Convertitevi e credete al Vangelo

Sussidio per la catechesi in tempo di Quaresima

per

CATECHISTI

ANIMATORI

FAMIGLIE E GENITORI

ADULTI

RESPONSABILI DEI GRUPPI

Sussidio offerto dagli Uffici dell'area pastorale Evangelizzazione e Catechesi

1A DOMENICA DI QUARESIMA

La Parola: il Vangelo della domenica

Dal Vangelo secondo Marco
Mc 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».

Riflessione sulla parola

- ✓ Il mercoledì delle ceneri è iniziato il tempo di Quaresima, cioè il tempo che prepara alla Pasqua culmine dell'Anno liturgico e della vita del cristiano.
- ✓ La Quaresima è un «accompagnare Gesù che sale a Gerusalemme, luogo del compimento del suo mistero di passione, morte e risurrezione e ricorda che la vita cristiana è una "via" da percorrere, consistente non tanto in una legge da osservare, ma nella persona stessa di Cristo, da incontrare, da accogliere, da seguire», come ha spiegato Benedetto XVI nel 2011.
- ✓ In questo tempo l'invito della Chiesa è quello di Gesù: "convertitevi e credete nel Vangelo".
- ✓ La buona notizia che ci viene donata in questa domenica è che qualunque sia il nostro deserto, nonostante tutti i tentativi di Satana di tentarci, noi "in Cristo Gesù (che ci) ha liberato dalla legge del peccato e della morte (…) siamo più che vincitori per virtù di colui che ci ha amati." [Lettera ai Romani cap. 8]

Amoris Lætizia n. 16

La Bibbia considera la famiglia anche come la sede della catechesi dei figli. Questo brilla nella descrizione della celebrazione pasquale (cfr *Es* 12,26-27; *Dt* 6,20-25), e in seguito fu esplicitato nella *haggadah* giudaica, ossia nella narrazione dialogica che accompagna il rito della cena pasquale. Ancora di più, un Salmo esalta l'annuncio familiare della fede: «Ciò che abbiamo udito e conosciuto e i nostri padri ci hanno raccontato non lo terremo nascosto ai nostri figli, raccontando alla generazione futura le azioni gloriose e potenti del Signore e le meraviglie che egli ha compiuto. Ha stabilito un insegnamento in Giacobbe, ha posto una legge in Israele, che ha comandato ai nostri padri di far conoscere ai loro figli, perché la conosca la generazione futura, i figli che nasceranno. Essi poi si alzeranno a raccontarlo ai loro figli» (78,3-6). Pertanto, la famiglia è il luogo dove i genitori diventano i primi maestri della fede per i loro figli. È un compito "artigianale", da persona a persona: «Quando tuo figlio un domani ti chiederà […] tu gli risponderai…» (Es 13,14). Così le diverse generazioni intoneranno il loro canto al Signore, « i giovani e le ragazze, i vecchi insieme ai bambini » (Sal 148,12).

1A DOMENICA DI QUARESIMA

attività

il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete nel Vangelo

Gruppi dell'Iniziazione cristiana: scrivere su un foglietto le proprie fatiche, tentazioni, aspirazioni mancate, promesse tradite, peccati, cattive abitudini da correggere. Piegarli e bruciarli in un vasetto. Gettarli al vento facendo una preghiera silenziosa per chiedere lo Spirito Santo per ricominciare.

Giovanissimi e Giovani: vivere un momento di deserto per scoprire quali sono le tentazioni che Satana mi propone quando mi sento solo/a: fare deserto oggi può significare spegnere per tutto il giorno cellulare, tablet, tv, radio e ogni forma di tecnologia e dedicare quel tempo alla realtà, all'ascolto, ai familiari, alla natura…

Adulti: meditando bene il Vangelo del Mercoledì delle Ceneri scegliere come vivere personalmente, e possibilmente di coppia, la antica e sapiente pratica suggerita da Gesù e dalla Chiesa: la preghiera, il digiuno, l'elemosina. Può anche essere utile il brevissimo documento della CEI, "IL SENSO CRISTIANO DEL DIGIUNO E DELL'ASTINENZA. Oppure clicca qui: https://www.chiesacattolica.it/wp-content/uploads/sites/31/2017/02/Il.senso_.cristiano.del_.digiuno.e.dellastinenza.pdf

Genitori: impostare con i figli i propositi e le iniziative familiari comuni per la quaresima specificando motivazioni e valori in gioco. È bene stabilire con esattezza tempi, luoghi, ruoli, materiali.

PREGHIERA PERSONALE

O Dio Padre in questo inizio di Quaresima vorrei fare esperienza della Tua Misericordia. Aiutami ad aprirmi in un dialogo cuore a cuore con Te, da amico ad amico. So quanto è importante la preghiera, soprattutto in questo tempo quaresimale. Lasciami coinvolgere dalla Tua Parola, così da sperimentare la Tua misericordia gratuita per me.
Se attingo "l'acqua viva" dalla tua Parola sarò capace di ridonarla offrendo amicizia, amore, accoglienza e ascolto a chi ne ha bisogno. Rendimi Tuo strumento e insegnami a crescere nell'umiltà e nella Verità. Amen

PREGHIERA IN FAMIGLIA

Signore i momenti di deserto per noi famiglia possono essere fatti di difficoltà, di incomprensioni, di solitudine, ma anche essere luogo preferenziale dove possiamo fare verità, essere luogo di intimità e incontro profondo con noi stessi e con Te. Le tentazioni però sono tante e dipendono dalle nostre scelte.
Ti preghiamo o Signore che la nostra scelta sia di essere famiglia capace di intrecciare la nostra vita con la Tua. Aiutaci a colmare la nostra fame e sete di Te, rendendoci consapevoli che la Tua Parola insieme a Te è l'unico nostro nutrimento.
Affidiamo a te tutte le nostre tentazioni perché ci rendiamo conto che il più delle volte non sappiamo riconoscerle e resisterle. Ti chiediamo perdono e fa che, come Maria che ha detto il suo Si a Te fin da subito e per sempre, anche noi sappiamo rinunciare alle cose del mondo che ci allontanano da Te. Amen

1A DOMENICA DI QUARESIMA

LE TRADIZIONI DELLA QUARESIMA

LE CENERI

È il segno che caratterizza il primo giorno della Quaresima, il mercoledì dopo l'ultimo giorno di carnevale (martedì grasso).

Secondo la tradizione, la cenere viene ricavata bruciando i rami d'ulivo benedetti nella Domenica delle Palme dell'anno precedente.

Le ceneri hanno due significati: ci ricordano che siamo deboli e fragili e sono il segno del pentimento, del nostro desiderio di cambiare.

Il sacerdote sparge un pizzico di cenere benedetta sul capo dei fedeli dicendo "Ricordati che sei polvere e in polvere ritornerai" oppure "Convertitevi e credete al Vangelo"

Preghiera per la Benedizione della famiglia al mattino

Ti benediciamo o Padre che ci hai donato Gesù Salvatore e ci sostieni con la forza dello Spirito Santo. Benedici la nostra famiglia all'inizio di questo nuovo giorno, donaci di viverlo secondo la tua volontà.

Amen