

## Esercizio per la prima settimana

*Si è fatto povero per arricchirci con la sua povertà* (Cfr. 2 Cor 8,9)

**Monizione:** L'inizio del nostro cammino quaresimale è ambientato in uno scenario particolare: il deserto. È lì che Gesù viene condotto proprio dallo Spirito, per esservi tentato. È lì che subisce gli assalti di Colui che vuole separarlo (il diavolo), dividerlo dal Padre. Ed è lì che risulta vittorioso, grazie ad una fiducia indefettibile, ancorata alla parola di Dio.

Non è dal deserto, tuttavia, che parte la Liturgia della Parola della prima domenica, ma dal suo contrario: un giardino, quel giardino in cui Dio ha collocato i primi uomini e da cui verranno allontanati. Perché? Perché, invece di riconoscere la generosità e la premura di Dio verso le sue creature, hanno ceduto al sospetto e hanno visto in lui più un concorrente di cui sbarazzarsi che un amico di cui fidarsi.

### *Canto d'ingresso*

**Presidente:** *Saluto liturgico - Invito all'atto penitenziale:* O Dio, ci siamo illusi di poter fare senza di te. Abbiamo dubitato del tuo amore, gratuito e senza limiti. E ci siamo ritrovati con la nostra nudità e le nostre miserie.

- Signore Gesù, abbiamo tentato di colmare il nostro vuoto con una vita affannata, in una ricerca perenne di sensazioni nuove.

**R.: Signore, pietà!**

- Cristo Gesù, l'ambizione e la sete di potere hanno divorato le nostre energie e ci hanno impedito rapporti autentici con te e con i fratelli.

**R.: Cristo, pietà!**

- Signore Gesù, abbiamo evitato la strada stretta e ripida che tu ci hai indicato. Siamo stati lusingati da soluzioni magiche, senza fatica e sacrificio.

**R.: Signore, pietà!**

**Conclusione:** O Dio, apri il nostro cuore al Vangelo di Gesù. La tua misericordia trasformi la nostra vita e faccia di noi creature nuove. Tu sei il nostro Padre per i secoli dei secoli.

### **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 testimoniario  
con una degna condotta di vita.  
Per il nostro Signore Gesù Cristo...

\*\*\*\*\*

**Lectures: Gn 2,7-9; 3,1-7:** *La creazione di progenitori e il loro peccato*; Nel giardino dell'Eden i primi uomini non hanno resistito al desiderio di essere come Dio. Ma non siamo tentati anche noi di prendere il suo posto?

\*\*\*\*\*

**Prima Lettura Gn 2, 7-9; 3, 1-7**

*La creazione dei progenitori e il loro peccato.*

*Dal libro della Genesi*

Il Signore Dio plasmò l'uomo con polvere del suolo e soffiò nelle sue narici un alito di vita e l'uomo divenne un essere vivente.

Poi il Signore Dio piantò un giardino in Eden, a oriente, e vi collocò l'uomo che aveva plasmato. Il Signore Dio fece germogliare dal suolo ogni sorta di alberi graditi alla vista e buoni da mangiare, e l'albero della vita in mezzo al giardino e l'albero della conoscenza del bene e del male.

Il serpente era il più astuto di tutti gli animali selvatici che Dio aveva fatto e disse alla donna: «È vero che Dio ha detto: “Non dovete mangiare di alcun albero del giardino”?». Rispose la donna al serpente: «Dei frutti degli alberi del giardino noi possiamo mangiare, ma del frutto dell'albero che sta in mezzo al giardino Dio ha detto: “Non dovete mangiarne e non lo dovete toccare, altrimenti morirete”». Ma il serpente disse alla donna: «Non morirete affatto! Anzi, Dio sa che il giorno in cui voi ne mangiate si apriranno i vostri occhi e sarete come Dio, conoscendo il bene e il male».

Allora la donna vide che l'albero era buono da mangiare, gradevole agli occhi e desiderabile per acquistare saggezza; prese del suo frutto e ne mangiò, poi ne diede anche al marito, che era con lei, e anch'egli ne mangiò. Allora si aprirono gli occhi di tutti e due e conobbero di essere nudi; intrecciarono foglie di fico e se ne fecero cinture.

*Parola di Dio*

\*\*\*\*\*

**Rm 5,12-19:** *Dove ha abbondato il peccato, ha sovrabbondato la grazia*; San Paolo ci mostra gli effetti stupendi della salvezza operata da Cristo. Ormai il peccato e la morte hanno il tempo contato. Il dono della grazia raggiunge tutti gli uomini.

\*\*\*\*\*

## **Seconda Lettura Rm 5, 12-19 (forma breve: Rm 5, 12.17-19)**

*Dove ha abbondato il peccato, ha sovrabbondato la grazia.*

*Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Romani.*

[Fratelli, come a causa di un solo uomo il peccato è entrato nel mondo e, con il peccato, la morte, così in tutti gli uomini si è propagata la morte, poiché tutti hanno peccato...]

Fino alla Legge infatti c'era il peccato nel mondo e, anche se il peccato non può essere imputato quando manca la Legge, la morte regnò da Adamo fino a Mosè anche su quelli che non avevano peccato a somiglianza della trasgressione di Adamo, il quale è figura di colui che doveva venire.

Ma il dono di grazia non è come la caduta: se infatti per la caduta di uno solo tutti morirono, molto di più la grazia di Dio, e il dono concesso in grazia del solo uomo Gesù Cristo, si sono riversati in abbondanza su tutti. E nel caso del dono non è come nel caso di quel solo che ha peccato: il giudizio infatti viene da uno solo, ed è per la condanna, il dono di grazia invece da molte cadute, ed è per la giustificazione. [Infatti se per la caduta di uno solo la morte ha regnato a causa di quel solo uomo, molto di più quelli che ricevono l'abbondanza della grazia e del dono della giustizia regneranno nella vita per mezzo del solo Gesù Cristo.

Come dunque per la caduta di uno solo si è riversata su tutti gli uomini la condanna, così anche per l'opera giusta di uno solo si riversa su tutti gli uomini la giustificazione, che dà vita. Infatti, come per la disobbedienza di un solo uomo tutti sono stati costituiti peccatori, così anche per l'obbedienza di uno solo tutti saranno costituiti giusti.]

*Parola di Dio*

\*\*\*\*\*

**Mt 4,1-11:** *Gesù digiuna per quaranta giorni nel deserto ed è tentato.*

\*\*\*\*\*

## **✠ Vangelo Mt 4, 1-11**

*Gesù digiuna per quaranta giorni nel deserto ed è tentato.*

*Dal vangelo secondo Matteo*

In quel tempo, Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame. Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». Ma egli rispose: «Sta scritto: "Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio"».

Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gèttati giù; sta scritto infatti: “Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo ed essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra”». Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: “Non metterai alla prova il Signore Dio tuo”».

Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». Allora Gesù gli rispose: «Vàttene, satana! Sta scritto infatti: “Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto”».

Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano.

*Parola del Signore*

### **Spunti di Catechesi:**

#### **1. Lo Spirito dice a Gesù: *Alzati e va'... va' nel deserto!***

Nella storia di Israele, nella vita di Gesù come nel cammino della Chiesa si rende necessario un tempo per affrontare il deserto. Ma che cos'è veramente il deserto?

1• È una terra nuda, priva di vegetazione.

2• È un luogo di lotta, di combattimento.

3• È un luogo in cui si rivela l'essenziale.

*La prima tentazione riguarda il corpo.*

*La seconda tentazione riguarda la mente.*

*La terza tentazione riguarda la fede.*

4• Per questo il deserto alla fin fine appare come *un luogo di grazia*: il luogo in cui Dio si rivela e in cui si rinasce ad una vita nuova, dopo aver imparato ad ascoltarlo e a fidarsi di lui.

#### **2. Dal deserto ai deserti della vita .Chiesa, Alzati e va'... va' per le strade degli uomini: esse sono deserte.**

Papa Francesco nella *Evangelii Gaudium* (n. 24) si lascia guidare dalla spiritualità dell'esodo, caratteristica del tempo di Quaresima e, tracciando lo stile di una comunità cristiana “*in uscita*”. La Chiesa in uscita “*prende l'iniziativa*” davanti ai molti deserti dell'esistenza umana:

1• il deserto della malattia, della sofferenza,

2• il deserto del fallimento, dell'insuccesso.

3• il deserto dell'isolamento, dell'incapacità ad entrare in relazione,

4• *il deserto della banalità,*

5• *il deserto della città, di questa città di Montegiorgio – come tutte le città - ferita, non priva di divisioni e polemiche, talvolta incapace della custodia del fratello ...*

Sono i “segni dei tempi” che Gesù ci invita a leggere per uscire dall’ipocrisia.

### **3. Con Gesù nel deserto... per essere tentati dal diavolo.**

Cos’è la tentazione? È sostanzialmente la prova della fede:

L’obiettivo del Tentatore (*diabolos* = colui che distoglie-divide) nei confronti di ognuno di noi, non è forse quello di separarci da Dio.

### **4. Il segreto di una vittoria.**

Se Gesù riesce a vincere le tentazioni è perché si fida completamente del Padre.

In definitiva, quindi:

1• *la fiducia - che si manifesta nell’abbandono alla Parola di Dio - vale molto di più di qualsiasi privilegio: la forza di Dio si rivelerà proprio nella debolezza umana.*

2• *l’amore per Dio e per gli uomini conta più di qualsiasi sicurezza o rete di protezione.*

3• *la paternità di Dio è più importante di qualsiasi mezzo umano.*

## **Salmo Responsoriale Dal Salmo 50 - Cantato**

**R.: Perdonaci, Signore: abbiamo peccato.**

Pietà di me, o Dio, nel tuo amore;

nella tua grande misericordia

cancella la mia iniquità.

Lavami tutto dalla mia colpa,

dal mio peccato rendimi puro.

**R.: Perdonaci, Signore: abbiamo peccato.**

Sì, le mie iniquità io le riconosco,

il mio peccato mi sta sempre dinanzi.

Contro di te, contro te solo ho peccato,

quello che è male ai tuoi occhi, io l’ho fatto.

**R.: Perdonaci, Signore: abbiamo peccato.**

Crea in me, o Dio, un cuore puro,

rinnova in me uno spirito saldo.

Non scacciarmi dalla tua presenza

e non privarmi del tuo santo spirito.

**R.: Perdonaci, Signore: abbiamo peccato.**

Rendimi la gioia della tua salvezza,

sostienimi con uno spirito generoso.

Signore, apri le mie labbra

e la mia bocca proclami la tua lode.

## **Rito della benedizione con il libro dei Vangeli**

**Arcivescovo:** La parola di Dio è viva e efficace. Più tagliente di una spada, entra dentro di noi e compie un discernimento vero della nostra vita. Non di solo pane noi vogliamo vivere, ma di ogni parola che il Signore in questa Quaresima ci donerà.

Preghiamo:

Sii benedetto, Signore, Padre buono,  
che in Gesù, tua parola vivente,  
ci indichi la via per venire fino a te.  
La verità che ci fa liberi, la vita che ci riempie di gioia.  
Manda il tuo Spirito di verità,  
che ci insegni che il vero cibo è fare ogni giorno la tua volontà.  
Per Cristo nostro Signore.

**R.: Amen.**

*(Si benedice l'assemblea col libro dei Vangeli e lo si incensa. Nel frattempo si può eseguire un canto adatto)*

### **Preghiera dei fedeli**

**Presidente:** Desiderosi di vivere con cuore rinnovato, nella libertà di figli, chiediamo al Padre che ascolti le nostre preghiere e ci dia la forza di vivere secondo la sua divina volontà. Preghiamo dicendo: *Ascoltaci Signore.*

**1.** Perché la Chiesa custodisca la Parola di Dio, da essa si lasci guidare sulle strade della storia, per esprimere frutti di santità, preghiamo.

**R.: *Ascoltaci Signore.***

**2.** Per coloro che sono rivestiti di autorità, perché svolgano il loro mandato con spirito di servizio, come un compito per il bene comune, preghiamo.

**R.: *Ascoltaci Signore.***

**3.** Perché gli uomini sappiano resistere alle tentazioni del potere, dell'avere e del piacere, preghiamo.

**R.: *Ascoltaci Signore.***

**4.** Per i battezzati, perché accolgano con riconoscenza l'invito alla conversione di questo tempo quaresimale e si impegnino nell'itinerario della riscoperta di una fede autentica, preghiamo.

**R.: *Ascoltaci Signore.***

**5.** Per noi che partecipiamo a questi Esercizi spirituali, perché il Signore scardini le nostre resistenze e ci renda aperti alla sua voce e al suo appello d'amore, preghiamo.

**R.: *Ascoltaci Signore.***

**Presidente:** Ascolta, o Padre, le nostre preghiere, e donaci la forza di superare ogni prova, per raggiungere la comunione con te, che sei l'Amore. Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore.

**R.: *Amen.***

PADRE NOSTRO

**Arcivescovo:** Veramente benedetto sei tu, 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 dominare le seduzioni del peccato, perché celebrando con spirito rinnovato il mistero pasquale possiamo giungere alla Pasqua eterna. Manda, Padre il tuo Spirito di santità, perché possiamo cercarti in questo tempo con cuore umile pronto. Per Cristo nostro Signore.

**R.: *Amen.***

***Cammino ebdomadario:***

Il cammino feriale si apre con il "giudizio universale" (Mt 25, 31-46); segue il "Padre nostro" (Mt 6, 7-15): lo si può recitare frequentemente durante la giornata; continua con un forte invito a conversione (Lc 11, 29-32); con un insegnamento sulla preghiera di domanda (Mt 7, 7-12); con un invito pressante alla riconciliazione e al perdono (Mt 5, 20-26); e si chiude così: "*amate i vostri nemici e pregate per i vostri persecutori*" (Mt 5, 43-48).

***Esercizio quaresimale:***

**1.** Per vincere la tentazione di ogni uomo di farsi come Dio: "dì che le pietre diventino pane... gettati giù... tutti i regni della terra saranno tuoi...", Gesù risponde con il digiuno, con la risposta attraverso la Parola divina. Il ***primo esercizio*** consiste proprio nel ***digiuno***, secondo le indicazioni della Chiesa, preferibilmente il venerdì anche per prepararsi all'ascolto di questa predicazione.

2. Mettere in pratica *un'opera di misericordia corporale*: Dar da mangiare agli affamati. Dar da bere agli assetati. Vestire gli ignudi. Alloggiare i pellegrini. Visitare gli infermi. Visitare i carcerati. Seppellire i morti.

3. Vi sono bambini e ragazzi che attraversano il deserto dell'abbandono, privi dell'affetto di una famiglia: occorre diffondere in molti genitori il desiderio di impegnarsi nell'affido e nell'adozione.

***Al segno della pace:***

Il desiderio di accumulare, di difenderci dalla sofferenza altrui, di pensare solo a noi stessi non metta radice nel nostro cuore. Apriamo le nostre mani ai poveri. Scambiamoci un segno di pace.

***Congedo:***

Gesù ci ha condotto nel deserto perché impariamo a vivere in modo nuovo. La sua Parola sia lampada sul nostro cammino. Il suo Amore sostenga i nostri passi. La sua Misericordia ci rialzi ogni volta che sperimentiamo la nostra fragilità.

BENEDIZIONE

*Canto finale*