

LA PREGHIERA

Introduzione

**O Dio vieni a salvarmi, Signore vieni presto in mio aiuto.
Gloria al Padre al Figlio e allo Spirito Santo, a Dio che è che era e che viene, per i secoli dei secoli, amen.**

Inno (CAMALDOLI)

*O Padre del perdono,
amico ai peccatori,
infondi nella Chiesa
il pentimento santo.*

*La luce del tuo Cristo
risorto dalla morte
sostenga, o Padre, i passi
del figlio che ritorna.*

*Così purificata
dal sangue dell'Agnello,
attenda nella veglia
la pasqua del Signore.*

Salmo cf. SAL 94 (95)

Venite, cantiamo al Signore,
acclamiamo alla roccia

della nostra salvezza.

Accostiamoci a lui
per rendergli grazie,
a lui acclamiamo
con canti di gioia.

Perché grande Dio è il Signore,
grande re sopra tutti gli dèi.

Nella sua mano sono
gli abissi della terra,
sono sue le vette dei monti.

Suo è il mare,
è lui che l'ha fatto;
le sue mani
hanno plasmato la terra.

Se ascoltaste oggi la sua voce!

«Non indurite il cuore
come a Meriba,
come nel giorno di Massa

nel deserto, dove mi tentarono
i vostri padri:
mi misero alla prova
pur avendo visto le mie opere.
Per quarant'anni mi disgustò
quella generazione e dissi:
"Sono un popolo

dal cuore traviato,
non conoscono le mie vie".
Perciò ho giurato
nella mia ira:
"Non entreranno nel luogo
del mio riposo"».

Ripresa della Parola di Dio del giorno

Gesù gli rispose: «[...] "Non di solo pane vivrà l'uomo" [...] "Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto" [...] "Non metterai alla prova il Signore Dio tuo"» (Lc 4,4.8.12).

Cantico di Zaccaria o di Maria o di Simeone (vedi bandella)

Lode e intercessione

Rit.: **Pietà di noi, Signore, nostra fiducia!**

- Insegnaci a rileggere nella nostra storia la tua fedeltà e a non appropriarci dei suoi frutti, ma a deporli davanti a te.
- Non lasciare che la nostra bocca ti proclami Signore, senza che il cuore traduca la fiducia in te in scelte concrete e coraggiose.
- Guidaci nel deserto della prova: non ti chiediamo di risparmiarcela ma di attraversarla insieme a noi, per vincere il sospetto, la fame e la paura.

Padre nostro

Orazione (vedi Colletta)

LA MESSA

ANTIFONA D'INGRESSO

SAL 90 (91),15-16

Egli mi invocherà e io lo esaudirò;
gli darò salvezza e gloria,
lo sazierò con una lunga vita.

COLLETTA

O Dio, nostro Padre, con la celebrazione di questa Quaresima, segno sacramentale della nostra conversione, concedi a noi tuoi fedeli di crescere nella conoscenza del mistero di Cristo e di testimoniare con una degna condotta di vita. Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio...

oppure

Signore nostro Dio, ascolta la voce della Chiesa che t'invoca nel deserto del mondo: stendi su di noi la tua mano, perché nutriti con il pane della tua parola e fortificati dal tuo Spirito, vinciamo con il digiuno e la preghiera le continue seduzioni del maligno. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

PRIMA LETTURA Dt 26,4-10

Dal libro del Deuteronomio

Mosè parlò al popolo e disse: ⁴«Il sacerdote prenderà la cesta dalle tue mani e la deporrà davanti all'altare del Signore, tuo Dio, ⁵e tu pronuncerai queste parole davanti al Signore, tuo Dio: "Mio padre era un Aramèo errante; scese in Egitto, vi stette come un forestiero con poca gente e vi diventò una nazione grande, forte e numerosa. ⁶Gli Egiziani ci maltrattarono, ci umiliarono e ci imposero una dura schiavitù. ⁷Allora gridammo al Signore, al Dio dei nostri padri, e il Signore ascoltò la nostra voce, vide la nostra umiliazione, la nostra miseria e la nostra oppressione; ⁸il Signore ci fece uscire dall'Egitto con mano potente e con braccio teso, spargendo terrore e operando segni e prodigi. ⁹Ci condusse in questo luogo e ci diede questa terra, dove scorrono latte e miele. ¹⁰Ora, ecco, io presento le primizie dei frutti del suolo che tu, Signore, mi hai dato". Le deporrai davanti al Signore, tuo Dio, e ti prostrerai davanti al Signore, tuo Dio». – *Parola di Dio.*

SALMO RESPONSORIALE 90 (91)

Rit. Resta con noi, Signore, nell'ora della prova.

¹Chi abita al riparo dell'Altissimo
passerà la notte all'ombra dell'Onnipotente.

²Io dico al Signore: «Mio rifugio e mia fortezza,
mio Dio in cui confido». **Rit.**

¹⁰Non ti potrà colpire la sventura,
nessun colpo cadrà sulla tua tenda.

¹¹Egli per te darà ordine ai suoi angeli
di custodirti in tutte le tue vie. **Rit.**

¹²Sulle mani essi ti porteranno,
perché il tuo piede non inciampi nella pietra.

¹³Calpesterai leoni e vipere,
schiaccerai leoncelli e draghi. **Rit.**

¹⁴«Lo libererò, perché a me si è legato,
lo porrò al sicuro, perché ha conosciuto il mio nome.

¹⁵Mi invocherà e io gli darò risposta;
nell'angoscia io sarò con lui,
lo libererò e lo renderò glorioso». **Rit.**

SECONDA LETTURA Rm 10,8-13

Dalla Lettera di san Paolo apostolo ai Romani

Fratelli, ⁸che cosa dice [Mosè]? «Vicino a te è la Parola, sulla tua bocca e nel tuo cuore», cioè la parola della fede che noi predichiamo. ⁹Perché se con la tua bocca proclamerai: «Gesù è il Signore!», e con il tuo cuore crederai che Dio lo ha risuscitato dai morti, sarai salvo. ¹⁰Con il cuore infatti si crede per

ottenere la giustizia, e con la bocca si fa la professione di fede per avere la salvezza. ¹¹Dice infatti la Scrittura: «Chiunque crede in lui non sarà deluso». ¹²Poiché non c'è distinzione fra Giudeo e Greco, dato che lui stesso è il Signore di tutti, ricco verso tutti quelli che lo invocano. ¹³Infatti: «Chiunque invocherà il nome del Signore sarà salvato». – *Parola di Dio.*

CANTO AL VANGELO MT 4,4

Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!

Non di solo pane vivrà l'uomo,
ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio.

Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!

VANGELO Lc 4,1-13

✠ Dal Vangelo secondo Luca

In quel tempo, ¹Gesù, pieno di Spirito Santo, si allontanò dal Giordano ed era guidato dallo Spirito nel deserto, ²per quaranta giorni, tentato dal diavolo. Non mangiò nulla in quei giorni, ma quando furono terminati, ebbe fame. ³Allora il diavolo gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' a questa pietra che diventi pane». ⁴Gesù gli rispose: «Sta scritto: "Non di solo pane vivrà l'uomo"».

⁵Il diavolo lo condusse in alto, gli mostrò in un istante tutti i regni della terra ⁶e gli disse: «Ti darò tutto questo potere e la loro gloria, perché a me è stata data e io la do a chi voglio.

⁷Perciò, se ti prostrerai in adorazione dinanzi a me, tutto sarà tuo». ⁸Gesù gli rispose: «Sta scritto: “Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto”».

⁹Lo condusse a Gerusalemme, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gèttati giù di qui; ¹⁰sta scritto infatti: “Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo affinché essi ti custodiscano”; ¹¹e anche: “Essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra”». ¹²Gesù gli rispose: «È stato detto: “Non metterai alla prova il Signore Dio tuo”».

¹³Dopo aver esaurito ogni tentazione, il diavolo si allontanò da lui fino al momento fissato. – *Parola del Signore.*

Credo

p. 332

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Si rinnovi, Signore, la nostra vita e col tuo aiuto si ispiri sempre più al sacrificio, che santifica l’inizio della Quaresima, tempo favorevole per la nostra salvezza. Per Cristo nostro Signore.

PREFAZIO

È veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza, rendere grazie sempre e in ogni luogo a te, Signore, Padre Santo, Dio onnipotente ed eterno, per Cristo nostro Signore.

Egli consacrò l’istituzione del tempo penitenziale con il digiuno di quaranta giorni, e vincendo le insidie dell’antico tentatore ci insegnò a do-

minare le seduzioni del peccato, perché celebrando con spirito rinnovato il mistero pasquale possiamo giungere alla Pasqua eterna. E noi, uniti agli angeli e ai santi, cantiamo senza fine l'inno della tua lode: **Santo...**

ANTIFONA ALLA COMUNIONE Lc 4,8

«Solo al Signore Dio tuo ti prostrerai, lui solo adorerai».

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Il pane del cielo che ci hai dato, o Padre, alimenti in noi la fede, accresca la speranza, rafforzi la carità, e ci insegni ad aver fame di Cristo, pane vivo e vero, e a nutrirci di ogni parola che esce dalla tua bocca. Per Cristo nostro Signore.

PER LA RIFLESSIONE

In tentazione

In Quaresima ci esponiamo, volontariamente, all'indispensabile processo della prova e della tentazione. Lo facciamo seguendo l'esempio del Signore Gesù, che dopo il suo battesimo si è lasciato guidare «dallo Spirito nel deserto, per quaranta giorni, tentato dal diavolo» (Lc 4,1-2) per scegliere di essere un Messia pienamente solidale con la nostra umanità, segnata dal fraintendimento del limite e ferita dal veleno del peccato. Il racconto delle tentazioni di Gesù, scritto da Luca, potrebbe apparire alla nostra sensibilità moderna

un po' mitico e idealizzato. Il serrato dialogo tra Gesù e il diavolo, che si sfidano a colpi di versetti biblici, risulta forse distante dal modo in cui noi ci confrontiamo con l'insidia del male nella nostra interiorità. È necessario, dunque, cogliere l'intenzione comunicativa profonda di questo vangelo, senza fermarsi sulle prime evidenze. Sta scritto che Gesù rimase «quaranta giorni» nel deserto, «non mangiò nulla in quei giorni, ma quando furono terminati, ebbe fame» (4,2). Noi spesso pensiamo al digiuno come a una specie di prova fine a se stessa, mentre il vangelo ci fa capire che si tratta di uno strumento in grado di condurci a conoscere quale fame profonda abiti il nostro cuore. Infatti, solo dopo quaranta giorni si manifesta nel cuore di Cristo quella velenosa ostilità tra bisogni e realtà che, per suggestione diabolica, può diventare tentazione di autonomia. La Quaresima non è un tempo in cui, a denti stretti, proviamo a offrire a Dio un po' di sudore per dimostrargli che ci siamo e, soprattutto, che siamo sinceri e forti. Vuole essere piuttosto un'occasione per avvicinarci umilmente al nostro limite e riconoscere in che modo ci siamo abituati a rapportarci a esso. Dice il diavolo a Gesù: «Se tu sei Figlio di Dio, di' a questa pietra che diventi pane» (4,3). La prima e fondamentale tentazione è trasformare le cose in pane, cioè piegare la realtà ai morsi – talora rabbiosi – della nostra fame, cioè dei nostri bisogni inappagati. Ma Gesù risponde al diavolo: «Non di solo pane vivrà l'uomo» (4,4). Il Signore non condanna il bisogno di mangiare, rivendica invece la presenza di un'altra fame che dobbiamo imparare ad ascoltare e a risolvere.

La Quaresima non vuole introdurre artificiali sospetti dentro quei naturali bisogni che compongono il nostro vivere quotidiano, ponendoci impossibili domande. Il conflitto tra desiderio e realtà, in termini generali, non esiste: la realtà è buona e sufficiente, sono invece i nostri appetiti che hanno bisogno di essere riconsiderati, perché (troppo) spesso ci sentiamo autorizzati a nutrirci male e disordinatamente, desiderando ardentemente quello che non c'è, oppure tentando di prenderci quelle cose che la provvidenza di Dio non ha riservato a noi. Per questo i gesti di mortificazione e di penitenza si possono solo intendere – e praticare – come tentativi non di fuggire dalla nostra condizione, ma di tornare alla verità di noi stessi e alla memoria del disegno d'amore che Dio ha per noi e per tutti: «Il Signore ci fece uscire dall'Egitto con mano potente e con braccio teso» (Dt 26,8).

«Dopo aver esaurito ogni tentazione, il diavolo si allontanò da lui fino al momento fissato» (Lc 4,13). La Quaresima è un tempo limitato, perché la prova della nostra umanità avviene entro precisi confini. Non si soffre all'infinito e non si è messi indefinitamente in crisi dalla provvidenza di Dio. Anche questo è un segno del suo amore di Padre. Inoltre, per noi cristiani qualsiasi deserto non è mai terra arida senz'acqua. Anche nei momenti più bui e solitari, sappiamo che «vicino» a noi è sempre la «Parola» di Dio, sulla «bocca» e nel «cuore» (Rm 10,8). Perché se con la bocca proclamiamo: «Gesù è il Signore!» e con il cuore crediamo che «Dio lo ha risuscitato dai morti» (10,9), saremo salvi. Il nostro volto, con

la sua vita e la sua morte, rimarrà «al riparo dell'Altissimo» e «passerà la notte all'ombra dell'Onnipotente» (Sal 90[91],1).

O Signore, abbiamo compreso male il senso buono dei limiti con cui vuoi educarci a vivere di quello che c'è, non a morire per quello che manca. Non lasciarci a lungo in questa tentazione: fa' che impariamo a distinguere gli appetiti cattivi, possessivi e distruttivi dalla fame profonda, per la quale una risposta c'è già e tu ce la svelerai al termine di questa notte. Kyrie eleison!

Calendario ecumenico

Cattolici, anglicani e luterani

I domenica di Quaresima.

Cattolici

Maria Eugenia di Gesù (Anna Milleret de Brou), fondatrice dell'Istituto dell'Assunzione di Maria (1898).

Ortodossi e greco-cattolici

Memoria del santo martire Quadrato e dei suoi compagni a Corinto (sotto Decio, 249-251).

Copti ed etiopici

Gregorio, papa di Roma (604).

Luterani

I 40 soldati di Sebaste, martiri in Armenia (320).

Feste interreligiose

Induismo

Holi: è la festa per il passaggio dall'inverno all'estate attraverso la primavera. Chiamata anche Festival dei colori, è festa di gioia, tra le più popolari dell'India. È anche la festa del calore che porta la pioggia e quindi la vita. Si bruciano legnetti e altro per significare la vittoria del bene sul male.