



SUSSIDIO PER LA QUARESIMA 2024

*Camminerò con cuore integro,  
dentro la mia casa*

Salmo 100, 2

DAL SUSSIDIO "QUARESIMA 2024"

## IV DOMENICA DI QUARESIMA

**Domenica 10 marzo**



### INTRODUZIONE LITURGICA

Nell'austero cammino quaresimale la liturgia in questa domenica ci sorprende invitandoci alla gioia con le parole del profeta Isaia: *Rallegrati, Gerusalemme, e voi tutti che l'amate, riunitevi. Esultate e gioite, voi che eravate nella tristezza: saziatevi dell'abbondanza della vostra consolazione.* (Antifona di ingresso) Il motivo della gioia è come Dio ribalta il male e il peccato dell'uomo con la sua misericordia, fuoco che brucia la nostra miseria, riaprendo al futuro. Il suo intervento di amore ci sollecita ad affrettare il passo verso il compimento della salvezza.

### VANGELO DELLA QUARTA DOMENICA DI QUARESIMA

*Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 3, 14-21)*

In quel tempo, Gesù disse a Nicodèmo: «Come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell'uomo, perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna. Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna. Dio, infatti, non ha mandato il Figlio nel mondo per condannare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui. Chi crede in lui non è condannato; ma chi non crede è già stato condannato, perché non ha creduto nel nome dell'unigenito Figlio di Dio.

E il giudizio è questo: la luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno amato più le tenebre che la luce, perché le loro opere erano malvagie. Chiunque infatti fa il male, odia la luce, e non viene alla luce perché le sue opere non vengano riprovate. Invece chi fa la verità viene verso la luce, perché appaia chiaramente che le sue opere sono state fatte in Dio».

### BREVE COMMENTO

*Nicodemo, uno dei capi religiosi, va da Gesù di notte per parlare con Lui. Il brano del vangelo di oggi è la parte finale del loro dialogo e gioca sui temi della luce e delle tenebre della verità e delle opere malvagie, dell'accoglienza e del rifiuto. Gesù parlando della sua missione usa un'immagine che viene dall'antico testamento: il serpente di bronzo che Mosè fece innalzare per essere guardato da coloro che nel deserto erano stati morsi dai serpenti velenosi. L'innalzamento sulla croce di Gesù è la risposta sconcertante che Dio dà al male del mondo. L'uomo incontra nel Crocifisso il suo salvatore, trova il perdono e la vita eterna.*

*La casa, la famiglia è il luogo dove ogni giorno ci si illumina e ci si riscalda nel focolare dell'amore e del perdono e dove si bruciano le miserie delle incomprensioni.*

## INTENZIONI FINO ALLA QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA

**ELEMOSINA/CARITÀ:** Andare a trovare qualcuno con cui abbiamo avuto contrasti. Cercare insieme le cose che ci uniscono.

**PREGHIERA:** chiedere la grazia di saper perdonare e della riconciliazione con Dio e con i fratelli. (Puoi utilizzare la **Preghiera diocesana**).

**DIGIUNO:** digiunare dalle cattive e velenose parole che feriscono le nostre relazioni.

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

Il camino sopra il tetto indica che nella casa c'è un focolare dove arde un fuoco che la riscalda, la illumina e la rallegra. Dal camino esce il fumo che intossicherebbe l'aria e che non permetterebbe più di respirare. E' acceso il fuoco dell'amore nella nostra casa? Sappiamo far uscire ciò che non ci fa respirare la pace e la concordia?

### GOCCE DI CARITÀ

- ✓ Riconsiderare le proprie responsabilità nei rapporti familiari, affettivi, lavorativi e sociali alla luce dell'opzione non negoziabile dell'onestà e della fedeltà. Solo questa libertà ci farà assaporare la resurrezione e la felicità eterna.
- ✓ Dona il Tempo per un servizio serale presso l'Ospedale 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).

### PROPOSTE DIOCESANE

- Venerdì 15 - sabato 16 marzo: 24h per il Signore: dalle ore 17.30 adorazione eucaristica presso Monastero di S. Lucia. **Venerdì 15 alle ore 21.00 celebrazione penitenziale comunitaria.**
- A cura dell'Unitalsi, Ufficio di Pastorale diocesana della Salute e della Pastorale Giovanile: Sabato 16 - Domenica 17 marzo. *Peregrinatio Mariae* della statua della Madonna di Lourdes. Ore 17.30 Accoglienza presso la cappella dell'ospedale San Giovanni Battista di Foligno e processione verso la chiesa di San Paolo.
- Nelle domeniche di quaresima partecipa alle *"Domeniche del Sì"* organizzate dalla Pastorale Vocazionale. Dalle 19 alle 22 nella Chiesa di Santa Maria Infraportas.



SUSSIDIO PER LA QUARESIMA 2024

*Camminerò con cuore integro,  
dentro la mia casa*

Salmo 100, 2

DAL SUSSIDIO "QUARESIMA 2024"

## IV DOMENICA DI QUARESIMA

**Domenica 10 marzo**



### INTRODUZIONE LITURGICA

Nell'austero cammino quaresimale la liturgia in questa domenica ci sorprende invitandoci alla gioia con le parole del profeta Isaia: *Rallegrati, Gerusalemme, e voi tutti che l'amate, riunitevi. Esultate e gioite, voi che eravate nella tristezza: saziatevi dell'abbondanza della vostra consolazione.* (Antifona di ingresso) Il motivo della gioia è come Dio ribalta il male e il peccato dell'uomo con la sua misericordia, fuoco che brucia la nostra miseria, riaprendo al futuro. Il suo intervento di amore ci sollecita ad affrettare il passo verso il compimento della salvezza.

### VANGELO DELLA QUARTA DOMENICA DI QUARESIMA

*Dal Vangelo secondo Giovanni (Gv 3, 14-21)*

In quel tempo, Gesù disse a Nicodèmo: «Come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell'uomo, perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna. Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna. Dio, infatti, non ha mandato il Figlio nel mondo per condannare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui. Chi crede in lui non è condannato; ma chi non crede è già stato condannato, perché non ha creduto nel nome dell'unigenito Figlio di Dio.

E il giudizio è questo: la luce è venuta nel mondo, ma gli uomini hanno amato più le tenebre che la luce, perché le loro opere erano malvagie. Chiunque infatti fa il male, odia la luce, e non viene alla luce perché le sue opere non vengano riprovate. Invece chi fa la verità viene verso la luce, perché appaia chiaramente che le sue opere sono state fatte in Dio».

### BREVE COMMENTO

*Nicodemo, uno dei capi religiosi, va da Gesù di notte per parlare con Lui. Il brano del vangelo di oggi è la parte finale del loro dialogo e gioca sui temi della luce e delle tenebre della verità e delle opere malvagie, dell'accoglienza e del rifiuto. Gesù parlando della sua missione usa un'immagine che viene dall'antico testamento: il serpente di bronzo che Mosè fece innalzare per essere guardato da coloro che nel deserto erano stati morsi dai serpenti velenosi. L'innalzamento sulla croce di Gesù è la risposta sconcertante che Dio dà al male del mondo. L'uomo incontra nel Crocifisso il suo salvatore, trova il perdono e la vita eterna.*

*La casa, la famiglia è il luogo dove ogni giorno ci si illumina e ci si riscalda nel focolare dell'amore e del perdono e dove si bruciano le miserie delle incomprensioni.*

## INTENZIONI FINO ALLA QUINTA DOMENICA DI QUARESIMA

**ELEMOSINA/CARITÀ:** Andare a trovare qualcuno con cui abbiamo avuto contrasti. Cercare insieme le cose che ci uniscono.

**PREGHIERA:** chiedere la grazia di saper perdonare e della riconciliazione con Dio e con i fratelli. (Puoi utilizzare la **Preghiera diocesana**).

**DIGIUNO:** digiunare dalle cattive e velenose parole che feriscono le nostre relazioni.

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

Il camino sopra il tetto indica che nella casa c'è un focolare dove arde un fuoco che la riscalda, la illumina e la rallegra. Dal camino esce il fumo che intossicherebbe l'aria e che non permetterebbe più di respirare. E' acceso il fuoco dell'amore nella nostra casa? Sappiamo far uscire ciò che non ci fa respirare la pace e la concordia?

### GOCCE DI CARITÀ

- ✓ Riconsiderare le proprie responsabilità nei rapporti familiari, affettivi, lavorativi e sociali alla luce dell'opzione non negoziabile dell'onestà e della fedeltà. Solo questa libertà ci farà assaporare la resurrezione e la felicità eterna.
- ✓ Dona il Tempo per un servizio serale presso l'Ospedale 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).

### PROPOSTE DIOCESANE

- Venerdì 15 - sabato 16 marzo: 24h per il Signore: dalle ore 17.30 adorazione eucaristica presso Monastero di S. Lucia. **Venerdì 15 alle ore 21.00 celebrazione penitenziale comunitaria.**
- A cura dell'Unitalsi, Ufficio di Pastorale diocesana della Salute e della Pastorale Giovanile: Sabato 16 - Domenica 17 marzo. *Peregrinatio Mariae* della statua della Madonna di Lourdes. Ore 17.30 Accoglienza presso la cappella dell'ospedale San Giovanni Battista di Foligno e processione verso la chiesa di San Paolo.
- Nelle domeniche di quaresima partecipa alle *"Domeniche del Sì"* organizzate dalla Pastorale Vocazionale. Dalle 19 alle 22 nella Chiesa di Santa Maria Infraportas.