

Xmas di Vita

CAMMINO
QUARESIMA
2024

DIOCESI DI
BRESCIA




DOMENICA


Dal Vangelo secondo Marco
(1,12-15)

In quel tempo, lo Spirito sospinse Gesù nel deserto e nel deserto rimase quaranta giorni, tentato da Satana. Stava con le bestie selvatiche e gli angeli lo servivano. Dopo che Giovanni fu arrestato, Gesù andò nella Galilea, proclamando il vangelo di Dio, e diceva: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete nel Vangelo».

Breve Spiegazione

 Gesù, nel deserto, è tentato da colui che lo vuole separare dal bene; vivo un tempo di riflessione perché da uomo, come tutti noi, vuole capire quale sia il modo giusto per far conoscere l'amore di Dio agli uomini. Anche a noi viene chiesto di fermarci a riflettere per vedere dove stiamo camminando, se sentiamo l'amore di Dio e lo riconosciamo nella nostra vita: una volta che questo amore si accoglie, non si può fare a meno di portarlo a chi è intorno a noi!

Preghiera

 Signore Gesù, a volte il nostro cuore è arido come il deserto.
Vorremmo che questi giorni di Quaresima fossero per noi un allenamento: per avere dei buoni risultati, bisogna essere costanti, non scoraggiarsi, finché non si riesce. Dacci la mano, perché possiamo sentirti vicino, perché vogliamo vivere come tu hai vissuto. Amen.

Impegno

 Partecipa alla Santa Messa con la tua famiglia.

1ª SETTIMANA
DI QUARESIMA

COLTIVIAMO LA PAROLA


CONversione

LUNEDÌ CONviene


Dalla lettera ai Romani
(8,22-27)

Allo stesso modo anche lo Spirito viene in aiuto alla nostra debolezza, perché nemmeno sappiamo che cosa **CONVIENE** domandare, ma lo Spirito stesso intercede con insistenza per noi, con gemiti inesprimibili; e colui che scruta i cuori sa quali sono i desideri dello Spirito, poiché egli intercede per i credenti secondo i disegni di Dio.

Breve Spiegazione

 Se perdiamo il coraggio nelle difficoltà di ogni giorno, lo Spirito entra e abita le nostre preoccupazioni; a volte, noi non sappiamo nemmeno come pregare, cosa chiedere al Signore. Lo Spirito intercede per noi, si mette in mezzo tra noi e Dio e chiede a Lui ciò che è meglio per noi, con un linguaggio che noi non sappiamo comprendere, ma che è ben chiaro al Signore.


Preghiera

 **Rit. Vieni Spirito Santo**
Vieni, o Spirito Santo, dentro di me, nel mio cuore e nella mia intelligenza perché io possa conoscere l'amore del Padre nel meditare la parola del Vangelo. **Rit.**

Vieni, o Spirito Santo e concedimi il Tuo amore, perché anche quest'oggi, incoraggiato dalla Tua parola, Ti cerchi nei fatti e nelle persone che ho incontrato. **Rit.**

Vieni, o Spirito Santo e donami la Tua sapienza, perché io sappia rivivere e giudicare, alla luce della tua parola, quello che oggi ho vissuto. **Rit.**

Impegno


 Stai un po' con Gesù: affidati allo Spirito Santo e prega per una persona a te cara.

MARTEDÌ CONdividere


Dagli Atti degli Apostoli
(4,32-35)

La moltitudine di coloro che erano venuti alla fede aveva un cuore solo e un'anima sola e nessuno diceva sua proprietà quello che gli apparteneva, ma ogni cosa era fra loro comune... Nessuno infatti tra loro era bisognoso, perché quanti possedevano campi o case li vendevano, portavano l'importo di ciò che era stato venduto e lo deponevano ai piedi degli apostoli; e poi veniva distribuito a ciascuno secondo il bisogno.

Breve Spiegazione

 Condividere rende più grandi di quello che si è. Più ci si dona agli altri, più vita si è in grado di ricevere. Condividere, con chi ne ha necessità, le nostre risorse per il benessere di tutti è solo il primo passo, per poi mettere insieme le proprie idee o i propri mezzi per un beneficio comune. Condividere i talenti porta alla comunione, condividere i propri spazi porta all'ospitalità, condividere il proprio tempo porta all'eternità, condividere il dono è perdonare.

Preghiera


 **Rit. Ascoltaci Signore**
O Dio, aiutaci a costruire un mondo nuovo perché assomigli a come Tu lo hai pensato. **Rit.**

Signore, fa' che non passiamo accanto a nessuno con il volto indifferente, con il cuore chiuso, con il passo affrettato. **Rit.**

O Dio, fa' che sappiamo dividere il tempo che ci doni con coloro che ci vivono accanto. **Rit.**

Signore, aiutaci a volerci bene, ad amare coloro che incontriamo, a riconoscerci nei poveri e nei deboli, per imitare Te, unico nostro Maestro. **Rit.**

Impegno

 Oggi condivido con altri qualcosa di "mio": del cibo, un oggetto, un po' di tempo...

CONversione

1ª SETTIMANA
DI QUARESIMA



MERCOLEDÌ CONvergere

Dal Vangelo secondo Matteo
(11,25-30)

Ogni cosa mi è stata data in mano dal Padre mio; nessuno conosce il Figlio, se non il Padre; e nessuno conosce il Padre, se non il Figlio, e colui al quale il Figlio voglia rivelarlo.

Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi, e io vi darò riposo. Prendete su di voi il mio giogo e imparate da me, perché io sono mite e umile di cuore; e troverete riposo alle anime vostre; poiché il mio giogo è dolce e il mio carico è leggero».

Breve Spiegazione



L'invito del Signore è sorprendente: chiama persone che hanno tanti bisogni e promette loro che in Lui troveranno riposo e sollievo. Anche noi viviamo momenti di stanchezza e di delusione, a volte causate dall'aver posto fiducia in cose che non sono l'essenziale, perché ci siamo allontanati da ciò che vale realmente nella vita. Il Signore ci insegna a non avere paura di "andare a Lui", perché la speranza che poniamo in Lui non sarà delusa.

Preghiera



Rit. Aiutaci Signore

O Dio, aiutaci a tornare a Te quando il nostro cuore si svuota della speranza e si riempie di scoraggiamento. **Rit.**

Quando ci sentiamo vuoti d'amore e pieni di rancore, quando siamo al buio e la vita si riempie di incertezze aiutaci Signore. **Rit.**

Quando ci svuotiamo della Grazia e il cuore si riempie del peccato, quando non ti riconosciamo e non ti vediamo nella vita quotidiana e siamo colmi di sfiducia. aiutaci Signore. **Rit.**

Impegno



Oggi "vai da Lui". Regalati un momento di preghiera in Chiesa, affida al Signore ciò che non ti rende felice.

GIOVEDÌ CONvincere

Dalla lettera ai Galati
(5,1; 5,7-8; 5,16-17)

Cristo ci ha liberati perché restassimo liberi... Correvate così bene; chi vi ha tagliato la strada che non obbedite più alla verità? Questa **persuasione** non viene sicuramente da colui che vi chiama! Camminate secondo lo Spirito e non sarete portati a soddisfare i desideri della carne; la carne ha desideri contrari allo Spirito e lo Spirito ha desideri contrari alla carne; queste cose si oppongono a vicenda, sicché voi non fate quello che vorreste.

Breve Spiegazione



Da chi e da cosa ci lasciamo persuadere, convincere a fare qualcosa?

Quando Gesù incontrava persone che si lasciavano toccare nel cuore, erano loro che andavano da lui: loro lo cercavano! Come un moderno influencer riusciva a catalizzare su di sé l'attenzione di chi lo ascoltava e lo conosceva e che voleva seguirlo ed imitarlo.

Preghiera



Rit. Donaci la luce del tuo Spirito

O Dio, incontrare te è lasciare che il tuo sguardo ci raggiunga lì dove ci siamo nascosti. Solo i tuoi occhi vedono e amano tutto di noi. **Rit.**

Gesù, scegliere te è lasciare che tu vinca l'amarezza delle nostre solitudini; con te la vita si riempie di gioia. **Rit.**

Insegnaci l'arte di amare; donaci di seguirti, per far sbocciare sogni, prendere decisioni e dare il meglio di noi stessi. **Rit.**

Impegno



Oggi cerco di "abbandonare un po'" di cellulare, TV, ...e trascorro del tempo con gli altri

VENERDÌ CONversare

Dal Vangelo secondo Giovanni
(3,1-8)

C'era un tale che si chiamava Nicodèmo. Egli venne a cercare Gesù, di notte, e gli disse: "Rabbì, sappiamo che sei un maestro mandato da Dio, perché nessuno può fare i miracoli che fai tu, se Dio non è con lui. Gesù gli rispose: "Credimi, nessuno può vedere il regno di Dio se non nasce nuovamente...Nessuno può entrare nel regno di Dio se non nasce da acqua e Spirito. Dalla carne nasce carne, dallo Spirito nasce Spirito.

Breve Spiegazione



Nicodemo è un dottore della Legge. Ha tante domande in testa, tante cose non gli sono chiare: vuole sapere chi è Gesù e cosa sta insegnando. Va da Gesù di notte perché non vuole che altri sappiano del suo incontro con Gesù, ma non vuole perdere l'occasione di parlare con Lui. Il Maestro e Signore lo ascolta e pian piano lo aiuta a comprendere; e poi è solo il Maestro a parlare, mentre Nicodemo si fa suo discepolo attento e lo ascolta. E insegna anche noi che prima di parlare dovremmo imparare ad ascoltare.

Preghiera



Rit. O Dio, rendici attenti alla tua Parola

Concedi a noi Signore di stare alla tua presenza e di adorarti nel profondo del cuore. **Rit.**

Aiutaci a far silenzio intorno e dentro noi per meglio ascoltare la tua voce. **Rit.**

Apri il nostro cuore per entrare in comunione con Te e fare la tua volontà. **Rit.**

Ispira i nostri pensieri affinché cerchiamo sempre ed unicamente, quello che è più gradito a Te. **Rit.**

Impegno



Regalati un po' di tempo per stare con un amico, per fare qualcosa con lui.

SABATO CONvocare

Dal Vangelo secondo Matteo
(4,18-22)

Mentre camminava lungo il mare di Galilea vide Simone, chiamato Pietro, e Andrea suo fratello, che gettavano la rete in mare, poiché erano pescatori. E disse loro: «Seguitemi, vi farò pescatori di uomini». Ed essi subito, lasciate le reti, lo seguirono. Andando oltre, vide altri due fratelli, Giacomo di Zebedèo e Giovanni suo fratello, che nella barca insieme con Zebedèo, loro padre, riassettavano le reti; e li chiamò. Ed essi subito, lasciata la barca e il padre, lo seguirono.

Breve Spiegazione



Gesù passa nella vita quotidiana, vive accanto e ci sorprende con una missione nuova. Simone e Andrea non si trovano in quel momento nella sinagoga, né sono in pellegrinaggio, sono affaticati dal loro lavoro giornaliero. Gesù chiama Simon e Andrea, LI CONVOCA per diventare pescatori di uomini. Essi potrebbero rifiutare e rimanere nella loro sicurezza e nella loro stabilità, ma a quell'invito non possono resistere, qui c'è la novità della loro vita.

Preghiera



Rit. Eccomi Signore

O Dio, mi sveglio al mattino e apro gli occhi al mondo. Ti sento a me vicino, mi chiami e io rispondo. E tutta la mia vita è come una chiamata: tu parlami, Signore e io risponderò. **Rit.**

Eccomi, Signore, cosa vuoi che io faccia? Parlami, Signore, ti risponderò. Chiamami Signore, e io ti seguirò. **Rit.**

I primi tuoi discepoli accolsero il tuo invito e ti hanno poi seguito. Anch'io, mio Signore, ti voglio ascoltare; tu guida la mia vita, con te camminerò. **Rit.**

Impegno



Invita qualche amico a casa tua per un momento di gioco e amicizia insieme.