

## Primo Quaresimale

*Dar da mangiare agli affamati. Dar da bere agli assetati. Consigliare i dubbiosi*

### Introduzione

Il tuo dono non ci è stato dato una volta soltanto: anche se quello che è avvenuto nella vita, passione, morte e resurrezione del Tuo Figlio è unico e definitivo, ogni giorno abbiamo bisogno di nutrircene. Ogni giorno dobbiamo affrontare la sfida più grande: sostenere la lotta e conservare la fede! Dacci allora proprio oggi, in questo nostro concretissimo oggi, l'aiuto di cui abbiamo bisogno: forse non quello che avremmo voluto o pensato, ma quello che realizza il tuo bene per noi. E fa' che ogni nostro oggi divenga il tuo, ora di grazia, istante di salvezza, bellezza pregustata del tuo oggi eterno: "Guidami, Luce gentile, nel buio che mi avvolge, guidami Tu! La notte è oscura, e io sono lontano da casa: guidami Tu! Custodisci i miei passi! Non Ti chiedo di vedere l'orizzonte lontano: un passo alla volta è sufficiente per me!" (John Henry Newman).

Dacci il nostro pane quotidiano: il pane, cioè, che è sufficiente per oggi. Non ti chiediamo, Padre, di accumulare ricchezze: sappiamo quanto questo sia illusorio, perché davanti a te che vieni come un ladro nella notte non sono i tesori del mondo a renderci pronti e felici. Il solo pane di cui abbiamo bisogno è quello che ci viene da te: è il pane della vita che tu hai imbandito per noi alla mensa del Tuo Figlio Gesù; è il pane onesto frutto della terra e del nostro lavoro; è il pane condiviso della bontà e della giustizia per tutti; è il pane cotto del regno, di cui questo pane di fatica e di amore è anticipo e promessa. "Signore, dacci sempre questo pane. Gesù rispose: Io sono il pane della vita; chi viene a me non avrà più fame e chi crede in me non avrà più sete" (Giovanni 6,34-35). Nel tuo Figlio e con lui potremo trovare sempre il pane, di cui abbiamo veramente bisogno per questo nostro oggi: lo crediamo, Padre, perché è lui che ci ha insegnato a chiedertelo e sappiamo che tu non darai mai una pietra al figlio che ti chiede del pane "Chiedete e vi sarà dato; cercate e troverete; bussate e vi sarà aperto; perché chiunque chiede riceve, e chi cerca trova e a chi bussa sarà aperto. Chi tra di voi al figlio che gli chiede un pane darà una pietra? O se gli chiede un pesce, darà una serpe? Se voi dunque che siete cattivi sapete dare cose buone ai vostri figli, quanto più il Padre vostro che è nei cieli darà cose buone a quelli che gliele domandano" (Matteo 7,7-11). E aiutaci a condividere il pane che ci doni con chi non ce l'ha.

(B. FORTE, *Commento al Padre Nostro*)

*Arcivescovo:* Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo

*Assemblea:* Amen

*Arcivescovo:* La pace sia con voi

*Assemblea:* E con il tuo spirito

*Arcivescovo:*

Preghiamo.

Padre buono e generoso, che provvedi ai tuoi figli il cibo a suo tempo, che fai scaturire l'acqua dalla roccia, per dissetarli nel deserto della vita, manda il tuo Spirito di sapienza; ci illumini e ci guidi sempre a cercare il tuo Figlio Gesù: parola che sfama davvero il nostro bisogno di eterno, fonte viva che zampilla per sempre.

Egli ci doni in cibo il suo corpo perché abbiamo il coraggio anche noi di offrire i nostri corpi come sacrificio vivente e santo a te gradito.

Per Cristo nostro Signore.

*Assemblea:* Amen

### Dal Libro dei Numeri

(Numeri 20,1-13)

In quei giorni, tutta la comunità degli Israeliti arrivò al deserto di Sin il primo mese e il popolo si fermò a Kades. Qui morì e fu sepolta Maria.

Mancava l'acqua per la comunità: ci fu un assembramento contro Mosè e contro Aronne. Il popolo ebbe una lite con Mosè, dicendo: «Magari fossimo morti quando morirono i nostri fratelli davanti al Signore! Perché avete condotto la comunità del Signore in questo deserto per far morire noi e il nostro bestiame? E perché ci avete fatti uscire dall'Egitto per condurci in questo luogo inospitale? Non è un luogo dove si possa seminare, non ci sono fichi, non vigne, non melograni e non c'è acqua da bere».

Allora Mosè e Aronne si allontanarono dalla comunità per recarsi all'ingresso della tenda del convegno; si prostrarono con la faccia a terra e la gloria del Signore apparve loro. Il Signore disse a Mosè: «Prendi il bastone e tu e tuo fratello Aronne convocate la comunità e alla loro presenza parlate a quella roccia, ed essa farà uscire l'acqua; tu farai sgorgare per loro l'acqua dalla roccia e darai da bere alla comunità e al suo bestiame».

Mosè dunque prese il bastone che era davanti al Signore, come il Signore gli aveva ordinato. Mosè e Aronne convocarono la comunità davanti alla roccia e Mosè disse loro: «Ascoltate, o ribelli: vi faremo noi forse uscire acqua da questa roccia?». Mosè alzò la mano, percosse la roccia con il bastone due volte e ne uscì acqua in abbondanza; ne bevvero la comunità e tutto il bestiame.

Ma il Signore disse a Mosè e ad Aronne: «Poiché non avete avuto fiducia in me per dar gloria al mio santo nome agli occhi degli Israeliti, voi non introdurrete questa comunità nel paese che io le dò». Queste sono le acque di Mèriba, dove gli Israeliti contesero con il Signore e dove Egli si dimostrò santo in mezzo a loro.

*Assemblea:*

### **Dal Salmo 144**

O Dio, mio re, voglio esaltarti  
e benedire il tuo nome in eterno e per sempre.  
Ti voglio benedire ogni giorno,  
lodare il tuo nome in eterno e per sempre.

Grande è il Signore e degno di ogni lode,  
la sua grandezza non si può misurare.  
Una generazione narra all'altra le tue opere,  
annunzia le tue meraviglie.

Diffondono il ricordo della tua bontà  
immensa,  
acclamano la tua giustizia.

Paziente e misericordioso è il Signore,  
lento all'ira e ricco di grazia.

Gli occhi di tutti sono rivolti a te in attesa  
e tu provvedi loro il cibo a suo tempo.  
Tu apri la tua mano  
e sazi la fame di ogni vivente.

Il Signore protegge quanti lo amano,  
ma disperde tutti gli empi.  
Canti la mia bocca la lode del Signore  
e ogni vivente benedica il suo nome santo,  
in eterno e sempre.

### **Dal Vangelo secondo Luca**

*(Lc 4, 1-13)*

Gesù, pieno di Spirito Santo, si allontanò dal Giordano ed era guidato dallo Spirito nel deserto, per quaranta giorni, tentato dal diavolo. Non mangiò nulla in quei giorni, ma quando furono terminati, ebbe fame. Allora il diavolo gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' a questa pietra che diventi pane». Gesù gli rispose: «Sta scritto: *Non di solo pane vivrà l'uomo*».

Il diavolo lo condusse in alto, gli mostrò in un istante tutti i regni della terra e gli disse: «Ti darò tutto questo potere e la loro gloria, perché a me è stata data e io la do a chi voglio. Perciò, se ti prostrerai in adorazione dinanzi a me, tutto sarà tuo». Gesù gli rispose: «Sta scritto: *Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto*».

Lo condusse a Gerusalemme, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù di qui; sta scritto infatti:

*Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo  
affinché essi ti custodiscano;  
e anche:*

*Essi ti porteranno sulle loro mani  
perché il tuo piede non inciampi in una pietra*».

Gesù gli rispose: «È stato detto: *Non metterai alla prova il Signore Dio tuo*».

Dopo aver esaurito ogni tentazione, il diavolo si allontanò da lui fino al momento fissato.

*Gesto esplicativo:* Consegna della Preghiera del Signore

*Diacono:*

### **Dal Sermone 40 di San Cromazio di Aquileia,**

“Ascoltate ora, o miei cari, come insegni ai suoi discepoli a pregare Dio Padre onnipotente: «Ma tu, quando preghi, entra nella tua stanza e, chiusa la porta, prega il Padre tuo». La stanza a cui accenna non indica una parte nascosta della casa, ma vuol ricordare che i segreti del nostro cuore si rivelano solo a lui. E il fatto di dover pregare Dio a porta chiusa significa che dobbiamo misticamente chiudere a chiave il nostro cuore per ogni pensiero cattivo e parlare con Dio senza aprir bocca e con animo puro. Il nostro Dio ascolta la voce della fede e non il suono delle parole. Chiudiamo dunque con la chiave della fede il nostro cuore alle insidie dell'avversario e spalanchiamolo solo a Dio di cui, come si sa, è il tempio, affinché, mentre abita nei nostri cuori, sia lui ad assisterci nelle nostre preghiere. Cristo, nostro Signore, Parola di Dio e Sapienza di Dio, ci ha dunque insegnato questa orazione, in modo che preghiamo così: «Padre nostro che sei nei cieli».

Sono parole, queste, di uomini liberi e piene di confidenza. Voi dovete dunque comportarvi in modo da poter essere figli di Dio e fratelli di Cristo. Perciò voi, o carissimi, mostratevi degni dell'adozione divina, poiché è scritto: «A quanti credettero in lui diede il potere di diventare figli di Dio» (Gv 1, 12).

«Sia santificato il tuo nome».

Ciò non significa che le nostre preghiere santificano il Signore, che è sempre santo; ma chiediamo che il suo nome sia santificato in noi, affinché, santificati nel suo battesimo, perseveriamo in ciò che incominciamo ad essere.

«Venga il tuo regno».

E quando non regna il nostro Dio, soprattutto dal momento che il suo regno è immortale? Ma quando diciamo: «Venga il tuo regno» chiediamo che venga il nostro regno, quello che ci è stato promesso da Dio e che la passione e il sangue di Cristo ci hanno ottenuto.

«Sia fatta la tua volontà come in cielo così in terra»,

cioè la tua volontà si compia in modo che noi facciamo irreprensibilmente sulla terra ciò che tu comandi in cielo.

«Dacci oggi il nostro pane quotidiano».

Qui dobbiamo capire che si tratta di un cibo spirituale, perché il nostro pane è Cristo che ha detto: «Io sono il pane vivo disceso dal cielo»; e questo pane lo diciamo quotidiano, perché dobbiamo sempre chiedere di evitare il peccato in modo da essere degli alimenti celesti.

«E rimetti a noi i nostri debiti, come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori».

Questo precetto significa che noi non possiamo ottenere altrimenti il perdono dei nostri peccati se prima non perdoniamo a quanti hanno peccato contro di noi, secondo la parola del Signore nel Vangelo: «Se non perdonate agli uomini le loro colpe, neanche il Padre vostro perdonerà i vostri peccati» (Mt 6,15).

«E non c'indurre in tentazione», cioè non lasciarci in potere del tentatore, artefice del male. Infatti dice la Scrittura: «Dio, infatti, non tenta al male». Il tentatore invece è il diavolo e per vincerlo il Signore suggerisce: «Vegliate e pregate per non cadere in tentazione».

«Ma liberaci dal male».

Egli si esprime così perché l'Apostolo ha detto: «Non sapete ciò che vi conviene chiedere». Dobbiamo dunque chiedere a Dio onnipotente che quanto la fragilità umana non è capace di preavvertire e di evitare, si degni di farcene capaci, nella sua bontà, Gesù Cristo nostro Signore che vive e regna, Dio, nell'unità dello Spirito Santo per tutti i secoli dei secoli. Amen”

*Arcivescovo:*

Vi consegno, per mano dei diaconi,  
la preghiera che Gesù ci ha insegnato.  
Pregatela intensamente,  
meditatela e conservatela nel cuore.  
Trasmettetela agli altri  
come la preghiera che rende bella la vita.

*Assemblea:* Amen

*(I diaconi consegnano il testo della Preghiera di Gesù)*

*Assemblea:*

**Sacerdote vero ed eterno, Gesù, tu hai egli istituito il rito del sacrificio perenne; ti sei offerto prima di tutto come vittima di salvezza al Padre e hai comandato a noi a noi di perpetuare l'offerta in tua memoria. Il tuo corpo per noi immolato è nostro cibo e ci dà forza, il tuo sangue per noi versato è la bevanda che ci redime da ogni colpa. In questo grande mistero tu nutri e santifici i tuoi fedeli, perché una sola fede illumini e una sola carità riunisca l'umanità diffusa su tutta la terra.**

**Noi ti ringraziamo e ti benediciamo, o Cristo e lodiamo in eterno il tuo nome santo, perché hai voluto nutrire la nostra vita di te, per trasformarci in te. Amen**

*(Ispirata a: Cfr. Prefazi dell'Eucaristia I e II)*

*Domande:*

1. Tutti dicono che viviamo il tempo della grande crisi economica: la nostra preoccupazione ora è quella di procurare il cibo materiale sufficiente, o siamo affamati anche di valori, di fede e domandiamo alla Chiesa che apra a noi i tesori di Dio?
2. Siamo diventati bulimici di cibo, di cose, ci affanniamo per *avere*; riusciamo ad avere fame anche della Parola che sfama il nostro cuore realmente? Cerchiamo l'incontro domenicale con Cristo, che ci nutre col suo corpo che dà la vita? Cerchiamo da lui l'acqua promessa alla Samaritana con la quale non avremo più sete di amore e di senso per la nostra esistenza?
3. Ogni tanto siamo invitati a condividere quanto abbiamo con i nostri fratelli e talvolta pensiamo di non riuscire a dare a loro quanto riteniamo non sia sufficiente neppure per noi stessi. Siamo in grado di condividere quanto abbiamo di beni materiali, nella fiducia che il Signore non farà mai mancare a noi il necessario? Siamo ancor più consapevoli che il nostro primo dovere è annunciare "ogni Parola che esce dalla bocca di Dio" ai nostri fratelli, perché anche loro si sfamino dello stesso pane che ha saziato la nostra vita?

*Arcivescovo:* Ed ora chiediamo al Padre che non faccia mai mancare ai suoi figli il pane quotidiano, un pane dignitoso, un pane sufficiente. Preghiamo insieme con la Preghiera che il Signore ci ha insegnato e la Chiesa ci ha consegnato:

*Assemblea:* **Padre nostro...**

*Arcivescovo:* Il Signore sia con voi

*Assemblea:* **E con il tuo spirito**

*Arcivescovo:* Vi benedica Dio onnipotente, Padre, Figlio e Spirito Santo

*Assemblea:* **Amen**

*Diacono:* Benediciamo il Signore

*Assemblea:* **Rendiamo grazie a Dio**