



## SUSSIDIO PER LA QUARESIMA 2024

*Camminerò con cuore integro,  
dentro la mia casa*

Salmo 100, 2



DAL SUSSIDIO "QUARESIMA 2024"

## MERCOLEDÌ DELLE CENERI (14 Febbraio 2024)

### INTRODUZIONE LITURGICA

Dalla Pasqua scaturiscono tutti i giorni santi, prima di tutto le Ceneri, inizio della Quaresima. La Pasqua è la fonte e la causa di questo giorno di digiuno, di preghiera comunitaria e di decisioni importanti. L'incontro con il Cristo Risorto è il motivo per cui la Chiesa guidata dallo Spirito Santo entra nel deserto quaresimale. Le Ceneri sono il giorno in cui ci viene indicato il senso di marcia, la direzione del percorso quaresimale, ovvero la misericordia del Padre. Le Ceneri spargono nella nostra testa il senso, il significato della Pasqua ovvero la libertà dalla schiavitù del peccato. Le Ceneri mostrano il senso, l'effetto della morte e risurrezione di Gesù, ovvero il dono della vita di Dio, il fuoco dello Spirito Santo.

### VANGELO DEL MERCOLEDÌ DELLE CENERI

*Dal Vangelo secondo Matteo (Mt 6,1-6.16-18)*

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «State attenti a non praticare la vostra giustizia davanti agli uomini per essere ammirati da loro, altrimenti non c'è ricompensa per voi presso il Padre vostro che è nei cieli. Dunque, quando fai l'elemosina, non suonare la tromba davanti a te, come fanno gli ipòcriti nelle sinagoghe e nelle strade, per essere lodati dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, mentre tu fai l'elemosina, non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra, perché la tua elemosina **resti nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.**

E quando pregate, non siate simili agli ipòcriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e **prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.**

E quando digiunate, non diventate malinconici come gli ipòcriti, che assumono un'aria disfatta per far vedere agli altri che digiunano. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu digiuni, profumati la testa e lavati il volto, perché la gente non veda che tu digiuni, ma **solo il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.**».

### BREVE COMMENTO

*L'obiettivo della Quaresima è tornare o ritornare a vivere alla presenza di Dio Padre e farsi amare da Lui. Per questo il Vangelo per tre volte ci inoltra la posizione del Padre: lì lui ci vede e ci dona la vita perché lui lì dimora, nel segreto, nella "cripta". L'elemosina, la preghiera e il digiuno sono i tre gradini per scendere in questa cripta, nella "Casa del Padre" e ricevere la ricompensa della sua provvidente misericordia, la comunione del Figlio e il dono dello Spirito Santo.*

## INTENZIONI FINO ALLA PRIMA DOMENICA DI QUARESIMA

**ELEMOSINA/CARITÀ:** *la tua mano sinistra non sappia cosa fa la destra.* Scegli qualcuno a te vicino che è nel bisogno a cui “dare una mano”.

**PREGHIERA:** *entra nella tua camera.* Scegli un luogo e uno spazio temporale per pregare per questa persona, ovvero presentare e parlare al Padre di questa persona/situazione. Venerdì, leggi e medita la passione secondo Marco (Mc 14,1-15,47). Prega per il Consiglio Pastorale Diocesano di Venerdì 16 Febbraio. (Puoi utilizzare la Preghiera diocesana).

**DIGIUNO:** *profumati e lavati il volto.* Scegli cosa togliere di brutto e sporco! Il primo digiuno è dal peccato! Venerdì, soprattutto, dedica tempo al perdono.

### SEGNO COMUNITARIO: LA CASA FELICE (il Luogo)

Collocare il modellino della casa in un luogo significativo e visibile dell'aula liturgica o della propria sede. Si può scegliere un momento liturgico particolare per sottolinearne la presenza: processione di ingresso, offertorio, prima della conclusione. Si può accompagnare con una breve monizione didascalica che ne spieghi il motivo e il significato (simbolo di comunione per tutta la diocesi, simbolo di un percorso che si comporrà durante la quaresima, simbolo del progetto diocesano “Casa Felice”, simbolo del “luogo segreto” dove incontrare Dio Padre, simbolo dell'azione di Gesù, simbolo della Casa-Chiesa: verranno esposte a S. Giacomo per la Messa del Crisma).

### GOCCE DI CARITÀ

- ✓ Dona il Tempo per un servizio serale presso l'Ospitale San Giacomo, luogo adibito al pernottamento maschile, dalle 20.30 alle 23.30. Per informazioni contattare la segreteria della Caritas Diocesana dal lunedì al venerdì dalle 9 alle 12 al n. 0742/357337 o [caritas@diocesidifoligno.it](mailto:caritas@diocesidifoligno.it).
- ✓ Domenica 18 Febbraio Colletta Nazionale per gli interventi umanitari e i progetti di pace in Terra Santa

### PROPOSTE DIOCESANE

- Nei venerdì di Quaresima è raccomandato il Digiuno e l'astinenza.
- Inizio del Progetto Casa Felice. È possibile reperire il libretto sul sito della Diocesi [www.diocesidifoligno.it](http://www.diocesidifoligno.it) oppure in parrocchia. Tale strumento verrà distribuito nelle case anche durante le benedizioni delle famiglie.