

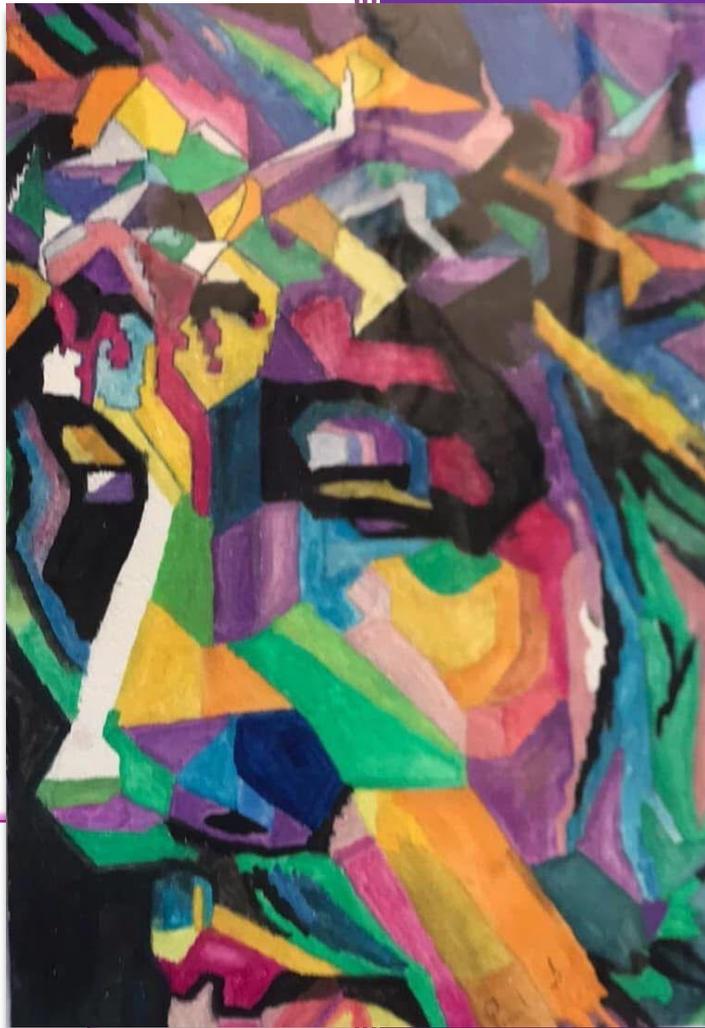


Arcidiocesi di Fermo

Ufficio Catechistico Diocesano



Passi di luce verso la Pasqua



*Sussidio
di
Quaresima
2026*

PRESENTAZIONE DEL SUSSIDIO

“**Passi di luce verso la Pasqua**” è la proposta che l’Ufficio Catechistico Diocesano vuole offrire a parrocchie e famiglie per camminare insieme durante il Tempo forte della Quaresima. Il titolo parla da sé: siamo in cammino, dai deserti delle nostre esistenze ci muoviamo verso il giardino della Resurrezione dove, al mattino di Pasqua, i nostri sguardi troveranno un sepolcro aperto e i nostri orecchi udranno una voce:

«*É risorto! Non è qui! Ecco il luogo dove l’avevano posto*» (Mt 16,6).

Il sussidio, prendendo spunto dal percorso liturgico dell’anno A, ha l’intento di porre l’attenzione sulla ‘potenza’ dei segni (T. Bello), ovvero sul meraviglioso ‘vocabolario’ fatto di gesti, segni e parole, che appartengono alla liturgia, e in particolare a quella battesimale.

Il sussidio è così strutturato:

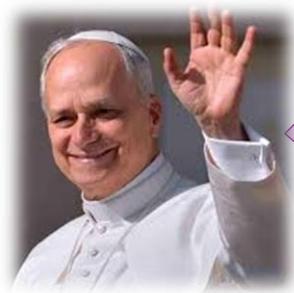
- *La parola del Signore*: il Vangelo domenicale
- *La parola del magistero*: una citazione dalle catechesi di **Papa Leone XIV** “Gesù Cristo nostra Speranza”
- *Il luogo o segno liturgico* inerente ai riti battesimali con un approfondimento e alcune curiosità sull’argomento con un impegno da vivere
- *La preghiera*: per bambini, ragazzi e adulti
- *Lampada ai miei passi*: un pensiero per ogni giorno
- *Proposte pastorali*: film e brani musicali

Il **Concilio Vaticano II** sottolinea come la Quaresima «*mediante il ricordo o la preparazione al battesimo e mediante la penitenza, dispone i fedeli alla celebrazione del mistero pasquale con l’ascolto più frequente della parola di Dio e la preghiera più intensa*» (Sacrosanctum Concilium n. 109).

Queste parole siano un invito a poter ‘testimoniare’ con la nostra vita, ciò che annunciamo con le nostre labbra.

Buon cammino sui passi del Risorto!

Don Andrea con l’équipe dell’Ufficio Catechistico Diocesano



«Il cuore è il simbolo di tutta la nostra umanità, sintesi di pensieri, sentimenti e desideri, il centro invisibile delle nostre persone. L'evangelista Matteo ci invita a riflettere sull'importanza del cuore, nel riportare questa bellissima frase di Gesù: «Là dov'è il tuo tesoro, sarà anche il tuo cuore» (Mt 6,21). È dunque nel cuore che si conserva il vero tesoro, non nelle casseforti della terra, non nei grandi investimenti finanziari, mai come oggi impazziti e ingiustamente concentrati, idolatrati al sanguinoso prezzo di milioni di vite umane e della devastazione della creazione di Dio».

(Papa Leone XIV, Udienza Generale, mercoledì 4 dicembre 2025)

PRIMA DOMENICA DI QUARESIMA



Mt 4, 1-11

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, gettati 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: «Vattene, 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.

“Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio”

L'AMBONE

luogo della Parola



Il popolo di Dio convocato e radunato viene sempre primariamente invitato all'ascolto della Parola di Dio.

Se l'altare è la mensa della cena eucaristica ed il luogo del sacrificio di Cristo Gesù, l'ambone è il luogo dell'annuncio della buona e bella notizia.

Germano di Costantinopoli definisce l'ambone come: «icona del santo sepolcro: l'angelo ne rotolò via la pietra e stava lì poi ad annunciare la risurrezione del Signore alle donne mirofore».

LO
SAPEVI?
CHE

Il termine ambone deriva dal verbo greco *ana-baino* (=salire) ed indica un luogo elevato al quale si sale.

Promemoria...

- ✓ Diggiunare da parole offensive e volgari
- ✓ usare parole di speranza e amicizia

PREGHIAMO INSIEME



PER BAMBINI

GESÙ TU SEI LA MIA GUIDA (Ispirato al Salmo 23)

Il Signore è il mio pastore: con lui non mi manca nulla. Mi fa riposare nei prati verdi, mi guida lungo acque calme e limpide.

Lui mi ridà forza quando sono stanco. Mi insegna la strada del bene, perché lui mi vuole bene davvero.

Anche se cammino in una valle buia (*come il deserto della prova*) io non ho paura di nulla, perché tu, Gesù, sei con me.

Il tuo bastone e il tuo affetto mi danno coraggio e mi fanno sentire al sicuro.

Tu prepari per me una festa bellissima, proprio davanti a chi mi vuole male. Lavi il mio viso con acqua fresca, il mio cuore è pieno di gioia.

La tua bontà e la tua amicizia mi accompagneranno tutti i giorni della vita. Io abiterò nella casa del Signore per sempre, come in un grande abbraccio.

PER RAGAZZI

TU SEI IL MIO RIFUGIO (Ispirato al Salmo 91)

Tu che abiti al riparo del Signore, che riposi all'ombra dell'Onnipotente, di' al Signore: «Mio rifugio e mia fortezza, mio Dio, in te io confido».

Egli ti libererà dai lacci nascosti, dalle parole che vogliono ingannarti. Ti coprirà con le sue ali, sotto di lui ti sentirai al sicuro.

Non avrai paura dei dubbi della notte, né delle sfide che arrivano di giorno. La sua fedeltà sarà per te come uno scudo, una corazza che protegge il tuo cuore.

Perché hai scelto il Signore come difesa, il male non potrà farti del male. Egli per te darà ordine ai suoi angeli di custodirti in tutti i tuoi passi.

Sulle loro mani essi ti porteranno, perché il tuo piede non inciampi sulla pietra. Camminerai sopra le difficoltà, vincerai le paure che sembrano leoni.

PER ADULTI

Signore, guidaci nel deserto del nostro cuore. Insegnaci che non si vive di sole cose da mangiare o da possedere, ma di ogni parola che esce dal tuo amore. Aiutaci a dire 'no' a ciò che ci chiude in noi stessi e 'sì' alla libertà di essere tuoi figli. Tu sei la nostra roccia, l'unico tesoro che non svanisce mai.

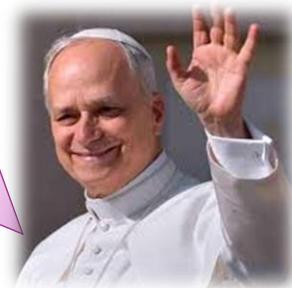
Lampada ai miei passi

	23/02 lunedì	Vorrei vederti Gesù nell'affamato, nel malato, nel povero, in chi non ha lavoro e deve portare avanti la famiglia; Vorrei vederti in chi è triste, in chi sbaglia e ha bisogno di consiglio, in chi mi chiede di fare un po' di strada con lui in silenzio perché si senta in compagnia. Perché? Perché è così che Tu guardi me.
	24/02 martedì	Abbà, papà; Vorrei chiamarti o Dio come ti chiama Gesù, vorrei chiamarti con parole semplici, chiedendoti poche cose, solo il necessario, perché in verità, conosci già, tutto ciò di cui ho bisogno, prima ancora delle mie parole.
	25/02 mercoledì	Oggi, vorrei ascoltarti, fare silenzio, non chiedere nulla. Vorrei ascoltare le Tue parole con cuore aperto a tutto ciò che viene da te Dio. Voglio fidarmi di te, della tua parola, così come ha fatto Maria, nel cui cuore, le tue parole sono casa.
	26/02 giovedì	Che io possa essere la porta su cui bussare, le braccia a cui chiedere, la risposta da trovare; che io possa essere Te, per i fratelli che oggi incontrerò, che io possa servire e nulla più.
	27/02 venerdì	Oggi vorrei provare ad amare, amare e basta, perché l'amore basta a sé stesso! Vorrei provare a voler bene in modo gratuito, vorrei poter incontrare, accogliere, perdonare ed essere perdonato; vorrei avvicinarmi al fratello distante da me e offrirti, o Dio, il dono più gradito: la pace.
	28/02 sabato	"Gli altri, possono cambiare opinione su di noi, solo quando si renderanno conto che li amiamo sul serio" (San Josemaria). Ti lodo o Dio perché sei paziente e generoso; aiutami a compiere quei gesti che fanno capire agli altri che sono amati.
	01/03 domenica	Oggi, prendimi in disparte e, nell'eucarestia, condividi con me la Tua luce, la Tua forza. Vorrei provare ad essere luce per chi vive nel buio della disperazione, forza per chi vive nella debolezza, porto sicuro per chi vive nella paura.

«A volte pensiamo che il Signore venga a visitarci soltanto nei momenti di raccoglimento o di fervore spirituale, quando ci sentiamo all'altezza, quando la nostra vita appare ordinata e luminosa. E invece il Risorto si fa vicino proprio nei luoghi più oscuri: nei nostri fallimenti, nelle relazioni logorate, nelle fatiche quotidiane che ci pesano sulle spalle, nei dubbi che ci scoraggiano.

Il Signore con pazienza attende il momento in cui i nostri occhi si apriranno per scorgere il suo volto amico, capace di trasformare la delusione in attesa fiduciosa, la tristezza in gratitudine, la rassegnazione in speranza.»

(Papa Leone XIV, Udienza Generale, mercoledì 8 ottobre 2025)



SECONDA DOMENICA DI QUARESIMA



Mt 17, 1-9

Dal Vangelo secondo Matteo

In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni suo fratello e li condusse in disparte, su un alto monte. E fu trasfigurato davanti a loro: il suo volto brillò come il sole e le sue vesti divennero candide come la luce. Ed ecco apparvero loro Mosè ed Elia, che conversavano con lui. Prendendo la parola, Pietro disse a Gesù: «Signore, è bello per noi essere qui! Se vuoi, farò qui tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». Egli stava ancora parlando, quando una nube luminosa li coprì con la sua ombra. Ed ecco una voce dalla nube che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'amato: in lui ho posto il mio compiacimento. Ascoltatelo». All'udire ciò, i discepoli caddero con la faccia a terra e furono presi da grande timore. Ma Gesù si avvicinò, li toccò e disse: «Alzatevi e non temete». Alzando gli occhi non videro nessuno, se non Gesù solo. Mentre scendevano dal monte, Gesù ordinò loro: «Non parlate a nessuno di questa visione, prima che il Figlio dell'uomo non sia risorto dai morti».

" Signore, è bello per noi essere qui! "

IL CERO

luce di Cristo



Il cero, frutto del lavoro delle api, simbolo della nuova Luce. Solennemente acceso nella Notte Santa, annuncia il glorioso evento della Risurrezione di Gesù.

L'ape è simbolo di organizzazione e di metodo nel lavoro per costruire il nido e produrre il miele e la cera; è anche il simbolo della bontà che va al di là delle apparenze. L'ape è anche considerata immagine di Cristo per il suo miele ma anche per il suo pungiglione: è la misericordia (dolcezza) unita alla giustizia (forza).

LO
SAPEVI
CHE?

Nella mitologia dell'antico Egitto il miele è il cibo degli dei, dolce al palato, che scende dal cielo creando un ponte tra il cielo e la terra; è segno di purezza, di castità e di dolcezza.

Promemoria...

- ✓ Trasformare lamentele in lodi
- ✓ Ammirare il bello che ci circonda

PREGHIAMO INSIEME



PER BAMBINI

UN RAGGIO DI SOLE NEL CUORE (Ispirato al Salmo 8-34)

Tutti: Signore, Dio nostro, quanto è grande il tuo nome!
La tua bellezza brilla nel cielo e fra le stelle.

Bambino: Quando guardo il sole che sorge, quando vedo la cima delle montagne, io penso a Te, Gesù, che sei la Luce del mondo.

Bambino: Sul monte i tuoi amici ti hanno visto brillare, il tuo vestito era bianco come la neve. Anche noi vogliamo guardarti e restare con te!

Tutti: Guardate il Signore e sarete radiosi, i vostri volti brilleranno di gioia!

Bambino: Se sono triste o al buio, Tu mi illumini. Se ho paura, Tu mi prendi per mano. Tu sei il mio amico più grande, il mio Re.

Tutti: Ti lodiamo, Signore, perché sei meraviglioso. Portiamo la tua luce a casa, a scuola, a tutti, perché chi ti incontra non resta mai al buio.

PER RAGAZZI

CERCATE IL MIO VOLTO (Ispirato al Salmo 27)

Il Signore è la mia luce e la mia salvezza: di chi dovrò avere paura? Il Signore è la difesa della mia vita: chi mi farà tremare?

Una cosa sola ho chiesto al Signore, questa sola io cerco ogni giorno: abitare nella sua casa per sempre, per contemplare la bellezza del suo volto.

Il mio cuore ripete il tuo invito: «Cercate il mio volto!». Il tuo volto, Signore, io cerco. Non nascondermi il tuo sguardo, non lasciarmi solo nel buio della mia strada.

Tu sei il mio aiuto, non abbandonarmi, anche se tutto attorno a me sembra difficile. Insegnami, Signore, la tua via, guidami su un cammino dritto e sicuro.

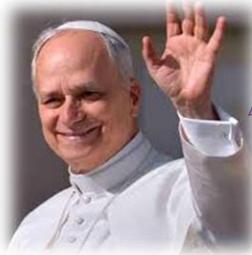
Sono certo di vedere la bontà del Signore nella terra dei vivi, qui e ora. Spera nel Signore, sii forte, si rianimi il tuo cuore e spera nel Signore!

PER ADULTI

Signore, portaci con te sulla montagna. Facci vedere che la vita è luminosa, che dentro ogni uomo e ogni donna c'è un riflesso del tuo volto. Quando siamo scoraggiati e tutto sembra buio, ricordaci che siamo fatti di luce. Insegnaci ad ascoltare Te, la voce che ci dice: 'Tu sei il figlio mio amato, in te ho messo la mia gioia'.

Lampada ai miei passi

	02/03 lunedì	Tocca Gesù il mio cuore e riempilo di misericordia, tocca il mio cuore e riempilo di perdono, tocca il mio cuore e lavalo dalla pesantezza dell'egoismo; così, avrò un cuore nuovo, capace di voler bene senza misura né tempo.
	03/03 martedì	Vorrei riuscire a vedere in te, Gesù, un fratello maggiore che si prende cura di me e mi insegna ad avere cura di chi mi sta accanto; fammi essere presenza di Chiesa viva in famiglia, a lavoro, con gli amici, in parrocchia.
	04/03 mercoledì	Quando chiedo doni e ricompense per ciò che faccio, dimentico che tutto è per Te, che in ogni fratello che aiuto ci sei Tu che hai già riscattato la mia vita. Aiatami a donarmi senza riserve e fa, che in quel dono, il fratello che mi sta accanto, possa vedere Te.
	05/03 giovedì	Non la ricchezza Gesù ma i poveri vorrei accanto a me, anche quando sono amici che non possono ricambiare i miei gesti di accoglienza e bontà. Non importa, Signore, non è questo ciò che conta ma che, in ogni fratello io possa vedere Te e gioire della Tua compagnia.
	06/03 venerdì	Vorrei essere io, Dio, custode della tua vigna; vorrei provare a prendermi cura della Chiesa e di tutti i tuoi figli; vorrei essere ristoro per chi ha sete, spalla di conforto per chi cerca un amico, braccia operose perché la parrocchia sia realtà accogliente e gioiosa.
	07/03 sabato	Ci sono giorni in cui sono il figlio che lascia tutto per cercare altrove speranza e gioia, altri, in cui non riesco ad essere felice di ciò che sono, di ciò che mi dai, della Tua presenza di Padre che sempre cerca e accoglie. Oggi voglio solo dirti grazie perché mi aspetti, mi cerchi, ti offri perché non mi perda.
	08/03 domenica	Ho sete! Il mondo grida perché non ha acqua per dissetarsi, pane per sfamarsi, case in cui trovare riparo. Vorrei provare ad essere io, oggi, riparo per chi mi sta accanto, protezione per chi ha paura, sostegno per chi è caduto, braccia aperte per chi cerca consolazione, famiglia per chi cerca calore.



«Gesù Risorto è la fonte che soddisfa la nostra arsura. Pensiamo a una fonte d'acqua. Quali sono le sue caratteristiche? Disseta e rinfresca le creature, irrorla la terra, le piante, rende fertile e vivo ciò che altrimenti resterebbe arido. Dà ristoro al viandante stanco offrendogli la gioia di un'oasi di freschezza. Una fonte appare come un dono gratuito per la natura, per le creature, per gli esseri umani. Senza acqua non si può vivere. Il Risorto è la fonte viva che non inaridisce e non subisce alterazioni. Resta sempre pura e pronta per chiunque abbia sete».

(Papa Leone XIV, Udienza Generale, mercoledì 15 ottobre 2025)

TERZA DOMENICA DI QUARESIMA



Gv 4, 5-42 (Forma breve)

Dal Vangelo secondo Giovanni

In quel tempo, Gesù giunse a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi. Allora la donna samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?». I Giudei infatti non hanno rapporti con i Samaritani. Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: Dammi da bere!, tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva». Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?». Gesù le risponde: «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. Vedo che tu sei un profeta! I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare». Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorarete ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma viene l'ora - ed è questa - in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così infatti il Padre vuole che siano quelli che lo adorano. Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità». Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa». Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con te». Molti Samaritani di quella città credettero in lui. E quando giunsero da lui, lo pregavano di rimanere da loro ed egli rimase là due giorni. Molti di più credettero per la sua parola e alla donna dicevano: «Non è più per i tuoi discorsi che noi crediamo, ma perché noi stessi abbiamo udito e sappiamo che questi è veramente il salvatore del mondo».

" ...chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno "

IL FONTE BATTESIMALE



Il battistero è il luogo per l'ingresso-accesso alla vita cristiana, poiché in esso si celebrano i sacramenti di iniziazione all'Eucaristia: il Battesimo e la Cresima.

Il Battesimo si celebra con il coinvolgimento di tutto il corpo. Colpiscono le frequenti e delicate azioni sul corpo del battezzando: il segno di croce sulla fronte, l'unzione sul petto, l'immersione dall'acqua, l'unzione crismale sul capo, la vestizione dell'abito bianco, l'illuminazione con il cero e il tocco dell'effatà su orecchie e labbra. Nessuna parte dell'uomo è sottratta al contatto con il Mistero.

LO
SAPEVI
CHE?

Il Battistero ottagonale rende visibile la parola di S.Paolo: "sepolti con Cristo, risorti alla vita nuova" (Rm 6,4). Il battistero, sepolcro pasquale e grembo insieme, rende visibile l'ottavo giorno, nel quale dalla morte nasce la vita nuova.

Promemoria...

- ✓ Diminuire il tempo online e sprechi di energie
- ✓ Donare tempo di ascolto

PREGHIAMO INSIEME



PER BAMBINI

GESÙ, SEI ACQUA FRESCA (Ispirato al Salmo 42)

Gesù, proprio come quando corro forte in giardino e mi manca il respiro perché ho tanta sete, così il mio cuore cerca Te, ogni giorno.

A volte mi sento un po' triste o stanco, come una piantina che ha bisogno di bere sotto il sole. Cerco la felicità nei giochi o nelle cose, ma poi la sete torna sempre.

Tu però mi aspetti al pozzo, come hai fatto con quella signora, e mi dici: "Ti regalo un'acqua magica e speciale!" È l'acqua del tuo bene, che pulisce il cuore e mi fa sentire forte e mai più solo.

Signore, quando bevo il tuo amore divento come una fontana sempre piena: posso regalare un sorriso a chi è triste e una mano a chi ne ha bisogno.

Resta con me, Gesù, perché la tua amicizia è l'acqua più buona del mondo.

PER RAGAZZI

HO SETE DI TE (Ispirato al Salmo 42)

Come un atleta corre stanco verso l'acqua fresca, così l'anima mia, Signore, cerca Te. Ho sete di Dio, del Dio che è vivo! Quando potrò finalmente vedere il Suo volto?

Spesso mi sento vuoto, come un pozzo asciutto, e cerco risposte in posti che non mi danno pace.

Ma il mio cuore sa che Tu sei qui, come una sorgente che non smette mai di scorrere.

Signore, Tu mi conosci. Sai i miei dubbi, le mie stanchezze e i miei sogni. Non darmi un'acqua qualunque, ma quell'acqua speciale che fa nascere la vita dentro di me.

Manda la tua luce e la tua verità, siano esse a guidarmi nel cammino di ogni giorno.

Perché solo in Te la mia sete trova pace.

PER ADULTI

Signore, Tu sei il viandante che ci aspetta al pozzo dei nostri desideri.

Grazie perché ci chiedi da bere per poterci donare la Tua acqua sorgiva.

Sazia la nostra sete di senso e di pace.

Insegnaci che non serve andare lontano per trovarti:

Tu sei la fonte che zampilla dentro di noi e ci rende capaci di amare senza fine.

Lampada ai miei passi

	09/03 lunedì	Vieni Signore Gesù, vieni e riempi la mia vita; vieni e consola il cuore, vieni e dimora nella mia anima. Tu sei pace, Tu sei mitezza, Tu sei pazienza; Tu sei ciò di cui la mia vita ha davvero bisogno.
	10/03 martedì	Vieni Signore Gesù e aiutami a capire la gioia dell'essere da Te perdonato per tutte le volte che non uso, su di me, misericordia; non accetto i miei limiti ed errori, le mie cadute, le mie mancanze. Oggi prego Te perché la mia preghiera possa arrivare al Padre, che nulla ci chiede, se non, di sentirci figli.
	11/03 mercoledì	I Tuoi insegnamenti sono alito di vita per me; sono strada da percorrere, sentieri da esplorare, pensieri da raccogliere; Sii mio maestro e guida i miei passi.
	12/03 giovedì	L'odio del mondo verso la tua parola è grande perché il mondo pensa, agisce, sceglie lontano dai tuoi pensieri. Aiutami a vivere nel mondo senza esserne schiavo, aiutami a comprendere il mondo secondo la tua parola.
	13/03 venerdì	Grazie Dio per le persone che mi metti accanto, anche per quelle che fanno perdere la pace al mio cuore; sono figli tuoi come lo sono io, Tu li hai voluti e pensati così come hai voluto e pensato me. Aiutami a vederli con i Tuoi occhi perché in essi c'è il bene che viene da Te.
	14/03 sabato	Vorrei trovare tempo per confessarmi, là dove Tu mi aspetti e mi accogli; vorrei incontrarti nell'intimo del sacramento dell'amore perché là, posso aprire il mio cuore, consegnare a Te tutto ciò che mi fa male, che mi pesa; Tu prenderai ancora una volta su di Te le mie cadute e curerai le mie ferite.
	15/03 domenica	Gesù, apri i miei occhi all'amore, così che da essi possa uscire la luce, quella vera, che mi permette di vedere Te nei fratelli; fa che il mio sguardo sia sempre uno sguardo di pace che porta a Te chi si sente smarrito e solo.

«Come il Padre ha mandato me, anch'io mando voi» (v. 21). Con queste parole, affida agli apostoli un compito che non è tanto un potere, quanto una responsabilità: essere nel mondo strumenti di riconciliazione. Come se dicesse: "Chi potrà annunciare il volto misericordioso del Padre, se non voi, che avete sperimentato il fallimento e il perdono?". Questo è il cuore della missione della Chiesa: non amministrare un potere sugli altri, ma comunicare la gioia di chi è stato amato proprio quando non lo meritava. È la forza che ha fatto nascere e crescere la comunità cristiana: uomini e donne che hanno scoperto la bellezza di tornare alla vita per poterla donare agli altri».

(Papa Leone XIV, Udienza Generale, mercoledì 1° ottobre 2025)



QUARTA DOMENICA DI QUARESIMA



Gv 9, 1-41 (Forma breve)

Dal Vangelo secondo Giovanni

In quel tempo, Gesù passando vide un uomo cieco dalla nascita; sputò per terra, fece del fango con la saliva, spalmò il fango sugli occhi del cieco e gli disse: «Va' a lavarti nella piscina di Siloe», che significa Inviato. Quegli andò, si lavò e tornò che ci vedeva. Allora i vicini e quelli che lo avevano visto prima, perché era un mendicante, dicevano: «Non è lui quello che stava seduto a chiedere l'elemosina?». Alcuni dicevano: «È lui»; altri dicevano: «No, ma è uno che gli assomiglia». Ed egli diceva: «Sono io!». Condussero dai farisei quello che era stato cieco: era un sabato, il giorno in cui Gesù aveva fatto del fango e gli aveva aperto gli occhi. Anche i farisei dunque gli chiesero di nuovo come aveva acquistato la vista. Ed egli disse loro: «Mi ha messo del fango sugli occhi, mi sono lavato e ci vedo». Allora alcuni dei farisei dicevano: «Quest'uomo non viene da Dio, perché non osserva il sabato». Altri invece dicevano: «Come può un peccatore compiere segni di questo genere?». E c'era dissenso tra loro. Allora dissero di nuovo al cieco: «Tu, che cosa dici di lui, dal momento che ti ha aperto gli occhi?». Egli rispose: «È un profeta!». Gli replicarono: «Sei nato tutto nei peccati e insegni a noi?». E lo cacciarono fuori. Gesù seppe che l'avevano cacciato fuori; quando lo trovò, gli disse: «Tu, credi nel Figlio dell'uomo?». Egli rispose: «E chi è, Signore, perché io creda in lui?». Gli disse Gesù: «Lo hai visto: è colui che parla con te». Ed egli disse: «Credo, Signore!». E si prostrò dinanzi a lui.

" Credo, Signore! "

ALBA

camice liturgico



È la veste bianca con maniche lunghe che copre tutto il corpo. È il capo di base di tutti gli officianti che partecipano alla liturgia.

È la tunica che viene indossata sopra il comune vestito; essa deriva dalla veste che veniva portata comunemente dai cittadini dell'Impero Romano. Dal latino albus=bianco; albeo =essere bianco, chiaro, splendere, con riferimento al battesimo nel quale ogni cristiano riceve la veste bianca, alla risurrezione e agli eletti dell'Apocalisse (7,14-15) che «hanno lavato le loro vesti rendendole candide nel sangue dell'Agnello».

LO
SAPEVI
CHE?

Nella chiesa antica, i neobattezzati portavano la veste candida (detta "mistica infanzia") dalla notte di Pasqua fino alla domenica successiva, chiamata per questo *Domenica in Albis Depositis*, giorno nel quale si deponesse la veste bianca per iniziare la vita da cristiani.

Promemoria...

- ✓ Evito facili giudizi e etichette
- ✓ Sperimento un gesto di inclusione

PREGHIAMO INSIEME



PER BAMBINI

GESÙ FAMMI VEDERE IL BENE (Ispirato al Salmo 139-119)

Gesù, tu mi conosci bene, sai tutto di me: mi vedi quando mi siedo e quando mi alzo.
 Se cammino nel buio, tu mi prendi per mano, per te anche la notte è luminosa.
 Come quel cieco che non vedeva i colori, a volte anche il mio cuore è un po' spento.
 Metti la tua mano sui miei occhi, Signore, guarisci la mia voglia di fare i capricci.
 Aiutami a vedere le cose belle che hai creato: il sorriso dei miei amici, l'amore di mamma e papà.
 Insegnami a guardare tutti con occhi buoni, perché ogni bambino è un dono del tuo amore.
 Signore Gesù, tu sei la mia luce!

PER RAGAZZI

APRI I MIEI OCCHI (Ispirato al Salmo 119 e 13)

Apri i miei occhi, Signore, perché io veda le meraviglie del tuo amore.
 Sii buono con me, tuo servo, e io vivrò; custodirò la tua parola nel mio cuore. Togli dai miei occhi il velo della paura, perché io veda la bellezza che mi circonda.
 Insegnami a non guardare solo l'apparenza, ma a vedere il bene che c'è in ogni compagno.
 La tua parola è una lampada per i miei passi, una luce che brilla sul mio cammino.
 Anche quando gli altri non capiscono, anche quando il buio sembra più forte, io mi fido della tua luce che mi ha guarito. Il mio cuore esulta perché mi hai salvato.
 Apri i miei occhi, Signore, perché io veda le meraviglie del tuo amore

PER ADULTI

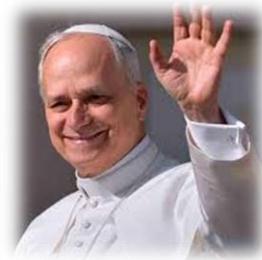
Signore, spalanca i nostri occhi alla luce della Tua verità.
 Spesso camminiamo nel buio del giudizio e del pregiudizio:
 donaci lo sguardo del cuore che vede oltre l'ombra.
 Lavaci dal fango delle nostre chiusure perché possiamo testimoniare che Tu solo sei la luce che dà colore a ogni nostra giornata.

Lampada ai miei passi

	16/03 lunedì	Ti chiedo la vita Signore, la vita vera, quella di un cuore che batte e mette in circolo la Tua presenza, per le strade, nelle case, nei luoghi di lavoro. Ti chiedo la vita fatta di occhi che brillano per la Tua presenza, respiro che parla di Te, mani che portano aiuto, piedi che percorrono strade.
	17/03 martedì	Quanti fratelli e sorelle hanno bisogno del mio aiuto! Aiutami Signore ad avere coraggio, coraggio per non tirarmi indietro quando vedo fratelli che da soli non ce la fanno, sorelle appesantite dalle difficoltà della vita, anziani soli che chiedono un po' di compagnia.
	18/03 mercoledì	Gesù, sii per me strada che mi conduce al Padre; cammina con me, parlami di Lui, metti nel mio cuore le Sue parole, fa che sia pieno del Suo Spirito...potrò così diventare tuo testimone fra la gente.
	19/03 giovedì	Il tuo popolo ti cerca Dio; senza di Te siamo come pecore senza pastore, smarrite e deluse dalla durezza della vita; ma Tu sei Padre, e un Padre non lascia soli i suoi figli; Tu sei protezione e cura, sollecitudine e tenerezza, letizia e fervore di Spirito.
	20/03 venerdì	A volte, sono come chi ti ha condannato e deriso, come chi ti ha accusato e lasciato solo...Scusa Gesù per ogni mio abbandono, per ogni parola non detta, con cui non ti ho riconosciuto e difeso; scusa per le volte che vivo la mia vita lontano da te e poi, nelle difficoltà, ti cerco e scopro, che nonostante tutto, Tu sei lì per me.
	21/03 sabato	Ancora oggi Gesù, sei segno di divisione e contraddizione per quanti ti hanno conosciuto e per coloro che ancora non ti hanno incontrato; le Tue parole sono forti, i tuoi gesti, a volte incomprensibili, i tuoi insegnamenti lontani dalla mente dell'uomo eppure, Tu solo sei verità.
	22/03 domenica	Aiutami a non dimenticare, che sofferenza e morte non sono la fine della mia vita! Che hai vissuto su di Te il dolore e hai accettato la croce e lo hai fatto, perché la mia vita possa vivere l'eternità.

«Anche oggi, come allora, c'è una cena da preparare. Non si tratta solo della liturgia, ma della nostra disponibilità a entrare in un gesto che ci supera. L'Eucaristia non si celebra soltanto sull'altare, ma anche nella quotidianità, dove è possibile vivere ogni cosa come offerta e rendimento di grazie. Prepararsi a celebrare questo rendimento di grazie non significa fare di più, ma lasciare spazio. Significa togliere ciò che ingombra, abbassare le pretese, smettere di coltivare aspettative irreali. Troppo spesso, infatti, confondiamo i preparativi con le illusioni. Le illusioni ci distraggono, i preparativi ci orientano. Le illusioni cercano un risultato, i preparativi rendono possibile un incontro».

(Papa Leone XIV, Udienza Generale, mercoledì 6 agosto 2025)



QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA

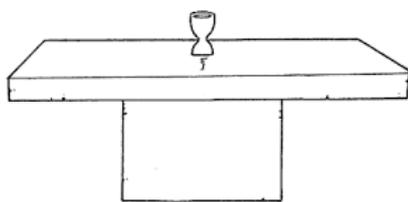


Gv 11, 1-45 (Forma breve)
Dal Vangelo secondo Giovanni

In quel tempo, le sorelle di Lazzaro mandarono a dire a Gesù: «Signore, ecco, colui che tu ami è malato». All'udire questo, Gesù disse: «Questa malattia non porterà alla morte, ma è per la gloria di Dio, affinché per mezzo di essa il Figlio di Dio venga glorificato». Gesù amava Marta e sua sorella e Lazzaro. Quando sentì che era malato, rimase per due giorni nel luogo dove si trovava. Poi disse ai discepoli: «Andiamo di nuovo in Giudea!». Quando Gesù arrivò, trovò Lazzaro che già da quattro giorni era nel sepolcro. Marta, come udì che veniva Gesù, gli andò incontro; Maria invece stava seduta in casa. Marta disse a Gesù: «Signore, se tu fossi stato qui, mio fratello non sarebbe morto! Ma anche ora so che qualunque cosa tu chiederai a Dio, Dio te la concederà». Gesù le disse: «Tuo fratello risorgerà». Gli rispose Marta: «So che risorgerà nella risurrezione dell'ultimo giorno». Gesù le disse: «Io sono la risurrezione e la vita; chi crede in me, anche se muore, vivrà; chiunque vive e crede in me, non morirà in eterno. Credi questo?». Gli rispose: «Sì, o Signore, io credo che tu sei il Cristo, il Figlio di Dio, colui che viene nel mondo». Gesù si commosse profondamente e, molto turbato, domandò: «Dove lo avete posto?». Gli dissero: «Signore, vieni a vederlo!». Gesù scoppiò in pianto. Dissero allora i Giudei: «Guarda come lo amava!». Ma alcuni di loro dissero: «Lui, che ha aperto gli occhi al cieco, non poteva anche far sì che costui non morisse?». Allora Gesù, ancora una volta commosso profondamente, si recò al sepolcro: era una grotta e contro di essa era posta una pietra. Disse Gesù: «Togliete la pietra!». Gli rispose Marta, la sorella del morto: «Signore, manda già cattivo odore: è lì da quattro giorni». Le disse Gesù: «Non ti ho detto che, se crederai, vedrai la gloria di Dio?». Tolsero dunque la pietra. Gesù allora alzò gli occhi e disse: «Padre, ti rendo grazie perché mi hai ascoltato. Io sapevo che mi dai sempre ascolto, ma l'ho detto per la gente che mi sta attorno, perché credano che tu mi hai mandato». Detto questo, gridò a gran voce: «Lazzaro, vieni fuori!». Il morto uscì, i piedi e le mani legati con bende, e il viso avvolto da un sudario. Gesù disse loro: «Liberatelo e lasciatelo andare». Molti dei Giudei che erano venuti da Maria, alla vista di ciò che egli aveva compiuto, credettero in lui.

" Io sono la risurrezione e la vita, chi crede in me non morirà in eterno."

ALTARE



La struttura di una chiesa cattolica prevede la presenza del presbiterio, al cui centro sta l'altare: su di esso si celebra la liturgia eucaristica della Messa.

Le norme liturgiche prescrivono che l'altare sia rivestito, durante le celebrazioni liturgiche, di una tovaglia, al fine di mettere in evidenza il suo carattere di mensa, cosicché viene espresso il duplice carattere dell'Eucaristia: essa è sacrificio conviviale e convito sacrificale. Inizialmente indicava la struttura rialzata, l'ara o la mensa, destinata a ricevere offerte, sacrifici e olocausti per le divinità, o per bruciare incensi.

LO
SAPEVI?
CHE

Anticamente, gli altari venivano orientati verso est (Oriente), simboleggiando la resurrezione di Cristo. Inoltre, all'interno o sotto la mensa dell'altare, specialmente in passato, venivano spesso custodite reliquie di santi (martiri).

Promemoria...

- ✓ Allontano
indifferenza e
chiusura
- ✓ Offro vicinanza e
aiuto concreto.

PREGHIAMO INSIEME



PER BAMBINI

TI ASPETTO GESÙ (Ispirato al Salmo 130)

Gesù, ti chiamo forte dal fondo del mio cuore.

A volte mi sento come in una stanza al buio,

e aspetto che Tu venga ad accendere la luce.

Se faccio qualche capriccio, Tu perdonami, perché so che mi vuoi bene comunque.

Ti aspetto come aspetto il mattino per andare a giocare,

ti aspetto perché so che la Tua parola mi fa stare bene.

Sei Tu la mia speranza, il mio amico più grande!

PER RAGAZZI

GESÙ RENDIMI GIOIOSO (Ispirato al Salmo 30)

Ti dico grazie, Signore, perché mi hai tirato su, non hai lasciato che la tristezza avesse l'ultima parola. Ero a terra, stavo male, ti ho chiamato e Tu mi hai "aggiustato" il cuore.

Signore, mi hai riportato indietro dal buio, mi hai ridato la vita proprio quando sembrava finita. Amici, fate festa con me! Cantate quanto è grande il Signore!

Perché anche se un momento va male, la Sua amicizia dura per sempre.

Magari la sera vai a dormire piangendo, ma la mattina ti svegli con un sorriso nuovo.

Hai trasformato le mie lacrime in un ballo, mi hai tolto la faccia triste e mi hai vestito di gioia. Per questo non starò zitto: Gesù, mio Dio, ti dirò grazie per tutta la vita!

PER ADULTI

Signore, che davanti al sepolcro piangi l'amico e gridi 'Vieni fuori!', scuoti il nostro cuore dalla rassegnazione.

Sciogliti dalle bende che ci tengono prigionieri: la tristezza, il pessimismo, la paura.

Tu non sei il Dio dei morti, ma il Dio dei viventi;

aiutaci a credere che con Te la vita ha sempre l'ultima parola.

Lampada ai miei passi

	<p>23/03 lunedì</p>	<p>Conducimi Gesù al cuore di Dio! Conducimi al cuore di Colui che mi ha pensato, voluto ed amato da sempre, conducimi dal Dio della vita nella quale troverò ristoro e pace.</p>
	<p>24/03 martedì</p>	<p>Vorrei avvicinarmi sempre di più, al sacramento della confessione, lì dove tu mi attendi, mi ascolti, mi accogli, non mi giudichi. Vorrei poter vivere il confessionale come luogo di rifugio e riparo e riuscire ad aprire il mio cuore a Te o Dio mio bene.</p>
	<p>25/03 mercoledì</p>	<p>Come Maria, aiutami ad essere servo di tutti; aiutami ad accogliere la volontà di Dio sulla mia vita, fa che possa diventare strumento nelle Sue mani e strada per i suoi disegni.</p>
	<p>26/03 giovedì</p>	<p>Tu sei Gesù, parola per la mia vita; Tu sei presenza nella mia quotidianità; Tu sei cammino sicuro, compagno nei momenti di tristezza e gioia nei momenti di letizia. Tu sei il mio Dio.</p>
	<p>27/03 venerdì</p>	<p>È difficile Gesù, parlare di Te al mondo, perché il mondo non ti vuole; il mondo basta a se stesso e le tue parole, i tuoi insegnamenti sono scomodi e non vogliono essere ascoltati. Aiutami Gesù a perseverare nella fede.</p>
	<p>28/03 sabato</p>	<p>Abbiamo fatto un pezzo di strada insieme Gesù, il tempo di quaresima, è stato come un deserto ricco di acqua che dal profondo della terra, anche la più arida e secca, emergerà con tutta la vita!</p>
	<p>29/03 domenica</p>	<p>La passione, morte e resurrezione di Gesù costituiscono il cuore del mistero Pasquale. Signore, fammi riscoprire la chiamata personale alla conversione e alla missione. Fammi essere testimone del Tuo amore.</p>

PROPOSTE PER LA CATECHESI

La Verità di Brunori Sas



https://www.youtube.com/watch?v=EO7vic7KhGM&list=RDEO7vic7KhGM&start_radio=1

E' uno slancio verso la vita,
un invito a lasciar andare le cose
passate per le nuove, senza paura

"La verità
È che ti fa paura
L'idea di scomparire
L'idea che tutto quello a cui ti aggrappi
Prima o poi dovrà finire
La verità
È che non vuoi cambiare
Che non sai rinunciare a quelle quattro,
cinque cose
A cui non credi neanche più"



Una somma di piccole cose di Niccolò Fabi

https://www.youtube.com/watch?v=lmHddBCLrxQ&list=RDIlmHddBCLrxQ&start_radio=1

"Una somma di passi, che arrivano a cento
Di scelte sbagliate, che ho capito col tempo
Ogni volta ho buttato ogni centimetro in più
Come ogni minuto che abbiamo sprecato
E non ritornerà"

Il nostro futuro prende forma a
partire dalle piccole cose
quotidiane.

Tutto è utile, dagli errori
commessi, al tempo
apparentemente sprecato.

Vieni a vedere perché di Cesare Cremonini



<https://www.youtube.com/watch?v=Mb85Mnz-BLM>

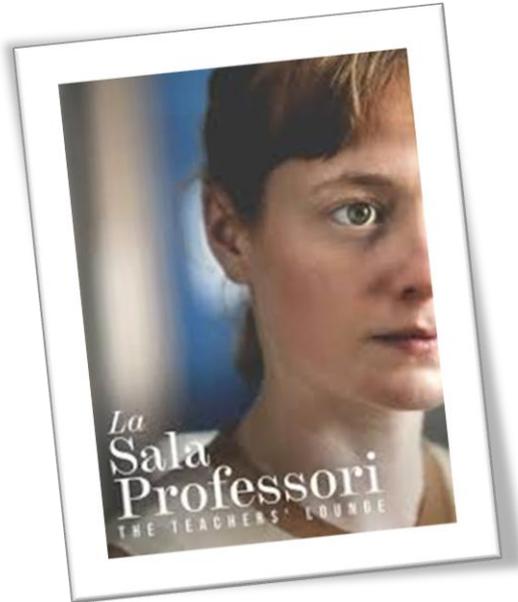
A volte ci capita di pensare che l'amore vada per forza legato alla sofferenza.
Ma se ci abituiamo a cercare il lato romantico, profondo o nascosto delle cose,
allora l'amore lo si scopre ovunque.

"Capirai che il cielo è bello perché
In fondo fa da tetto a un mondo pieno di paure e lacrime
E piangerai, oh, altroché
Ma dopo un po' la vita ti sembrerà più facile
E, così fragile, ricomincerai"



ORTONE E IL MONDO DEI CHI

<https://share.google/ZKhJgr2fFwvDem40i>



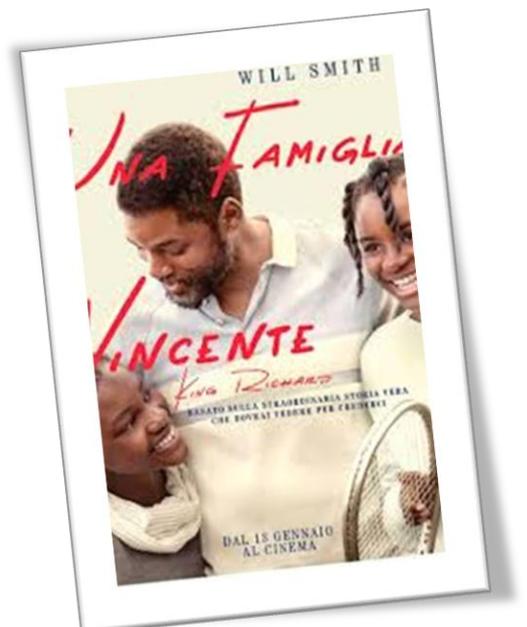
LA SALA PROFESSORI

<https://www.commissioneilmcei.it/film/la-sala-professori/>



UNA FAMIGLIA VINCENTE. KING RICHARD

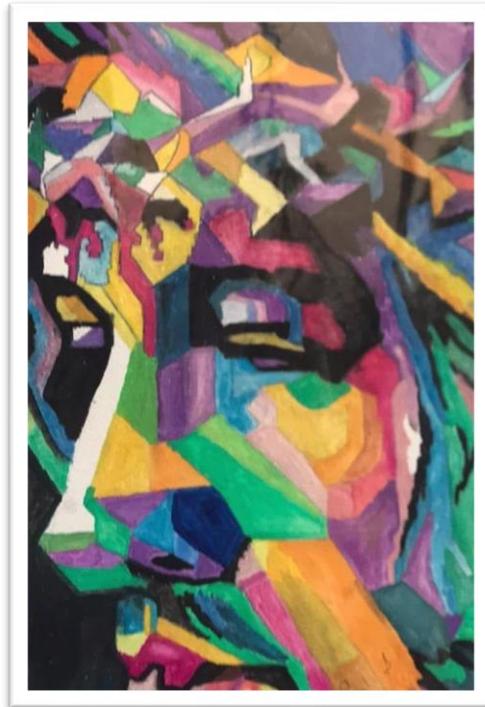
<https://www.commissioneilmcei.it/film/una-famiglia-vincente-king-richard/>



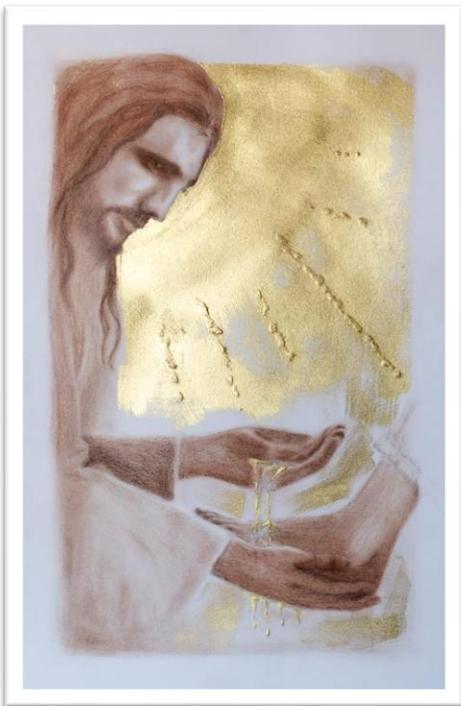
Gli Artisti svelano il volto di Cristo

U.C.A.I. - Diocesi di Fermo

<https://www.fermodiocesi.it/u-c-a-i/>



Paolo Agostini



Marina Tollero



Lucia Spagnuolo