

## VENERDÌ 13 MARZO

### Troppa agitazione per vederlo?

Maria seduta ai piedi del Signore, ascoltava la sua parola. Marta invece era distolta per i molti servizi. Allora si fece avanti e disse: "Signore, non t'importa nulla che mia sorella mi abbia lasciata sola a servire? Dille dunque che mi aiuti". Ma il Signore le rispose: "Marta, Marta, tu ti affanni e ti agiti per molte cose, ma di una cosa sola c'è bisogno. Maria ha scelto la parte migliore, che non le sarà tolta". (Lc 10, 39-42)

#### Commento

La casa di Betania, in cui è ospitato Gesù è piena di movimento: Marta serve con generosità, sua sorella Maria siede con Lui ad ascoltarlo. Il Signore non rimprovera il servizio, ma l'ansia e l'agitazione che fanno dimenticare l'essenziale. Maria di Betania ci ricorda che il primo passo per conoscere Dio è fermarsi e ascoltare la sua Parola.

#### Preghiera

Signore Gesù, molte cose agitano e riempiono le nostre giornate. Insegnaci a scegliere la parte migliore. Fa' che le parole del tuo Vangelo, possano essere per noi luce e vita, affinché ciascuno di noi possa essere testimone del tuo amore.

## SABATO 14 MARZO

### Io sono il Pane della Vita

«Io sono il pane della vita. I vostri padri hanno mangiato la manna nel deserto e sono morti; questo è il pane che discende dal cielo, perché chi ne mangia non muoia. Io sono il pane vivo, disceso dal cielo. Se uno mangia di questo pane vivrà in eterno e il pane che io darò è la mia carne per la vita del mondo». (Gv 6, 48-51)

#### Commento

Gesù si paragona al pane. È il pane che il Padre offre a tutti gli uomini. Senza pane, non si vive. Gesù è vita e offre la sua vita per salvare ciascuno di noi. Partecipare alla messa, prender parte all'Eucarestia, ci permette pian piano di trasformare il nostro cuore, di incontrare in modo autentico Gesù e di coltivare una vita di amicizia e unità con Lui.

#### Preghiera

Gesù, figlio del Padre presente in mezzo a noi, fa' che nell'Eucarestia domenicale ciascuno di noi possa riconoscerti nel pane spezzato e nella comunità radunata. Accompagnaci giorno per giorno nel nostro cammino, donaci la grazia di gustare l'eternità! Amen.



**Sei tu che hai formato i miei reni e mi hai tessuto nel grembo di mia madre.**

## DOMENICA 8 MARZO

### Se tu conoscessi...

Gesù risponde alla samaritana: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno. Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna». «Signore - gli dice la donna -, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua». (Gv 4,13-15)

#### Commento

Gesù con semplicità e coraggio non teme di fare il primo passo. Ha sete, chiede alla donna samaritana di dargli da bere, nonostante non la conosca e malgrado si trovi in una terra a Lui straniera. Parlandole, Gesù le apre il cuore e lei diviene testimone gioiosa dell'incontro con Dio, sorgente d'acqua viva. Anche noi siamo chiamati a vincere i nostri timori e aprirci all'amore nell'incontro con Gesù e il prossimo.

#### Preghiera

Signore Gesù, che ti sei fermato al pozzo della nostra vita e conosci la nostra sete più profonda, **donaci di riconoscere il tuo volto.** Nell'incontro con l'altro **rendici sorgente d'acqua viva;** in famiglia, a scuola, al lavoro **rendici sorgente d'acqua viva;** per chi è solo e ha perso la speranza **rendici sorgente d'acqua viva!**

## LUNEDÌ 9 MARZO

### Fidati, ti conosco da sempre

Mi fu rivolta questa parola del Signore: "Prima di formarti nel grembo materno, ti ho conosciuto, prima che tu uscissi alla luce, ti ho consacrato; ti ho stabilito profeta delle nazioni". Risposi: "Ahimè, Signore Dio! Ecco, io non so parlare, perché sono giovane". Ma il Signore mi disse: "Non dire: "Sono giovane". [...] Non aver paura di fronte a loro, perché io sono con te per proteggerti". (Ger 1, 4-8)

#### Commento



Quando il Signore chiama Geremia a essere suo profeta, Geremia ha paura, si sente troppo giovane. Dio gli ricorda, però, che lo conosce e lo ama da sempre, da quando era nel grembo della sua mamma, e che rimarrà sempre accanto a lui, passo dopo passo. Anche per ciascuno di noi Dio ha un progetto, una vocazione che possiamo scoprire usando bene la nostra libertà e che siamo chiamati a coltivare ogni giorno, fidandoci di Dio e accogliendo il suo amore.

#### Preghiera



Padre nostro, Tu ci ami sin dal principio, aiutaci a riconoscere il tuo sguardo su di noi e a riconoscerci tuoi figli amati! Insegnaci ad amare, chiamaci a seguirti, perché possiamo, giorno dopo giorno, crescere, maturare e divenire dono per gli altri. Amen.

## MARTEDÌ 10 MARZO

### Che cos'è l'uomo perché te ne curi?

Quando vedo i tuoi cieli, opera delle tue dita, la luna e le stelle che tu hai fissato, che cosa è mai l'uomo perché di lui ti ricordi, il figlio dell'uomo, perché te ne curi? Davvero l'hai fatto poco meno di un dio, di gloria e di onore lo hai coronato. (Sal 8, 4-6)

#### Commento



Quando la notte guardiamo le stelle, i pianeti e la luna nel cielo, ci rendiamo conto di quanto l'universo sia enorme e infinito rispetto a noi uomini, piccoli e fragili. Eppure, Dio ci conosce e ci ha donato una dignità stupenda: ci ha fatto a sua immagine e somiglianza. Si ricorda di ciascuno di noi, e ci vuole bene, ci chiama a servire e ad amare i fratelli e ci affida la Terra e i suoi frutti.

#### Preghiera



Dio Padre, grazie per il cielo pieno di stelle e per la Terra che ci hai donato, per averci fatti preziosi ai tuoi occhi. Tu che ci scruti e conosci, aiutaci a sentirci piccoli ma amati, a rispettare ogni persona e ogni cosa creata. Donaci un cuore gentile, capace di servire e amare! Amen.

## MERCOLEDÌ 11 MARZO

### Lo avete fatto a me

Ho avuto fame e mi avete dato da mangiare, ho avuto sete e mi avete dato da bere [...]. Allora i giusti gli risponderanno: "Signore, quando ti abbiamo visto affamato e ti abbiamo dato da mangiare, o assetato e ti abbiamo dato da bere? [...] E il re risponderà loro: "In verità io vi dico: tutto quello che avete fatto a uno solo di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a me". (Mt 25, 35-40)

#### Commento



Gesù si identifica nei più piccoli e più poveri. Per Gesù l'amore non è un'idea, è un modo concreto di guardare e relazionarsi con le persone, non attraverso grandi gesti, ma con azioni semplici: dare da mangiare, accogliere, vestire. Ecco, allora, che nel volto del prossimo, in modo particolare di chi soffre, è povero o solo, possiamo imparare, ogni giorno, a scoprire e conoscere il volto di Gesù.

#### Preghiera



Gesù, che ti fai vicino a ogni fratello e sorella, donaci un cuore grande, capace di accogliere e di superare barriere e risentimenti; donaci mani che si aprono, senza chiedere nulla in cambio, donaci occhi attenti per riconoscerti in chi soffre; donaci la forza e il coraggio di farci vicino a chi poni sul nostro cammino.

## GIOVEDÌ 12 MARZO

### Ti ho riconosciuto

Quando già era l'alba, Gesù stette sulla riva, ma i discepoli non si erano accorti che era Gesù. Gesù disse loro: "Figlioli, non avete nulla da mangiare?". Gli risposero: "No". Allora egli disse loro: "Gettate la rete dalla parte destra della barca e troverete". La gettarono e non riuscivano più a tirarla su per la grande quantità di pesci. Allora quel discepolo che Gesù amava disse a Pietro: "È il Signore!". (Gv 21, 4-7; )

#### Commento



I discepoli passano la nottata in mare, senza pescare nulla. Gesù è lì presente, sulla riva, ma non viene subito riconosciuto. Anche nella nostra quotidianità il Signore è presente: a scuola, in famiglia, nel gioco... anche se spesso non ce ne accorgiamo. Gesù conosce noi, le nostre gioie e le nostre fatiche. Con delicatezza ci si fa accanto e ci indica la strada. Quando accogliamo la sua Parola, anche le "reti" della nostra vita tornano a riempirsi di speranza.

#### Preghiera



Gesù, tu ci accompagni nelle nostre giornate, stai sulla riva, vicino a noi, anche quando le reti sono vuote. Aiutaci a conoscerti sempre di più nella vita di ogni giorno. Fa' che ascoltiamo la tua Parola affinché la nostra vita sia ricca di gioia piena e speranza.