



PRIMA settimana
VENERDÌ 7 marzo

TEMPO DI PREGHIERA E DIGIUNO

La sacca del pellegrino

Introduzione:

P. Sia benedetto il nostro Dio in ogni tempo (+)

T. ora e sempre, nei secoli dei secoli. Amen

P. Venite adoriamo Dio nostro Re

T. adoriamo il Cristo in mezzo a noi nostro Re e nostro Dio

P. Venite, inchiniamoci davanti al Signore nostro Re e nostro Dio

T. Dio santo, Dio santo e forte, Dio santo e immortale abbi pietà di noi

P. Preghiamo.

Dio fedele, tu hai manifestato la tua potenza in favore del tuo popolo nella notte in cui l'hai liberato dalla schiavitù: rivela la tua forza nella nostra debolezza, perdonà ogni nostro peccato e noi potremo gioiosamente cantare la tua gloria nell'attesa del nostro esodo pasquale. Per Cristo nostro Signore.

In quel tempo, lo Spirito sospinse Gesù nel deserto

La preghiera è suscitata dalla luce dello Spirito santo che ci sospinge nel deserto per ascoltare la voce di Dio che sussurra al nostro cuore le parole di vita.

Tempo di silenzio e contemplazione per disporsi alla preghiera

Ant. Io sono il Vivente, dice il Signore:

non voglio la morte del peccatore,
ma che si converta e viva.



PRIMA settimana
VENERDÌ 7 marzo

SALMO 118, 161-168 XXI (Sin)

I potenti mi perseguitano senza motivo, *
ma il mio cuore teme le tue parole.

Io gioisco per la tua promessa, *
come uno che trova grande tesoro.

Odio il falso e lo detesto, *
amo la tua legge.

Sette volte al giorno io ti lodo *
per le sentenze della tua giustizia.

Grande pace per chi ama la tua legge, *
nel suo cammino non trova inciampo.

Aspetto da te la salvezza, Signore, *
e obbedisco ai tuoi comandi.

Io custodisco i tuoi insegnamenti *
e li amo sopra ogni cosa.

Osservo i tuoi decreti e i tuoi insegnamenti: *
davanti a te sono tutte le mie vie. *Gloria*

SALMO 132 Gioia dell'amore fraterno

La moltitudine di coloro che erano venuti alla fede aveva un cuor solo e un'anima sola... (At 4, 32).

Ecco quanto è buono e quanto è soave *
che i fratelli vivano insieme!

È come olio profumato sul capo, †
che scende sulla barba, sulla barba di Aronne, *
che scende sull'orlo della sua veste.

È come rugiada dell'Ermon, *
che scende sui monti di Sion.

Là il Signore dona la benedizione *
e la vita per sempre. *Gloria*



PRIMA settimana
VENERDÌ 7 marzo

SALMO 139, 1-9ab. 13-14

Il Figlio dell'uomo sarà consegnato in mano ai peccatori (Mt 26, 45).

Salvami, Signore, dal malvagio, *
proteggimi dall'uomo violento,
da quelli che tramano sventure nel cuore *
e ogni giorno scatenano guerre.

Aguzzano la lingua come serpenti; *
veleno d'aspide è sotto le loro labbra.

Proteggimi, Signore, dalle mani degli empi, †
salvami dall'uomo violento: *
essi tramano per farmi cadere.

I superbi mi tendono lacci †
e stendono funi come una rete, *
pongono agguati sul mio cammino.

Io dico al Signore: «Tu sei il mio Dio; *
ascolta, Signore, la voce della mia preghiera».
Signore, mio Dio, forza della mia salvezza, *
proteggi il mio capo nel giorno della lotta.

Signore, non soddisfare i desideri degli empi, *
non favorire le loro trame.
So che il Signore difende la causa dei miseri, *
il diritto dei poveri.

Sì, i giusti loderanno il tuo nome, *
i retti abiteranno alla tua presenza. *Gloria*

**Ant. Io sono il Vivente, dice il Signore:
non voglio la morte del peccatore,
ma che si converta e viva.**



PRIMA settimana
VENERDÌ 7 marzo

Canto al Vangelo

Dal Vangelo secondo Luca

Lc 4,1-13

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

Il diavolo lo condusse in alto, gli mostrò in un istante tutti i regni della terra e gli disse: «Ti darò tutto questo potere e la loro gloria, perché a me è stata data e io la do a chi voglio. Perciò, se ti prostrerai in adorazione dinanzi a me, tutto sarà tuo». Gesù gli rispose: «Sta scritto: "Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto"».

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

Dopo aver esaurito ogni tentazione, il diavolo si allontanò da lui fino al momento fissato.

Meditazione

La vita intera di Gesù è stata una tentazione e uno scontro con il “principe di questo mondo” (Gv 12,31). Le innumerevoli guarigioni che ha operato, le risurrezioni dalla morte che ha ottenuto da suo Padre, i demoni che ha cacciato dagli ossessi sono altrettanti segni della sua lotta contro il male, così come la sua preghiera che offriva talvolta durante notti intere e che possiamo supporre non venisse mai meno. Ci sono infatti dei demoni che non si scacciano “se non con la preghiera e il digiuno” (Mt 17,21), diceva Gesù ai suoi discepoli. Questa lotta contro il diavolo conobbe il suo apogeo nelle tentazioni che inquadrono la vita pubblica di Gesù: la tentazione durante i quaranta giorni di digiuno nel deserto e l’ultima tentazione al cuore stesso del mistero pasquale nelle sue due tappe: l’orto degli ulivi e la morte in croce. Cerchiamo ora di penetrare più a fondo il mistero di queste tentazioni. Infatti Gesù le ha affrontate pregando. La sua lotta – la sua stessa *agonia* (termine greco che significa appunto “lotta, combattimento”) – è stata un combattimento di preghiera. E il suo abbandono alla volontà del Padre al termine di ogni tentazione, e quindi la sua obbedienza è stata

un’obbedienza di preghiera. Anche il sacrificio che egli ha offerto come sommo sacerdote nella tentazione e nella vittoria è stato un sacrificio di preghiera. È lo stesso sacrificio che celebra costantemente nella gloria. Infatti anche in questo momento egli è “vivo per intercedere” (Eb 7,25).

(A. LOUF, *Lo Spirito prega in noi*, Qiqajon, Magnano (BI) 1995, 30.)

Tempo di silenzio e contemplazione per la meditazione

Invocazioni

Fratelli e sorelle, all’inizio di questo tempo di Quaresima riconosciamoci peccatori e invochiamo con fede Dio nostro Padre:

R. Vieni in aiuto della nostra debolezza!

Donaci, o Padre, di vivere della tua Parola
e di fare della tua volontà il nostro cibo quotidiano. **R.**

Concedici, o Padre, di non essere attratti dagli idoli
e di renderti culto servendo i fratelli. **R.**

Accordaci, o Padre, di credere sempre alla tua protezione
e di non chiederti segni e prodigi. **R.**

Donaci, o Padre, di entrare nella tentazione con la forza del tuo Spirito
e di vincere il male con la tua Parola. **R.**

Padre Nostro

Signore Dio,
tu ami tutte le tue creature
e non provi disprezzo per nessuna delle tue opere:
non guardare ai nostri peccati,
ma rinnovaci con il tuo Spirito,
affinché accogliamo con gratitudine
questo tempo favorevole,
tempo di ritorno a te
e di riconciliazione tra di noi tuoi figli.
Per Cristo nostro Signore. **Amen**