue – come perdono, conversione, solidarietà, carità, condivisione, digiuno..., che anche “sobrietà”, termine che dovrebbe identificare lo stile di vita del cristiano e i suoi rapporti con il mondo, con le cose e, soprattutto, con le persone.

Nel momento storico che stiamo vivendo, abbiamo dovuto, nostro malgrado, ridimensionare la nostra vita quotidiana, rivedere i desideri per il futuro, rimodellare le abitudini, in poche parole stravolgere il nostro stile di vita. Qualcuno ha teorizzato che ne usciremo migliori, è quello che tutti ci auguriamo. Non c'è alcun dubbio, però, che siamo stati costretti a vivere una sobrietà alla quale non eravamo più abituati. Questo cambiamento ha interessato tutti gli ambiti, da quello del lavoro a quello della scuola, da quello delle amicizie a quello degli affetti familiari. Tutto questo ha determinato una forzata revisione di vita, facendo cambiare le priorità, riducendo i consumi dei beni superflui e, spesso, dovendo rinunciare anche a ciò che non è essenziale per nutrire il corpo, ma che è indispensabile per nutrire la mente o lo spirito.

Forse la sobrietà ci fa paura. Noi ricordiamo i nostri nonni che hanno vissuto in condizioni precarie. Ci raccontavano di aver conosciuto la fatica del lavoro, fin da bambini e avevano ben presente la quantità di lavoro necessario per produrre i beni necessari per vivere. L'educazione alla sobrietà era dunque parte integrante della condizione di vita di allora ed era un valore condiviso dalla maggior parte della società: quasi nessuno poteva permettersi lo spreco che oggi vediamo attorno a noi. Oggi che siamo noi alle prese con l'educazione dei figli, sentiamo tutto il peso e la difficoltà che l'educazione comporta.



Ci chiediamo oggi, in questo tempo, se i figli accettano questa educazione alla sobrietà o povertà. Se si adeguano ad avere l'essenziale, le cose che servono per una vita semplice e dignitosa. I confronti con gli amici ci sono e in una società in cui uno vale per quello che ha, possono subire complessi d'inferiorità.

Come famiglie siamo pronti a sostenere le contestazioni che anche i nostri figli ci butteranno addosso?

Chiaramente, ed è la cosa più importante, bisogna motivare i ragazzi, dare loro indicazioni e finalità della rinuncia, facendo leva su alcuni valori. Prima di staccare i ragazzi dai beni materiali, bisogna farli innamorare di qualcosa di più grande: il senso della vita, della gratuità, del dono, dell'incontro con l'altro, dell'amicizia.

È molto bella la tesi secondo cui la sobrietà poggia su alcuni imperativi: badare all'essenziale; utilizzare l'oggetto finché è servibile; non gettare le cose che si rompono; essere consapevoli che ogni cosa acquistata comporta lavoro. Che cosa ne pensano i genitori di questi imperativi che fanno parte di una educazione familiare e sociale che trova le sue radici nell'umanesimo e cristianesimo?

La sobrietà non consiste in una parola, in una raccomandazione che i genitori fanno pervenire ai figli. È una scelta di vita che trova, specie in famiglia, applicazione. Il Signore ci sostenga nel cammino quaresimale e, in particolar modo, in questa sfida educativa.

### MERCOLEDÌ DELLE CENERI – 17 FEBBRAIO 2021



*"Il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà" (Mt 6, 4b).*

*"Si può aver bisogno di poco e vivere molto, soprattutto ...negli incontri fraterni, nel servizio, nel mettere a frutto i propri carismi, nella musica e nell'arte, nel contatto con la natura, nella preghiera" (Laudato sì, 223).*



#### Per meditare ed agire...

All'inizio del cammino che ci porta alla Pasqua di Risurrezione, Gesù ci dà le coordinate, una specie di "pro-memoria", per percorrere la strada senza perderci tra le tante scorciatoie possibili che la nostra umanità ci suggerirebbe di seguire, una strada che non vale solo per questo tempo di Quaresima, ma che dovrebbe rappresentare il nostro stile di vita come famiglia cristiana.

Sono essenzialmente tre i punti su cui s'impenna tutta la nostra vita di relazione quotidiana:

**La Preghiera** prevedere ogni giorno un breve momento insieme dove poter leggere il Vangelo del giorno, concludere con una intenzione e una preghiera. Il fatto di pregare insieme induce a fare pace, se si è litigato, o a confrontarsi su incomprensioni che altrimenti resterebbero non dette.

**Il Diguno** riveste rilevanti significati affettivi e simbolici, in quanto l'uomo, non si nutre di solo cibo, ma di parole e gesti scambiati, di relazioni, di amore, di tutto ciò che dà senso alla vita.



Questo è ciò che dobbiamo chiederci: *qual è la nostra fame? di che cosa viviamo e ci nutriamo?*

Il digiuno è educazione del desiderio all'istinto di possesso, alla prevaricazione che può essere causa di litigi, di sofferenza e divisione nella coppia. Quando abbracciamo, baciamo, accarezziamo il nostro coniuge non possiamo che farlo con la stessa delicatezza e il rispetto che merita il Corpo di Cristo di cui siamo parte.

### L'Elemosina

Da una scelta di vita più sobria, che mette la giusta distanza dalle cose che possediamo, perché tutto assuma il giusto valore e il giusto utilizzo, potrà scaturire una delle principali testimonianze della carità fraterna, oltre che una pratica della giustizia che piace a Dio, che ci domanda: *"Dov'è tuo fratello?"*

### DOMENICA I DI QUARESIMA – 21 FEBBRAIO 2021



*"Gesù rimase quaranta giorni [nel deserto], tentato da satana; stava con le fiere e gli angeli lo servivano" (Mc 1,13).*



*"Se i deserti esteriori si moltiplicano nel mondo, perché i deserti interiori sono diventati così ampi, la crisi ecologica è un appello a una profonda conversione interiore" (Laudato si, 217).*



### Per meditare e agire...

Ogni coppia sa bene come il cammino della vita familiare sia minato dalle tentazioni interne ed esterne soprattutto in questo periodo quaresimale:

- La nostra unità è messa alla prova sulle nostre debolezze, sui nostri limiti, sui nostri progetti
- Viviamo periodi di deserto in cui ci sentiamo vuoti, passivi, rifiutati, dove la relazione si inaridisce e siamo entrambi incapaci di attingere alla fonte inestinguibile dell'Amore, che è lo Spirito Santo.

Gesù ci insegna a far tesoro anche di ciò che di negativo può accaderci:

- per crescere con nuovo slancio sia come coppia che come famiglia
- per accogliere l'aiuto che ci viene dai tanti fratelli che ci sono accanto e che ci insegnano l'umiltà, la sobrietà, la dedizione, la ricerca continua del bene, rendendoci testimoni credibili di Cristo, nella nostra realtà quotidiana.

### DOMENICA II DI QUARESIMA – 28 FEBBRAIO 2021



*"Questi è il Figlio mio prediletto; ascoltatelo!" (Mc 9, 7b).*



*"Ogni creatura riflette qualcosa di Dio e ha un messaggio da trasmetterci, [...] Cristo ha assunto in sé questo mondo materiale e ora,*

**IN TEMPO DI CRISI,**

**IN CRISTO,**

**PER RI-SCOPRIREI "COMUNITÀ"**



risorto, dimora nell'intimo di ogni essere, circondandolo con il suo affetto e penetrandolo con la sua luce" (Laudato sì, 221).



### Per meditare e agire...

**Questa domenica Dio ci chiede di ascoltare! Ossia, fare quello che dice.**

Ascoltare è difficile! Ascoltare vuol dire accogliere un altro nella propria vita, nel proprio cuore! È accogliere Dio mettendosi in cammino e lasciandosi condurre da lui.

**Dove?** Alla vita di tutti i giorni, nelle vicissitudini dove molti di noi si bloccano, alcuni cadono nel pessimismo che non vede soluzioni e speranza, altri pensano di risolvere il problema della vita non pensandoci. Gesù, che conosce la tentazione umana, vuole prepararci per cercare di uscirne fuori vincitori. **Come?**

- Ricordandoci che nel rapporto con Dio è richiesto un atto di abbandono che **è la nostra fede**. Serve un atto di umiltà per stare nella libertà, nella verità e nella felicità.
- Dio resta Dio anche quando cammina nella povertà, nella sofferenza, nelle prove, nelle tribolazioni, nelle malattie e nella morte. Ci sarà sempre vicino a sostenerci.
- La vita non finisce in questo mondo e possiamo farne già esperienza sulla terra: la gioia del bene compiuto è esperienza di paradiso, quando facciamo sorridere un ammalato è gioia di paradiso, se asciughiamo una lacrima è gioia di paradiso, se "trasfiguriamo" il nostro essere profondo e intimo di coppia, testimoniando con gesti semplici e concreti, che Dio continua ad amare l'umanità, è gioia di Paradiso.

### DOMENICA III DI QUARESIMA – 7 MARZO 2021



*"Rispose Gesù ai Giudei: «Distrugete questo tempio e in tre giorni lo farò risorgere»" (Gv 2,19).*



*"Per l'esperienza cristiana, tutte le creature dell'universo materiale trovano il loro vero senso nel Verbo incarnato, perché il Figlio di Dio ha incorporato nella sua persona parte dell'universo materiale, dove ha introdotto un germe di trasformazione definitiva..." (Laudato sì, 235).*



### Per meditare e agire...

I Giudei non comprendono, leggono materialmente le parole di Gesù, manca loro la vera lettura, quella spirituale.

In questa domenica, Gesù ribalta su un nuovo piano quello che era il significato del Tempio:

Il Tempio era il luogo dove andavano i fedeli che dovevano servire Dio e compiere ciò che Dio comandava, mentre nella **Casa** c'è il Padre che si prende cura dei figli, una dimora dove sarà Dio che compirà tutto per l'uomo.

A causa della pandemia, le nostre giornate si sono svolte soprattutto in casa, ci hanno fatto riscoprire la bellezza e, a volte, la fatica di vivere così a stretto contatto, in spazi ristretti.

**IN TEMPO DI CRISI,**

**IN CRISTO,**

**PER RISCOPRIREI "COMUNITÀ"**



La nostra **Casa è la piccola Chiesa domestica**, luogo privilegiato, dove la qualità della relazione tra i suoi componenti **attraverso e con Lui**, crea lo spazio sacro, il tempio, in cui lo incontriamo, lo tocchiamo, lo ascoltiamo, gli confidiamo le cose più intime, gli affidiamo i nostri desideri di bene, chiediamo perdono per le nostre mancanze. Abbiamo un modo per incontrare Dio che è molto più di un luogo fatto di pietre, ma è Lui che con noi diviene tempio.

Il Signore è dove “due o tre” sono riuniti nel suo nome, è nei poveri, negli emarginati, negli scartati della società, è nel nostro coniuge e ci chiede di rendere la nostra Casa vera dimora di Dio, attraverso l'umanità e la comunione che include sempre la relazione d'amore con l'altro.

### DOMENICA IV DI QUARESIMA – 14 MARZO 2021



*“Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il suo Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non muoia, ma abbia la vita eterna” (Gv 3,16).*



*“Invito tutti i cristiani a esplicitare questa dimensione della propria conversione, permettendo che la forza e la luce della grazia ricevuta si estendano anche alla relazione con le altre creature e con il mondo che li circonda, e susciti quella sublime fratellanza con tutto il creato che san Francesco d'Assisi visse in maniera così luminosa” (Laudato sì, 221).*



#### Per meditare e agire...

Quanto è grande l'amore di Dio per l'uomo?

È infinito, eterno, senza limiti, senza misura, Dio ha considerato ognuno di noi più importante di se stesso, ci ha amato quanto ha amato Gesù: **Noi amati come Cristo.**

Non solo l'uomo, ma è il mondo intero che è amato, la terra, gli animali, le piante e la creazione tutta e se Egli ha amato il mondo, anche noi dobbiamo amarlo, con i suoi spazi, i suoi figli, il suo verde, i suoi fiori, la sua bellezza.

Spesso abbiamo un'immagine sbagliata del Signore, proprio come gli uomini al tempo di Gesù. Cristo, venuto per il bene, dà vita alla nostra vita, senza alcuna intenzione di giudizio, perché la vita degli amati non è a misura di tribunale, ma a misura di fioritura e di abbraccio.

L'amore non fa mai paura. È dal sapere che Dio è Amore, che scaturisce anche la nostra identità e come coppie consacrate dal Sacramento del Matrimonio, per grazia siamo partecipi di quell'Amore che “abilita” alla qualità d'amore che supera tutte le barriere dell'indifferenza, dell'egoismo, della paura del diverso.

Non nascondiamoci dietro i paraventi del “non ho tempo”, “non me la sento”, “non ne sono capace”. Questi non mettono in luce ciò che ci è stato gratuitamente donato e che gratuitamente siamo chiamati a ridonare.

Se abbiamo paura di non farcela, guardiamo all'Eucaristia, dono tangibile di amore, che ci insegna ad amare come Lui ci ama, indipendentemente da ogni merito.

**IN TEMPO DI CRISI,**

**IN CRISTO,**

**PER RI-SCOPRIREI “COMUNITÀ”**



## DOMENICA V DI QUARESIMA – 21 MARZO 2021



*“Se il chicco di grano caduto in terra non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto” (Gv 12,24).*



*“Mentre «coltivare» significa arare o lavorare un terreno, «custodire» vuol dire proteggere, curare, preservare, conservare, vigilare. Ciò implica una relazione di reciprocità responsabile tra essere umano e natura” (Laudato sì, 67).*



### Per meditare e agire...

Guardando alle storie delle nostre famiglie, in tutte troveremmo alcuni momenti felici e, sicuramente, altrettanti di prova; ciò non significa che per questo abbiamo finito di amare la vita e di considerarla un dono prezioso da custodire.

Sono proprio i momenti difficili, vissuti nella consapevolezza di avere accanto il Signore, quelli che portano a una maggior maturazione e consapevolezza.

Come sposi e genitori, sappiamo che **il perdere per amore**, non è mai una sconfitta, ma un modo per donarsi e amare di più.

Come cristiani siamo chiamati nelle difficoltà a diventare fecondi, a far comprendere a chi ci sta vicino che le difficoltà, le sofferenze, le prove che la vita ci riserva possono divenire semi di vita nuova, per noi e per agli altri, se vissuti appoggiati a Cristo.

Gesù ci insegna la reciprocità nell'amore della stessa qualità che Egli vive nella dinamica trinitaria, mostrandoci che voler bene è anche avere fiducia, come Lui ne ha nel Padre, è anche portare frutti di perdono, di servizio, di attenzione generosa all'altro, con sacrificio o mortificazione personale nascosti, proprio come il seme che muore sottoterra.

Chiediamoci, allora, quanto riusciamo a morire a noi stessi per il nostro coniuge, per i nostri cari, per il nostro prossimo, al fine di comprendere quanto amore vero nutriamo per Lui.

## DOMENICA DELLA PASSIONE DEL SIGNORE (O “DELLE PALME”) – 28 MARZO 2021



Capitoli 14 e 15 del Vangelo secondo Marco: La passione del Signore.

*“Nell'Eucaristia il creato trova la sua maggiore elevazione. La grazia, che tende a manifestarsi in modo sensibile, raggiunge un'espressione meravigliosa quando Dio stesso, fatto uomo, arriva a farsi mangiare dalla sua creatura” (Laudato sì, 236).*



### Per meditare e agire...

Qualcuno si chiederà: cosa c'entra con noi sposi la passione del Signore? Eppure la croce di Cristo è strettamente connessa al nostro matrimonio, perché gli sposi, per dirla con San Giovanni Paolo II, “sono il richiamo permanente per tutta la Chiesa di ciò che è avvenuto sulla croce...essi partecipano e sono chiamati a vivere la carità stessa di Cristo che si dona

IN TEMPO DI CRISI,

IN CRISTO,

PER RI-SCOPRIRE LA “COMUNITÀ”



sulla croce" (Familiaris Consortio, 13). La carità coniugale può sembrarci un termine solo teorico, impraticabile nella vita di tutti i giorni.

A questo punto della Quaresima è giunto il momento di fare un resoconto sulla nostra vita coniugale e chiederci quanto il nostro modo di amare è conforme al modo di amare di Cristo.

Chiediamo a Dio di aiutarci entrare nel deserto del nostro animo per farlo tornare ad essere quel giardino della comunione con Dio che era prima del peccato, chiediamo a Dio di aiutarci per seguire e mettere in atto un cammino di vera conversione.

Abbandoniamo l'egoismo, lo sguardo fisso su noi stessi, e rivolgiamoci a Cristo Gesù; facciamoci prossimi dei fratelli e delle sorelle in difficoltà, condividendo con loro i nostri beni spirituali e materiali.

Accogliamo nel concreto della nostra vita la vittoria di Cristo sul peccato e sulla morte, per diventare in Lui nuova creazione.



## PROPOSTE PER LA LITURGIA FAMILIARE



### **Vivere anche nella dimensione familiare il cammino quaresimale**

Cos'è la Quaresima e come valorizzare questo tempo perché diventi una felice occasione per "tenere insieme" tutta la famiglia?

Ci rivolgiamo allora a tutti i papà e a tutte le mamme perché si preparino a vivere con i propri figli, in modo fruttuoso, la Quaresima in famiglia, per giungere più consapevoli alle feste pasquali.

Ecco quindi un bell'esercizio spirituale da fare in questa Quaresima: pregare con i bambini come bambini, come figli piccoli, che si sanno e si sentono amati, e perciò nutrono nei confronti del Padre i sentimenti di figli grati e felici. Siano i nostri cuori mossi dai sentimenti di stupore, gratitudine, fiducia e felicità. In tal modo sperimenteremo perché Pasqua è la festa della nostra rinascita: l'Amore di Cristo Redentore sostiene e muove quel cuore filiale che ha cominciato a pulsare in ognuno di noi cristiani il giorno del nostro Battesimo.

Ci guidano le parole di Papa Francesco in occasione del suo Messaggio per la Quaresima dello scorso anno: "lo Spirito Santo ci guidi a compiere un vero cammino di conversione, per riscoprire il dono della Parola di Dio, essere purificati dal peccato che ci acceca e servire Cristo presente nei fratelli bisognosi!". Iniziamo dai bisognosi più vicini, quelli di casa nostra, la nostra famiglia.

«Ci guardiamo attorno e vediamo polveri di morte – incalza Papa Francesco -. Vite ridotte in cenere. Macerie, distruzione, guerra. Vite di piccoli innocenti non accolti, vite di poveri rifiutati, vite di anziani scartati. Continuiamo a distruggerci, a farci tornare in polvere». «E quanta polvere c'è nelle nostre relazioni! - ammonisce - Guardiamo in casa nostra, nelle



famiglie: quanti litigi, quanta incapacità di disinnescare i conflitti, quanta fatica a chiedere scusa, a perdonare, a ricominciare, mentre con tanta facilità reclamiamo i nostri spazi e i nostri diritti! C'è tanta polvere che sporca l'amore e abbruttisce la vita. Anche nella Chiesa, la casa di Dio, abbiamo lasciato depositare tanta polvere, la polvere della mondanità».

Su tutte queste "polveri", invochiamo il potente soffio dello Spirito di Dio, attraverso la preghiera della piccola Comunità familiare e della Chiesa intera.

### **Cosa preparare per la preghiera?**

Possiamo ritrovarci intorno ad alcuni segni:

- **una candela accesa**, segno della presenza di Gesù tra noi;
- **un fiore o una pianta** che ci richiamano la bellezza del creato in cui siamo immersi;
- **una Bibbia aperta**, che ci ricorda che Dio si comunica a noi nella sua Parola;
- **una ciotola di acqua** a ricordo del nostro Battesimo, nel quale siamo diventati figli di Dio e siamo stati immersi nel suo amore;
- **altri oggetti** che ricordano fatiche e gioie, parte della nostra realtà di vita quotidiana.

## **MERCOLEDÌ DELLE CENERI** **17 FEBBRAIO 2021**

*La preghiera può essere guidata dal papà (G) o dalla mamma (G)*

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

**T:** **Amen.**

**G:** Tu ami tutte le creature, Signore, e nulla disprezzi di ciò che hai creato; tu dimentichi i peccati di quanti si convertono e li perdoni, perché tu sei il Signore nostro Dio.

**T:** **Gloria a te, Padre che ami tutti noi di infinita tenerezza.**  
**Gloria a te, Figlio unigenito che offri il perdono del Padre**  
**Gloria a te, Spirito santo, amore effuso nei nostri cuori**  
**Benedetto nei secoli il Signore.**

### **IN ASCOLTO DELLA PAROLA**

*Uno dei presenti proclama un brano della Parola di Dio del giorno*

**Dalla seconda lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi**

(2 Cor 5,20-6,2)

Fratelli, noi, in nome di Cristo, siamo ambasciatori: per mezzo nostro è Dio stesso che esorta. Vi supplichiamo in nome di Cristo: lasciatevi riconciliare con Dio. Colui che non aveva conosciuto peccato, Dio lo fece peccato in nostro favore, perché in lui noi potessimo diventare giustizia di Dio. Poiché siamo suoi collaboratori, vi esortiamo a non accogliere invano la grazia di Dio. Egli dice infatti: «Al momento favorevole ti ho esaudito e nel giorno della salvezza ti ho soccorso».

Ecco ora il momento favorevole, ecco ora il giorno della salvezza!»

**IN TEMPO DI CRISI,**

**IN CRISTO,**

**PER RI-SCOPRIRE LA "COMUNITÀ"**





*Si può sostare un attimo in silenzio per riflettere sulla Parola ascoltata*

- G:** Ora possiamo sostituire il segno della cenere sulla testa con gesti e preghiere:
- alcune parole per chiederci scusa reciprocamente, di alcuni comportamenti che possono aver offeso o ferito qualcuno;
  - possiamo appoggiare a turno la nostra mano sulla Bibbia aperta, nel desiderio che la nostra vita sia ad imitazione del Vangelo;
  - alcune preghiere rivolte al Signore per coloro che hanno più bisogno, per la Chiesa, per la nostra famiglia, per la nostra comunità parrocchiale, per i governanti, per i malati, per chi si è affidato alla nostra preghiera, per ...;
  - pronunciare qualche impegno concreto che desideriamo assumerci in Quaresima;
  - decidere di mettere da parte ogni settimana qualcosa per i nostri fratelli in difficoltà;
  - scambiarsi un abbraccio di perdono e di pace;

*Dopo aver compiuto il gesto scelto tra quelli sopra indicati, il più piccolo della famiglia, che ne sia in grado, immerge il dito nell'acqua e traccia un piccolo segno di croce sulla fronte di tutti gli altri membri presenti.*

*Tutti insieme pregano con la preghiera del Signore*

**Padre nostro...**

*Sempre insieme si innalza al Signore la preghiera Padre, che ci hai creati e rinnovati, che si trova a conclusione della scheda.*

*Quindi ciascuno traccia su di sé segno di croce mentre il genitore prosegue.*

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

**T.** Amen.

**PICCOLA CONSEGNA**

All'inizio di questo cammino di conversione, di ritorno all'amore di Dio, per rafforzare la mia volontà e per offrire un piccolo sacrificio al Signore in ringraziamento per le sofferenze vissute per amore nostro, sceglierò di rinunciare a qualcosa oggi e in tutti i venerdì di Quaresima (ad esempio i social network, i videogiochi, ecc...).

## DOMENICA I DI QUARESIMA 21 FEBBRAIO 2021

*La preghiera può essere guidata dal papà (G) o dalla mamma (G)*

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

**T:** Amen.

**G:** Tu ami tutte le creature, Signore, e nulla disprezzi di ciò che hai creato; tu dimentichi i peccati di quanti si convertono e li perdoni, perché tu sei il Signore nostro Dio.

**T:** **Gloria a te, Padre che ami tutti noi di infinita tenerezza.**  
**Gloria a te, Figlio unigenito che offri il perdono del Padre**  
**Gloria a te, Spirito santo, amore effuso nei nostri cuori**  
**Benedetto nei secoli il Signore.**



*L'altro genitore o un altro dei presenti può introdurre il tema della Domenica con queste parole:*

Siamo in Quaresima. La Chiesa rivive in modo quasi sacramentale il tempo della prova assieme a Gesù Cristo che va verso la sofferenza e la morte. Quello stesso Spirito che «sospinse Gesù nel deserto», oggi ci invita a rivestirci della sua forza, a prendere sul serio la vita, a lottare assieme a Cristo contro satana, a non cedere agli inganni del mondo. Camminiamo, dunque, verso la Pasqua che viene, per morire e risorgere con Gesù.

### IN ASCOLTO DELLA PAROLA

*Uno dei presenti proclama il Vangelo del giorno*

**Dal vangelo secondo Marco**

(Mc 1, 12-15)

In quel tempo, lo Spirito sospinse Gesù nel deserto ed egli vi rimase quaranta giorni, tentato da satana; stava con le fiere e gli angeli lo servivano. Dopo che Giovanni fu arrestato, Gesù si recò nella Galilea predicando il vangelo di Dio e diceva: "Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete al vangelo".

*Si può sostare un attimo in silenzio per riflettere sulla Parola ascoltata*

### AL SIGNORE SALE LA NOSTRA PREGHIERA

*Il genitore che guida la preghiera dice:*

Animati dal fuoco dello Spirito Santo che è in noi, preghiamo insieme...

*Quindi uno dei partecipanti propone la prima parte delle invocazioni, il resto della famiglia si unirà con la risposta.*

L.: Gesù, sei stato sospinto dallo Spirito nel deserto per stare in ascolto dello Spirito stesso, per poter discernere la volontà del Padre, per lottare contro il maligno;

T.: **fa' che possiamo abbandonarci con fiducia nelle tue mani, aprirci all'azione dello Spirito e riscoprire la radice del nostro essere cristiani.**

L.: Aiuta anche noi, o Signore, a superare tutte le tentazioni che ogni giorno il maligno ci propone,

T.: **per gustare, come te e con te, la gioia della vittoria.**

*Tutti insieme pregano con la preghiera del Signore*

**Padre nostro...**

*Sempre insieme si innalza al Signore la preghiera Padre, che ci hai creati e rinnovati, che si trova a conclusione della scheda.*

*Quindi ciascuno traccia su di sé segno di croce mentre il genitore prosegue.*

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

T. **Amen.**

### PICCOLA CONSEGNA

All'inizio del cammino quaresimale mi accosterò al Sacramento della Riconciliazione per gustare il perdono del Padre, purificare il cuore e imparare a vivere da figlio di Dio.

## DOMENICA II DI QUARESIMA 28 FEBBRAIO 2021

*La preghiera può essere guidata dal papà (G) o dalla mamma (G)*

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

T: **Amen.**



G: Tu ami tutte le creature, Signore, e nulla disprezzi di ciò che hai creato; tu dimentichi i peccati di quanti si convertono e li perdoni, perché tu sei il Signore nostro Dio.

T: **Gloria a te, Padre che ami tutti noi di infinita tenerezza.  
Gloria a te, Figlio unigenito che offri il perdono del Padre  
Gloria a te, Spirito santo, amore effuso nei nostri cuori  
Benedetto nei secoli il Signore.**

*L'altro genitore o un altro dei presenti può introdurre il tema della Domenica con queste parole:*

Oggi il cammino quaresimale ci conduce con Cristo sul monte della Trasfigurazione. L'evento della trasfigurazione rafforza in ogni credente la fiducia che già, nell'umiltà e nelle sofferenze della condizione mortale, è racchiusa per anticipazione la gloria della vita divina. Essa risplenderà senza ombre nella luce della Pasqua definitiva, quando Dio sarà finalmente tutto in tutti.

### IN ASCOLTO DELLA PAROLA

*Uno dei presenti proclama il Vangelo del giorno (o in parte, come proposto nella scheda, o per intero: Mc 9, 2-10)*

**Dal vangelo secondo Marco**

*(Mc 9, 2-3)*

In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e li portò sopra un monte alto, in un luogo appartato, loro soli. Si trasfigurò davanti a loro e le sue vesti divennero splendenti, bianchissime: nessun lavandaio sulla terra potrebbe renderle così bianche.

*Si può sostare un attimo in silenzio per riflettere sulla Parola ascoltata*

### AL SIGNORE SALE LA NOSTRA PREGHIERA

*Il genitore che guida la preghiera dice:*

Animati dal fuoco dello Spirito Santo che è in noi, preghiamo insieme...

*Quindi uno dei partecipanti propone la prima parte delle invocazioni, il resto della famiglia si unirà con la risposta.*

L.: Signore Gesù, tu sai quanto facciamo fatica a rimanerti fedeli nel tempo della prova,  
T.: **ad affrontare ciascuno la nostra parte di sacrificio,**

L.: Sostieni i nostri passi con il ricordo di quella luce che, nel tuo amore immenso,  
T.: **hai donato anche a noi sul monte della Trasfigurazione.**

*Tutti insieme pregano con la preghiera del Signore*

**Padre nostro...**

*Sempre insieme si innalza al Signore la preghiera Padre, che ci hai creati e rinnovati, che si trova a conclusione della scheda.*

*Quindi ciascuno traccia su di sé segno di croce mentre il genitore prosegue.*

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

### PICCOLA CONSEGNA

Non potresti provare a "trasfigurare" ognuno dei tuoi gesti, a trasformarlo cioè in un gesto di attenzione agli altri, in un capolavoro d'amore?



# DOMENICA III DI QUARESIMA

## 7 MARZO 2021

*La preghiera può essere guidata dal papà (G) o dalla mamma (G)*

- G: Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.  
T: **Amen.**
- G: Tu ami tutte le creature, Signore, e nulla disprezzi di ciò che hai creato; tu dimentichi i peccati di quanti si convertono e li perdoni, perché tu sei il Signore nostro Dio.  
T: **Gloria a te, Padre che ami tutti noi di infinita tenerezza.  
Gloria a te, Figlio unigenito che offri il perdono del Padre  
Gloria a te, Spirito santo, amore effuso nei nostri cuori  
Benedetto nei secoli il Signore.**

*L'altro genitore o un altro dei presenti può introdurre il tema della Domenica con queste parole:*

Cacciando i mercanti dal tempio, Gesù vuole purificare la casa del Padre dagli abusi che vi si erano instaurati; inoltre vuole soprattutto insegnare che il tempio dell'antico culto è destinato ad essere sostituito da un tempio nuovo: il corpo glorioso di Cristo risuscitato, che diventerà luogo e centro di un culto rinnovato in spirito e verità.

### IN ASCOLTO DELLA PAROLA

*Uno dei presenti proclama il Vangelo del giorno (o in parte, come proposto nella scheda, o per intero: Gv 2, 13-25)*

**Dal vangelo secondo Giovanni**

*(Gv 2,13-15.18-21)*

Gerusalemme. Trovò nel tempio gente che vendeva buoi, pecore e colombe, e i cambiavalute seduti al banco. Fatta allora una sferza di cordicelle, scacciò tutti fuori del tempio... 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.

*Si può sostare un attimo in silenzio per riflettere sulla Parola ascoltata*

### AL SIGNORE SALE LA NOSTRA PREGHIERA

*Il genitore che guida la preghiera dice:*

Animati dal fuoco dello Spirito Santo che è in noi, preghiamo insieme...

*Quindi uno dei partecipanti propone la prima parte delle invocazioni, il resto della famiglia si unirà con la risposta.*

- L.: O Padre, tu hai costituito tuo Figlio Gesù tempio nuovo della nuova e definitiva alleanza, costruito non da mani d'uomo ma dallo Spirito Santo,  
T.: **fa' che accogliendo con fede la sua parola, abitiamo in lui e possiamo così adorarti in Spirito e verità.**
- L.: Apri i nostri occhi alle necessità dei nostri fratelli e sorelle che sono le membra del corpo di Cristo,  
T.: **perché, servendo loro, diamo a te il vero culto che tu desideri.**

*Tutti insieme pregano con la preghiera del Signore*

**Padre nostro...**



*Sempre insieme si innalza al Signore la preghiera Padre, che ci hai creati e rinnovati, che si trova a conclusione della scheda.*

*Quindi ciascuno traccia su di sé segno di croce mentre il genitore prosegue.*

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

T. Amen.

**PICCOLA CONSEGNA**

Rifletterò sulla situazione della mia fede in Gesù, per far emergere le difficoltà, le chiusure nei suoi confronti.

## DOMENICA IV DI QUARESIMA 14 MARZO 2021

*La preghiera può essere guidata dal papà (G) o dalla mamma (G)*

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

T: Amen.

G: Tu ami tutte le creature, Signore, e nulla disprezzi di ciò che hai creato; tu dimentichi i peccati di quanti si convertono e li perdoni, perché tu sei il Signore nostro Dio.

T: **Gloria a te, Padre che ami tutti noi di infinita tenerezza.  
Gloria a te, Figlio unigenito che offri il perdono del Padre  
Gloria a te, Spirito santo, amore effuso nei nostri cuori  
Benedetto nei secoli il Signore.**

*L'altro genitore o un altro dei presenti può introdurre il tema della Domenica con queste parole:*

L'amore di Dio per l'uomo ha sconfitto definitivamente la morte e ci ha donato la vita che non avrà mai fine. Lasciamoci attrarre da Lui, innalzato per la nostra redenzione, e preghiamo gli uni per gli altri, perché non vengano mai meno il coraggio della verità e la forza della conversione per lasciare le tenebre e scegliere la luce.

### IN ASCOLTO DELLA PAROLA

*Uno dei presenti proclama il Vangelo del giorno (o in parte, come proposto nella scheda, o per intero: Gv 3, 14-21)*

**Dal vangelo secondo Giovanni**

*(Gv 3, 14-17)*

In quel tempo, Gesù disse a Nicodemo: "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 suo Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non muoia, ma abbia la vita eterna. Dio non ha mandato il Figlio nel mondo per giudicare il mondo, ma perché il mondo si salvi per mezzo di lui.

*Si può sostare un attimo in silenzio per riflettere sulla Parola ascoltata*

### AL SIGNORE SALE LA NOSTRA PREGHIERA

*Il genitore che guida la preghiera dice:*

Animati dal fuoco dello Spirito Santo che è in noi, preghiamo insieme...

*Quindi uno dei partecipanti propone la prima parte delle invocazioni, il resto della famiglia si unirà con la risposta.*

L.: Signore, abbiamo scoperto ancora una volta che tu sei un Dio buono e fedele

T.: **e mai ti stanchi di richiamare noi, che spesso sbagliamo,  
a manifestare in questo tempo e sempre una "vera conversione".**



- L.: Nel tuo Figlio innalzato in croce ci guarisci dai morsi del maligno che vorrebbe farci perdere la fede e la fiducia in te,  
 T.: **donaci la ricchezza della tua grazia perché possiamo, nonostante i nostri limiti, corrispondere al tuo eterno e sconfinato amore.**

*Tutti insieme pregano con la preghiera del Signore*

**Padre nostro...**

*Sempre insieme si innalza al Signore la preghiera Padre, che ci hai creati e rinnovati, che si trova a conclusione della scheda.*

*Quindi ciascuno traccia su di sé segno di croce mentre il genitore prosegue.*

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

T. Amen.

**PICCOLA CONSEGNA**

Oggi non cerco d'incontrare per aiutare ma per essere aiutato; pertanto faccio visita a una persona che possa favorire e/o rafforzare la mia fede, le mie motivazioni di vita e d'impegno (o il parroco, o un altro sacerdote, o un catechista, o comunque un "adulto nella fede").

## DOMENICA V DI QUARESIMA 21 MARZO 2021

*La preghiera può essere guidata dal papà (G) o dalla mamma (G)*

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

T: Amen.

G: Tu ami tutte le creature, Signore, e nulla disprezzi di ciò che hai creato; tu dimentichi i peccati di quanti si convertono e li perdoni, perché tu sei il Signore nostro Dio.

T: **Gloria a te, Padre che ami tutti noi di infinita tenerezza.  
 Gloria a te, Figlio unigenito che offri il perdono del Padre  
 Gloria a te, Spirito santo, amore effuso nei nostri cuori  
 Benedetto nei secoli il Signore.**

*L'altro genitore o un altro dei presenti può introdurre il tema della Domenica con queste parole:*

Come il grano muore per fare frutto, così Gesù giungerà al frutto maturo della sua Pasqua passando per la morte in croce. Anche il discepolo è chiamato a condividere il cammino del Maestro: anche noi dobbiamo imparare ad essere dei semi capaci di cadere in terra, di essere sotterrati, di marcire... perché solo così giungeremo a dare frutti che sfidano la morte e hanno sapore di vita eterna.

### IN ASCOLTO DELLA PAROLA

*Uno dei presenti proclama il Vangelo del giorno (o in parte, come proposto nella scheda, o per intero: Gv 12, 20-33)*

**Dal vangelo secondo Giovanni**

(Gv 12, 23-25)

Gesù rispose: "È giunta l'ora che sia glorificato il Figlio dell'uomo. In verità, in verità vi dico: se il chicco di grano caduto in terra non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto. Chi ama la sua vita la perde e chi odia la sua vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna.

*Si può sostare un attimo in silenzio per riflettere sulla Parola ascoltata*



## AL SIGNORE SALE LA NOSTRA PREGHIERA

*Il genitore che guida la preghiera dice:*

Animati dal fuoco dello Spirito Santo che è in noi, preghiamo insieme...

*Quindi uno dei partecipanti propone la prima parte delle invocazioni, il resto della famiglia si unirà con la risposta.*

- L.: Beato chi decide di perdere "evangelicamente":  
**T.: come il chicco di frumento sotto terra, darà abbondanti frutti;**
- L.: beato chi porge l'altra guancia:  
**T.: spezzerà la catena della violenza;**
- L.: beato chi non ricorre a metodi sleali nello studio o per far carriera:  
**T.: sarà ricompensato dalla sua virtù;**
- L.: beato chi sposa la povertà, cioè il giusto distacco dalle cose del mondo:  
**T.: genererà figli innamorati della vita;**
- L.: beato chi per la non violenza muore:  
**T.: libero come il vento, competerà in bellezza con le stelle e creerà sulla terra la civiltà dell'amore.**

*Tutti insieme pregano con la preghiera del Signore:*

**Padre nostro...**

*Sempre insieme si innalza al Signore la preghiera Padre, che ci hai creati e rinnovati, che si trova a conclusione della scheda.*

*Quindi ciascuno traccia su di sé segno di croce mentre il genitore prosegue.*

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

### PICCOLA CONSEGNA

Forse ho bisogno di riavvicinarmi a quella persona che avevo escluso a causa dei suoi limiti. Voglio ridargli la mia fiducia e farle sentire che ha dei doni per far crescere la Comunità e il Regno di Dio nel mondo.

## DOMENICA DELLA PASSIONE DEL SIGNORE (O "DELLE PALME") 28 MARZO 2021

*Si predisponga, oltre ai segni indicati all'inizio delle Proposte per la liturgia familiare, un ramoscello di ulivo o di palma, che verrà benedetto dal Signore durante la preghiera.*

*La preghiera può essere guidata dal papà (G) o dalla mamma (G)*

- G: Benedetto colui che viene nel nome del Signore:  
**T: Osanna al Re d'Israele!**
- G: Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.  
**T: Amen.**
- G: Tu ami tutte le creature, Signore, e nulla disprezzi di ciò che hai creato; tu dimentichi i peccati di quanti si convertono e li perdoni, perché tu sei il Signore nostro Dio.



**T: Gloria a te, Padre che ami tutti noi di infinita tenerezza.  
Gloria a te, Figlio unigenito che offri il perdono del Padre  
Gloria a te, Spirito santo, amore effuso nei nostri cuori  
Benedetto nei secoli il Signore.**

*L'altro genitore o un altro dei presenti può introdurre il tema della Domenica con queste parole:*

Ci sembrerà molto strano celebrare la domenica delle Palme, che ci introduce alla Settimana Santa, senza la processione con i rami di ulivo benedetti e la memoria dell'ingresso di Gesù a Gerusalemme...

Eppure anche oggi, nelle nostre case, vogliamo dire e celebrare la nostra fede, continuare la celebrazione che abbiamo vissuto in Parrocchia stamattina...

Siamo invitati a esprimere la nostra gioia interiore che nasce dalla certezza che la vita di Gesù, donata una volta per tutte sulla croce, anche oggi è accessibile a noi, anche se come i discepoli dubitiamo, come i farisei accusiamo e giudichiamo, come Giuda dimentichiamo il suo amore.

### **IN ASCOLTO DELLA PAROLA**

*Uno dei presenti proclama il Vangelo del giorno (o in parte, come proposto nella scheda, o per intero: Mc 11, 1-10)*

**Dal vangelo secondo Marco**

*(Mc 11, 7-11)*

In quel tempo, i discepoli condussero l'asinello da Gesù, e vi gettarono sopra i loro mantelli, ed egli vi montò sopra. E molti stendevano i propri mantelli sulla strada e altri delle fronde, che avevano tagliate dai campi. Quelli poi che andavano innanzi, e quelli che venivano dietro 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 egli entrò a Gerusalemme.

*Si può sostare un attimo in silenzio per riflettere sulla Parola ascoltata*

### **BENEDIZIONE DEI RAMI DI ULIVO**

*Figlio: Perché ricordiamo questo gesto fatto moltissimi anni fa?*

**G:** Ricordiamo il dono meraviglioso del Regno di Dio e che siamo chiamati a collaborare per custodirlo, a vivere la nostra vita come creature amate e volute da Dio.

**T:** **Siamo pronti, Gesù, a seguirti nel tuo cammino: tu sostienici!**

**G:** Come i fanciulli un tempo dissero in coro:

**T:** **Osanna, osanna! Gloria a te, lode in eterno, Cristo Re Salvatore!**

*Colui che guida la preghiera prende in mano il ramoscello di ulivo o di palma e lo immerge nella ciotola con l'acqua, mentre dice:*

Benedici, Signore, questi rami di ulivo (o di palma) e donaci la tua pace e misericordia.

**T:** **Benedetto colui che viene nel nome del Signore. Osanna nell'alto dei cieli!**





## ATTO DI FEDE

*Il genitore che guida la preghiera dice:*

Animati dal fuoco dello Spirito Santo che è in noi, esprimiamo la nostra fede...

*Quindi uno dei partecipanti propone la prima parte della professione di fede, il resto della famiglia si unirà con la risposta.*

L.: Io credo in Gesù, che è la risurrezione e la vita.

T.: **Credo, Signore. Aumenta la nostra fede.**

L.: Io credo in Gesù, che si è incarnato per opera dello Spirito Santo.

T.: **Credo, Signore. Aumenta la nostra fede.**

L.: Io credo in Gesù, che è il Messia, l'inviato di Dio.

T.: **Credo, Signore. Aumenta la nostra fede.**

L.: Io credo in Gesù, che è il Salvatore, venuto a strapparci dalla morte.

T.: **Credo, Signore. Aumenta la nostra fede.  
Questa è la nostra fede nel Signore Gesù,  
che ha vissuto la passione,  
la morte e la risurrezione  
per la nostra salvezza. Amen.**

*Quindi tutti insieme pregano con la preghiera del Signore*

**Padre nostro...**

*Sempre insieme si innalza al Signore la preghiera Padre, che ci hai creati e rinnovati, che si trova a conclusione della scheda.*

*Quindi ciascuno traccia su di sé segno di croce mentre il genitore prosegue.*

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

T. **Amen.**

### PICCOLA CONSEGNA

Alle persone con cui vivo o che posso raggiungere attraverso i social network provo a mandare un messaggio che manifesti la mia fede nel Signore Gesù, che per me ha sofferto e offerto la passione e la morte, così da donarmi la Risurrezione e la vita.



## PADRE, CHE CI HAI CREATI E RINNOVATI

**P**adre santo e misericordioso,  
che ci hai creati e rinnovati,  
tu che nel tuo Figlio  
hai ridonato ad ogni uomo la vita vera ed eterna,  
santificaci con il tuo Spirito  
perché non siamo lasciati in balia del nostro egoismo.

**T**u che non abbandoni chi ha commesso errori,  
accoglici, o Signore, mentre torniamo a te.

**T**i commuova la nostra umile e fiduciosa confessione,  
la tua mano ci guarisca, ci sollevi e ci salvi,  
perché il corpo della Chiesa non resti privo di nessuno.  
Il tuo gregge, Signore, non sia disperso,  
il nemico non rovini questa tua famiglia,  
e il male non abbia mai il sopravvento su noi,  
rinati nel Battesimo.

**T**i ringraziamo per il dono di questa famiglia,  
per il dono che è ciascuno di noi in questa famiglia.  
Signore, rendici capaci di sobrietà,  
condivisione, accoglienza  
e aiutaci a fare ordine nelle nostre passioni.

**F**a' che ci riconoscano dallo spezzare il pane,  
dalla condivisione del sapere,  
dall'ardore del nostro cuore,  
dalla nostra ricerca della giustizia,  
della tua volontà,  
dal nostro dare tutto, come la vedova al tempio,  
tutto, senza calcoli,  
con gioia, con dedizione intensa e totale.

**A** te salga, Signore, la nostra supplica:  
perdona i nostri peccati,  
perché ritorniamo alle vie della giustizia  
e custodiamo la grazia del tuo amore.  
Amen.

