

# Xmas di Vita

CAMMINO  
QUARESIMA  
2024

DIOCESI DI  
BRESCIA



## DOMENICA

Dal Vangelo di Marco  
(9,2-5)

In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e li condusse su un alto monte, in disparte, loro soli. Fu trasfigurato davanti a loro e le sue vesti divennero splendenti, bianchissime: nessun lavandaio sulla terra potrebbe renderle così bianche. E apparve loro Elia con Mosè e conversavano con Gesù. Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: «Rabbì, è bello per noi essere qui; facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia».

### Breve Spiegazione

Gesù nella trasfigurazione cambia volto e diventa luminoso. Ci fa vedere tutta la sua vita, quello che è e quello che diventerà: il Cristo risorto. Ci promette che questo dono lo farà anche a noi. In questa settimana ci mettiamo nei panni di Pietro, Giacomo e Giovanni, saliamo con loro al monte Tabor, dovremo puntare i nostri occhi sul "volto" di Gesù e Lui ci coinvolgerà nella sua storia di Amore.

### Preghiera

Signore invitaci a salire con te nel cuore del Padre  
**e ascolteremo la tua voce.**

Signore facci vedere il tuo volto di Risorto

**e ascolteremo la tua voce.**

Signore facci vivere con te, nella tua amicizia

**e ascolteremo la tua voce.**

Signore libera il nostro cuore dalla paura

**e ascolteremo la tua voce.**

### Impegno

Partecipa alla Messa domenicale con la tua famiglia

## COLTIVIAMO LA PAROLA

# Volto

## LUNEDÌ COINVOLTO

Dal Vangelo di Marco  
(15,21)

Costrinsero a portare la sua croce un tale che passava, un certo Simone di Cirene, che veniva dalla campagna, padre di Alessandro e di Rufo.

### Breve Spiegazione

La strada della croce è anche la strada della risurrezione. Sappiamo, Signore che per risorgere dobbiamo prima abbracciare la croce. Simone di Cirene è stato coinvolto in questo cammino, ti ha aiutato a portare la croce. Non vogliamo rimanere spettatori di ciò che accade nella vita, lascia che ci coinvolgiamo con tutta la forza, la fede e il coraggio che tu ci doni.

### Preghiera

Tu, Signore della vita,  
ti sei lasciato coinvolgere dall'amore del Padre,  
hai donato la tua vita per la nostra.

Insegnaci a saper accogliere nel nostro tempo le situazioni difficili che hanno bisogno di attenzione e cura, come tu hai fatto con noi. Amen

### Impegno

Lasciati coinvolgere in un'azione buona a favore di un'altra persona (in oratorio, a scuola...)

## MARTEDÌ STRAVOLTO

Dal Vangelo di Luca  
(8,41-42)

Ed ecco, venne un uomo di nome Giàiro, che era capo della sinagoga: si gettò ai piedi di Gesù e lo pregava di recarsi a casa sua, perché l'unica figlia che aveva, di circa dodici anni, stava per morire.

### Breve Spiegazione

Ci sono situazioni che stravolgono la vita come la morte, la malattia, o anche una giornata brutta, un litigio con un amico o con papà e mamma. La soluzione la troviamo quando non ci teniamo tutto per noi, ma condividiamo e parliamo con qualcuno. Affidare a Gesù le nostre preoccupazioni ci mette pace, ci fa vedere la strada per risolvere i nostri problemi.

### Preghiera

Vieni, Signore, con la tua misericordia  
**e ascolta la nostra preghiera.**

Vieni, Signore, c'è chi ha bisogno della tua pace

**e ascolta la nostra preghiera.**

Vieni, Signore, i cuori di tanti cercano perdono

**e ascolta la nostra preghiera.**

### Impegno

Metti in ordine la tua camera o aiuta nei lavori domestici.

2ª SETTIMANA  
DI QUARESIMA

# Volto

## 2ª SETTIMANA DI QUARESIMA



### MERCOLEDÌ AVvolto

Dal Vangelo di Luca  
(2,10-12)

«Non temete: ecco, vi annuncio una grande gioia, che sarà di tutto il popolo: oggi, nella città di Davide, è nato per voi un Salvatore, che è Cristo Signore. Questo per voi il segno: troverete un bambino avvolto in fasce, adagiato in una mangiatoia».

#### Breve Spiegazione

 Che strano parlare di Natale in Quaresima. Gesù è avvolto in fasce, come sarà avvolto in fasce nella tomba. La nascita di Gesù ci ricorda già la verità della sua Pasqua. Lasciamoci avvolgere dalla vita intera di Gesù, solo così riusciamo a leggere per intero anche la nostra storia e trovare nei nostri giorni le tracce del suo amore.

#### Preghiera

 Quando sono stanco,  
**donami la tua forza, Signore**

Quando sono solo,  
**donami la tua amicizia, Signore**

Quando non riesco a perdonare,  
**donami la tua misericordia, Signore**

**Solo così mi lascerò avvolgere dal tuo amore.**

#### Impegno

 Regala una coperta alla Caritas, qualcuno verrà avvolto dalla tua generosità.

### GIOVEDÌ RIvolto

Dal libro di Giona  
(3,1-5)

Fu rivolta a Giona una seconda volta questa parola del Signore: «Alzati, va' a Ninive, la grande città, e annuncia loro quanto ti dico». Giona cominciò a percorrere la città per un giorno di cammino e predicava: «Ancora quaranta giorni e Ninive sarà distrutta».

I cittadini di Ninive credettero a Dio e bandirono un digiuno, vestirono il sacco, grandi e piccoli.

#### Breve Spiegazione

 Dio rivolge la sua parola al profeta Giona per raggiungere gli abitanti di Ninive. Quante volte il Signore si rivolge a noi con la sua cura e il suo perdono perché poi possiamo raccontare agli altri quanto amore Lui usa nei nostri confronti. Lasciarci "rivolgere" la parola dal Signore significa avere orecchi buoni e gambe buone perché dovremo attraversare tutto il mondo per essere suoi testimoni.

#### Preghiera

 Il Signore sia con voi  
**E con il tuo spirito**  
In alto i nostri cuori

#### Sono rivolti al Signore

Rendiamo grazie al Signore nostro Dio,  
**è cosa buona e giusta. Amen**

#### Impegno

 Stasera nel tuo esame di coscienza ringrazia per tutte le persone che si sono rivolte a te con attenzione e parole buone.

### VENERDÌ DISINvolto

Dal Vangelo di Giovanni  
(5,5-9)

Si trovava lì un uomo che da trentotto anni era malato. Gesù, vedendolo giacere e sapendo che da molto tempo era così, gli disse: «Vuoi guarire?». Gli rispose il malato: «Signore, non ho nessuno che mi immerga nella piscina quando l'acqua si agita. Mentre infatti sto per andarvi, un altro scende prima di me». Gesù gli disse: «Alzati, prendi la tua barella e cammina». E all'istante quell'uomo guarì: prese la sua barella e cominciò a camminare.

#### Breve Spiegazione

 L'uomo guarito è libero, l'uomo che ha incontrato Gesù è disinvolto, perché può guardare sul volto le altre persone, senza vergogna, senza paura. Chi incontra la tenerezza di Dio non può che vivere con la libertà di chi si sente amato, cercato, guarito.

#### Preghiera

 Dall'indifferenza, **vogliamo guarire, Signore.**  
Dalla superficialità, **vogliamo guarire, Signore.**  
Dal poco impegno, **vogliamo guarire, Signore.**  
Dalla fatica di credere, **vogliamo guarire, Signore.**

#### Impegno

 Oggi partecipo alla Via Crucis nella mia parrocchia.

### SABATO CAPOvolto

Dal Vangelo di Luca  
(17, 5-6)

Gli apostoli dissero al Signore: «Accresci in noi la fede!». Il Signore rispose: «Se aveste fede quanto un granello di senape, potreste dire a questo gelso: «Sradicati e vai a piantarti nel mare», ed esso vi obbedirebbe».

#### Breve Spiegazione

 La fede può capovolgere la vita, può ribaltare il modo di guardare le situazioni e le realtà che viviamo, come far crescere una pianta in mezzo al mare. Chiediamoci dove sono le nostre radici, da dove "succhiamo" la nostra fiducia, dalla terra e o dal cielo? Se le nostre radici sono in cielo, forse sembreremo "capovolti", ma vivremo felici.

#### Preghiera

 La tua croce, Signore, da segno di morte diventa albero della vita. Solo tu sei capace di capovolgere le cose: solo tu trasformi il lutto in gioia, il pianto in una danza. Accresci la nostra fede e vivremo di te. Amen

#### Impegno

 Stasera nell'esame di coscienza ringrazia per le persone che ti fanno sentire amato e ti aiutano a credere.