



DIOCESI MASSA CARRARA - PONTREMOLI
Ufficio EVANGELIZZAZIONE E CATECHESI

Prima Veglia di Quaresima

PRIMA SETTIMANA 26 febbraio – 4 marzo



RESISTERE ALLE TENTAZIONI

Carissimi amici ed amiche,

con il mercoledì delle Ceneri, ha inizio la Quaresima, tempo così significativo dell'anno liturgico che ci richiama a vivere e a partecipare al dolore di Cristo e ci preannuncia la gioia della Resurrezione.

“Ecco il tempo propizio, ecco i giorni della salvezza”.

Con tale esortazione la liturgia ci introduce in questo santo kairos, invitandoci a viverlo in "novità di vita" e a riflettere sia personalmente sul disegno di amore di Dio, rivelato in Cristo, sia come Chiesa che si lascia purificare da Lui, nostro sposo.

Il tempo quaresimale ci ricorda i quaranta giorni che il Signore ha trascorso nel deserto, dopo il Suo battesimo nel Giordano e prima del Suo ministero pubblico e pone in luce due Sacramenti che sono il fulcro della celebrazione quaresimale: il Battesimo e la Riconciliazione. Il primo evidenzia il nostro incontro con Cristo che ci eleva alla vita divina, vita che dobbiamo mantenere e perfezionare attraverso una fede convinta e praticata, così da resistere alle seduzioni del male; la seconda è il ritorno consapevole a Lui con propositi di bene.

Il Signore nella Sua misericordia ci aspetta con pazienza, ci chiama, ci giustifica e conforta, ci dona la Sua pace; e con la pace nel cuore possiamo divenire, a nostra volta, portatori di pace là dove Dio ci chiama.

Rinnoviamo allora il desiderio di migliorarci ed impegnarci a seguire Cristo con tenace fedeltà, affidandoci a Lui e al Suo Vangelo che trasforma ed illumina: nella Sua persona abbiamo la Parola definitiva di Dio, la Verità e l'esempio a cui ispirare tutta la nostra vita. Teniamo sempre presente che il Signore "dà forza allo stanco e moltiplica il vigore allo spossato. [...] Quanti sperano nel Signore mettono le ali come aquile, corrono senza affannarsi, camminano senza stancarsi"(Is 40,29.31).

*Per dare a tutti la possibilità di una partecipazione comunitaria alla Quaresima e nella fiducia che per molti fedeli questo tempo possa assumere il rilievo voluto dalla Chiesa, come commissioni dell'Ufficio Evangelizzazione e Catechesi che si occupano della Catechesi Adulti, dello 0-6 anni e dell'Inclusione, proponiamo un itinerario composto da **cinque veglie di preghiera** così da vivere insieme, anche se in diversi modi e momenti, il cammino che ci porta alla santa Pasqua in continuità con quello già intrapreso in Avvento.*

“È GESÙ LA NOSTRA SPERANZA DI PACE” è il tema per questa Quaresima. *A sottolineare che nell'attuale momento storico contraddistinto da guerre sempre più feroci e da situazioni sociali ed umane insostenibili, il cristiano è chiamato a testimoniare che questa speranza di pace trova risposta solo in Gesù.*

“Sono in pace con l'altro perché ho incontrato il Signore ed allora ho scoperto che l'altro è mio fratello”.

Queste veglie vogliono essere un'opportunità, un'opportunità di prendere in esame

il nostro rapporto con Dio e di quanto i nostri cuori battano all'unisono con il Suo. Perché come diceva san Giovanni Paolo II «Dove il cuore dell'uomo si riempie dell'Amore di Dio, si apre all'amore del fratello e diventa capace di costruire la storia secondo il disegno divino!»¹.

Tenendo presenti le letture del vangelo proposte per le cinque domeniche di quaresima, i temi per le veglie ci aiuteranno ad interiorizzare che Gesù:

- 1. attraverso il resistere alle tentazioni*
- 2. attraverso l'ascolto*
- 3. dissetandoci*
- 4. aprendoci gli occhi*
- 5. facendoci fare esperienza di vita*

riesce a ristabilire l'ordine che gli uomini, allontanandosi dal vangelo, perdono.

La struttura delle 5 veglie è molto semplice:

- Canto
- Introduzione al tema
- Invocazione allo Spirito Santo (*preghiera o canto*)
- Lettura di un brano del Vangelo (*i vangeli delle 5 domeniche di Quaresima*)
- Momento di riflessione (*attraverso episodi della vita di santi*) intervallata da momenti di silenzio
- Salmo che apre alla lode da recitare a cori alterni (*liberamente tratti da Salmi d'oggi di Sergio Carrarini*)
- Preghiere spontanee
- Padre Nostro
- Preghiera finale
- Canto

All'interno delle veglie saranno indicati dei canti, ma ogni comunità è libera di scegliere i canti che ritiene più adatti al momento e/o più noti dalla comunità stessa.

Proponiamo inoltre alcuni segni che, accompagnando l'ascolto degli episodi di vita dei santi, ne sottolineino e ne rafforzino il messaggio.

Sottolineamo inoltre che nella preparazione delle veglie è stata data particolare attenzione all'inclusione attraverso l'uso di un linguaggio scritto che aiuti la lettura.

Questa proposta vuole semplicemente essere uno strumento a servizio delle

¹ GIOVANNI PAOLO II, *Lettera per la XXIV Convocazione Nazionale del Rinnovamento nello Spirito Santo*, Roma, 28 aprile 2001.

parrocchie. In prospettiva sinodale, segno di una Chiesa che cammina insieme verso la Santa Pasqua, ogni singola comunità e/o gruppo associativo potrà adattare le veglie ai percorsi già programmati.

SETTIMANA	PERIODO	VANGELO	TEMA
I settimana	26 febbraio – 4 marzo	Mt 4,1-11 <i>Le tentazioni nel deserto</i>	Resistere alle tentazioni
II settimana	5 - 11 marzo	Mt 17,1-9 <i>La Trasfigurazione</i>	Ascolto
III settimana	12 - 18 marzo	Gv 4,5-42 <i>La Samaritana</i>	Dissetare
IV settimana	19 - 25 marzo	Gv 9,1-41 <i>Il cieco nato</i>	Aprire gli occhi
V settimana	26 marzo - 1 aprile	Gv 11,1-45 <i>La resurrezione di Lazzaro</i>	Vita

CANTO: Il Signore è la mia salvezza

INTRODUZIONE AL TEMA

Oggi viviamo in un tempo pieno di tentazioni: la brama di esercitare potere, la vanità di mettersi in mostra, l'incoerenza nel compiere azioni contro il prossimo e contro noi stessi: spesso ci capita di trovarci in quello stesso deserto che ha attraversato Gesù. Qui si potrebbe rilevare una differenza importante da una parte Lui che è sempre rimasto fermo e risoluto di fronte alle illusioni diaboliche, dall'altra parte il nostro comportamento che spesso solo debolmente si oppone al male per poi cedervi troppo attratto dalle *luci tentative*.

Da qui nasce quella sofferenza interiore che sfocia nel dolore quotidiano che ci impedisce di vivere la vita nella sua bellezza e nella sua pienezza

La vera speranza è rendersi conto e divenire consapevoli che in quel deserto dell'anima abbiamo accanto Gesù.

Sta a noi scegliere se farci abbracciare dal Suo amore o cadere nel baratro delle tentazioni. Ciascuno di noi viene lasciato libero di scegliere il percorso che vuole per essere felice. Iniziamolo Insieme!

INVOCAZIONE ALLO SPIRITO SANTO

Per entrare in clima di preghiera bisogna prima di tutto svuotarsi: dimenticare cioè tutti quei pensieri in più, quelle preoccupazioni, fare silenzio, molto silenzio, perché è nel silenzio che si riesce ad ascoltare chiaramente la Sua voce.

Vi sono dei momenti Signore, in cui si spengono i rumori, in cui cessano le parole, in cui rimane solo la voce del silenzio, che è la Tua voce, Signore.

È l'ora in cui mi attendi; è l'ora in cui mi chiami; è l'ora in cui mi parli, in cui fai risuonare nel mio intimo il Tuo messaggio.

Quello che, nel rumore troppo intenso non sono riuscito a sentire, Tu lo dici ora e Ti fai comprendere.

Che il tempo del silenzio e del raccoglimento mi colmi di Te.

Che il mio silenzio sia accoglienza alla Tua parola, accoglienza alla Tua presenza.

Che possa diventare un'espressione d'amore, dell'amore che tace.

Signore, questo tempo di preghiera sia davvero un'occasione per conoscerTi sempre più attraverso per giungere così alla contemplazione del Tuo volto.

PREGHIERA ALLO SPIRITO SANTO

Sono qui per elevare, insieme ai fratelli, la comune preghiera al Signore. Desideriamo affidarci a Lui, che è via, verità e vita, per imparare ad amarLo di più e per imparare a coltivare in noi l'amore, colonna portante del comandamento nuovo che Gesù ci ha lasciato prima di morire.

Invochiamo insieme lo Spirito Santo perché apra la nostra mente alla comprensione della Parola di Dio e ci introduca in un clima di preghiera

Siamo qui dinanzi a Te, Spirito Santo:
siamo tutti riuniti nel Tuo nome.

Vieni a noi, assistici, scendi nei nostri cuori.

Insegnaci Tu ciò che dobbiamo fare,
mostraci Tu il cammino da seguire tutti insieme.

Non permettere che da noi peccatori sia lesa la giustizia,
non ci faccia sviare l'ignoranza,
non ci renda parziali l'umana simpatia,
perché siamo una sola cosa in Te e in nulla ci discostiamo dalla verità.

Lo chiediamo a Te,
che agisci in tutti i tempi e in tutti i luoghi,
in comunione con il Padre e con il Figlio,
per tutti i secoli dei secoli. Amen

IN ASCOLTO DELLA PAROLA DEL VANGELO: Mt 4,1-11

¹Allora Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. ²Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame. ³Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». ⁴Ma egli rispose: «Sta scritto: Non di solo pane vivrà l'uomo,

ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio».

⁵*Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio*

⁶*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».

⁷*Gesù gli rispose: «Sta scritto anche:*

Non metterai alla prova il Signore Dio tuo».

⁸*Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria ⁹e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai».*

¹⁰*Allora Gesù gli rispose: «Vattene, Satana! Sta scritto infatti:*

Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto».

¹¹*Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco, degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano.*

 **CANONE: Adoramus te, Domine**

RIFLESSIONE GUIDATA *Brani tratti dal diario di Santa Gemma Galgani*

Dio mio, se sono senza nessun peccato, lo devo a Te solo, Tu sia ringraziato. Che dire in quei momenti? Cercar Gesù e non trovarLo è una pena più grossa che la tentazione stessa. Quello che provo, lo sa solo Gesù, che di nascosto mi guarda e se ne compiace. Ad un certo punto che la tentazione pareva che prendesse più forza, mi è venuto in mente di invocare il S.P. [Santo Papà] di Gesù, ho gridato: «Eterno Padre, per il sangue di Gesù, liberami».

SEGNÌ: Sabbia. Deserto. Preghiera.

Gesù vive le tentazioni nel deserto.

Per Santa Gemma la lontananza da Dio il non sentirLo è già una dolorosissima tentazione.

Ognuno di noi vive un proprio deserto, quando è tentato, quando è lontano, ma proprio lì Dio va cercato perché Lui fa fiorire il deserto.

BREVE PAUSA DI SILENZIO (musica di sottofondo)

"La Santa fu presa d'assalto dal demonio della superbia. Vide una volta attorno al suo letto una schiera di bimbi e di bimbe, in forma di angioletti, con una candela accesa in mano; tutti s'inginocchiarono per adorarla. Satana avrebbe voluto farla montare in superbia; la Santa si accorse della tentazione e chiamò in aiuto l'Angelo del Signore, il quale, emesso un leggero soffio, fece sparire tutto."

SEGNİ: Candela accesa, veste bianca.

Il demonio usa i simboli sacri per confonderla e indurla in peccato di superbia...ma Gemma invoca il vero Angelo (affidato da Dio) per soccorrerla e aiutarla

BREVE PAUSA DI SILENZIO (musica di sottofondo)

"Si provò ancora (il demonio) a smuovere la grande fiducia che essa aveva nel suo Dio...Le ribadiva nel cuore il timore d'essere lei dannata.

"E non vedi, le diceva, che cotesto Gesù non ti sente, non vuole più saperne di te? A che ti stanchi a corrergli dietro? Smetti e rassegnati alla tua infelice sorte". Questa fu la tentazione più terribile...

"Così dunque vedendosi mandare a vuoto da questa bambina tutte le sue arti fraudolenti, il malvagio montò in furore, si levò la maschera e si mise a farle guerra aperta".

SEGNİ: Maschera. Drappo nero (senza speranza).

Il demonio si mostra in tutta la sua potenza...la inganna, le dice di rassegnarsi ... le fa guerra aperta. Ma la purezza, l'ingenuità e soprattutto la forte fiducia in Gesù regala alla bambina la forza di resistere e superare la tentazione più terribile.

SILENZIO PER LA RIFLESSIONE (musica di sottofondo)

🎵 🎵 CANONE: *Niente ti turbi, niente ti spaventi*

SALMO: *L'uomo saggio e l'uomo sciocco*

Questo salmo è una preghiera-invito a scegliere quale tipo di persone

vogliamo essere: se vogliamo essere persone che mettono al centro della propria vita Dio oppure persone che scelgono di mettervi se stesse. Solo dalla mente e dal cuore dell'uomo saggio sgorga vera preghiera, vera fiducia e vero affidamento a Colui che l'ha sostenuto nei momenti difficili della prova.

Saggio quell'uomo
che non si lascia tentare dai miti del successo,
che non è attratto dalla facile ricchezza
e non cerca onori e piaceri.

Veramente saggio quell'uomo
che crede nella giustizia e nel bene,
che si lascia guidare dalla Parola
e la rende il suo pane quotidiano.

Sarà come albero rigoglioso
che affonda le sue radici
nel terreno dei veri valori
e nell'acqua viva della fede.

La sua coscienza sarà tranquilla,
la sua parola saggia e credibile,
le sue scelte stabili e costruttive,
la sua vita piena di soddisfazioni insperate.

Sciocco quell'uomo
che ha fiducia solo in se stesso,
che vende l'anima al successo, ai soldi, al potere
e che fa del piacere il suo dio.

Veramente sciocco quell'uomo
che non ama Dio e il prossimo,
che non coltiva i valori morali
e la speranza di un futuro migliore.

Sarà come una foglia secca
fatta turbinare dal vento degli interessi,
come una banderuola,
senza stabile direzione di vita.

Non saprà resistere nei tempi di prova,
si scoprirà vuoto di valori e di coraggio,
abbandonato dagli amici di comodo,
tremante come un bimbo impaurito.

È il Signore la forza dell'uomo saggio
e insieme la sua meta e il suo premio.
La rovina dell'uomo sciocco
è il credere solo in se stesso.

PREGHIERE SPONTANEE

Il salmo che abbiamo pregato insieme ci esorta a prendere posizione, a coltivare nel nostro cuore fiducia incrollabile e affidamento certo al Signore. Rivolgiamoci, quindi, la nostra preghiera affinché ci sostenga e ci dia la forza e la luce per potere e volere camminare con Lui.

Liberamente allora traduciamo in preghiera comunitaria ciò che il Signore ha donato a ciascuno, perché nella condivisione diventi preghiera di lode.

Ad ogni preghiera rispondiamo:

Signore, affonda le mie radici nell'acqua viva della fede.

PREGHIERA DEL PADRE NOSTRO

PREGHIERA FINALE

Onnipotente e misericordioso Dio, Padre di tutti gli uomini,
creatore e dominatore dell'universo, Signore della storia
i cui disegni sono imperscrutabili, la cui gloria è senza macchia
la cui compassione per gli errori umani è inesauribile,
nella Tua volontà è la nostra pace!

Ascolta nella Tua misericordia questa preghiera che sale a Te,
dal tumulto e dalla disperazione di un mondo in cui Tu sei dimenticato,
in cui il Tuo nome non è invocato, le Tue leggi sono derise
e la Tua presenza è ignorata.

Non Ti conosciamo e così non abbiamo pace.

Concedici di trovare la pace dove davvero la si può trovare:
nella Tua volontà, o Dio, è la nostra pace!

(Thomas Merton)

 **CANTO FINALE: *Santa Maria del cammino***