

# *INCAMMINO VERSO LA PASQUA*



Brevi spunti di preghiera  
sui vangeli feriali della Quaresima

## I SETTIMANA

**LUNEDÌ 6 marzo** - Mt 25,31-46

**Questo è il mio corpo...** che *tu* vedi affamato, malato, straniero... fragile, bisognoso del *tu*o aiuto.

**Sui tuoi passi...** fa' che non sia solo la mia "pancia" a guidare i miei pensieri, le mie azioni.

**MARTEDÌ 7 marzo** - Mt 6,7-15

**Questo è il mio corpo...** che ho ricevuto dal Padre, che Lui conosce e di cui si prende cura

**Sui tuoi passi...** fa' che non sprechi parole, con gli altri e con Te; che ogni giorno io ringrazi chi mi dona il pane quotidiano, che io perdoni quelli con lo condivido.

**MERCOLEDÌ 8 marzo** - Lc 11,29-32

**Questo è il mio corpo...** che parla, oggi, a te. Con un parola che è all'inizio di tutto, *il* segno per la tua fede.

**Sui tuoi passi...** fa' che non siamo sempre in cerca di *altri* segni, mentre potremmo essere noi - come Giona - il segno per gli *altri*!

**GIOVEDÌ 9 marzo** - Mt 7,7-12

**Questo è il mio corpo...** che conosce la bontà con cui un padre nutre il figlio, l'amore con cui ne ascolta il bisogno

**Sui tuoi passi...** fa' che non mi stanchi di cercare e di bussare, nel cammino della fede; fa' che ogni piccolo segno di bontà mi ricordi l'immenso amore del Padre.

**VENERDÌ 10 marzo** - Mt 5,20-26

**Questo è il mio corpo...** che ha patito la violenza ma anche, e prima ancora, gli insulti, gli sputi, le offese, i giudizi

*Sui tuoi passi...* fa' che le mie parole non uccidano il mio prossimo, che la mia rabbia non lo ferisca, che il mio giudizio non lo emargini.

**SABATO 11 marzo** - Mt 5,43-48

**Questo è il mio corpo...** che ti mostra, ti insegna l'amore per i nemici. Che ti indica il Padre, perché tu possa desiderare di imitare Lui, il suo amore per tutti i suoi figli.

*Sui tuoi passi...* fa' che anche noi sappiamo guardare più lontano, fino a non vedere più amici o nemici, ma solo fratelli. Donaci il coraggio dei piccoli passi, dei piccoli gesti, di un saluto al "nemico", mio fratello.

## II SETTIMANA

**LUNEDÌ 13 marzo** - Lc 6,36-38

**Questo è il mio corpo...** che non punta il dito e non condanna; pronto a ricolmare la tua vita di bene, a scuoterla e a pigiarla, perché tu impari sempre più a donarla.

*Sui tuoi passi...* aiutaci a non misurare gli altri sul metro dei nostri giudizi, a donarci a loro come Te, senza misura.

**MARTEDÌ 14 marzo** - Mt 23,1-12

**Questo è il mio corpo...** del Maestro che ti guida, che porta con te il peso della vita; del Fratello più grande, che si è fatto tuo servo.

*Sui tuoi passi...* rendici forti, capaci di portare il peso della tua Parola, con umiltà, senza "scaricarla" sugli altri e senza cercare, per noi, continui riconoscimenti

**MERCOLEDÌ 15 marzo** - Mt 20,17-28

**Questo è il mio corpo...** che si avvia alla Passione, e tiene vicino a sé anche chi cerca, su questa strada, onori e privilegi.

*Sui tuoi passi...* fa' che attendiamo con fiducia, dal Padre, il posto che Lui ci assegna, cercandolo ora nel servizio e nell'umiltà

**GIOVEDÌ 16 marzo** - Lc 16,19-31

**Questo è il mio corpo...** con cui ho condiviso tutto: la fame dei poveri e la tavola dei ricchi; perché a tutti arrivasse la mia parola di vita.

*Sui tuoi passi...* aprimi gli occhi e il cuore, perché veda la povertà di chi mi sta accanto; che ogni tua parola mi spinga ad amarlo.

**VENERDÌ 17 marzo** - Mt 21,33-43. 45

**Questo è il mio corpo...** la pietra scartata, rifiutata, che il Padre ha scelto come testata d'angolo

*Sui tuoi passi...* fa' che la mia vita porti frutto, che io la costruisca fondandola sulla roccia che sei Tu

**SABATO 18 marzo** - Lc 15, 1-3. 11-32

**Questo è il mio corpo...** che si lascia avvicinare da peccatori e pubblicani, che impara - da loro - quanto portino lontano il male e il peccato

*Sui tuoi passi...* fa' che non ci allontaniamo dal nostro vero bene, abbagliati dal bisogno di cose fugaci e non importanti.

<b>III SETTIMANA</b>
----------------------

**LUNEDÌ 20 marzo (Festa di s. Giuseppe)** - Lc 2,41-51

**Questo è il mio corpo...** sa donarsi agli altri, rimanendo con loro, ascoltando e interrogando.

*Sui tuoi passi...* rendici curiosi, attenti a ogni parola che ascoltiamo; pronti a cogliere nei gesti degli altri quello che le parole non dicono; disposti a mostrare, con sincerità, ciò che pensiamo e proviamo.

**MARTEDÌ 21 marzo** - Mt 18, 21-35

**Questo è il mio corpo...** “esperto” del perdono, che risolve e rimette in cammino chi è schiacciato dal suo debito.

*Sui tuoi passi...* fa' che le mie pretese e le mie vendette non soffochino il mio prossimo; la piccolezza del mio amore non rattristi i miei fratelli.

**MERCOLEDÌ 22 marzo** - Mt 5, 17-19

**Questo è il mio corpo...** che porta a compimento ogni parola della Legge

*Sui tuoi passi...* donaci di vincere la propensione a trasgredire le leggi. Fa' che ascoltiamo la tua Parola, col desiderio di maestri e testimoni che ce la rendano credibile.

**GIOVEDÌ 23 marzo** - Lc 11,14-23

**Questo è il mio corpo...** che “libera” quelli che tocca, ridona la parola, la felicità.

*Sui tuoi passi...* fa' che anch'io mi “apra” agli altri, nell'ascolto profondo e nel confronto sincero.

**VENERDÌ 24 marzo** - Mc 12,28-34

**Questo è il mio corpo...** in cui tutto ama Dio, in cui nulla mi separa da ogni altro uomo.

*Sui tuoi passi...* liberami dalle scuse che trovo per non amarti di più; che io non inventi altri “sacrifici” per non amare il mio prossimo.

**Sabato 25 marzo (Annunciazione del Signore)** - Lc 1,26-38

**Questo è il mio corpo...** che mia Madre ha accolto, desiderato e nutrito; che dai suoi gesti ha imparato l'amore di Dio

*Sui tuoi passi...* fa' che non dimentichi che sono figlio, e ho ricevuto tutto quello che sono e che ho. Rendimi grato verso tutti i “sì” che mi fanno vivere.

## IV SETTIMANA

**LUNEDÌ 27 marzo** - Gv 4, 43-54

**Questo è il mio corpo...** desideroso di essere accolto, attento al desiderio di vita e alla seta di salvezza dell'uomo

*Sui tuoi passi...* riconosciamo le ferite, le fragilità del corpo nostro e degli altri. Fa' che, come il padre del bambino, sappiamo intercedere, farci via di salvezza per coloro a cui siamo legati.

**MARTEDÌ 28 marzo** - Gv 5, 1-16

**Questo è il mio corpo...** sempre pronto a compiere il bene, senza rimandare a "un altro giorno".

*Sui tuoi passi...* ravviva nel mio cuore il desiderio di guarire, la volontà di non continuare a cadere nel male peggiore.

**MERCOLEDÌ 29 marzo** - Gv 5, 17-30

**Questo è il mio corpo...** che non solo ti "parla" di Dio, ma *agisce*, lascia un segno concreto nella vita di chi accetta d'incontrarmi.

*Sui tuoi passi...* fa' che non ci scandalizziamo delle tue opere, del tuo modo di agire, del "problema" che Tu ci poni, mostrandoci il Padre.

**GIOVEDÌ 30 marzo** - Gv 5, 31-47

**Questo è il mio corpo...** che c'è, per te! È *presente* e si mostra, a tutta l'umanità, a chiunque mi cerca.

*Sui tuoi passi...* fa' che non temiamo di aprire gli occhi alla tua luce, di scoprirci conosciuti da Te; e da Te messi davanti al nostro prossimo, per accoglierlo e aiutarlo.

**VENERDÌ 31 marzo** - Gv 7, 1-2. 10. 25-30

**Questo è il mio corpo...** che conosce la paura, il bisogno di nascondersi, e la fatica di farsi conoscere in verità

*Sui tuoi passi...* donaci un cuore aperto, capace di riconoscere i segni che Tu compi in me e negli altri, accanto a me.

**SABATO 1° aprile** - Gv 7, 40-53

**Questo è il mio corpo...** che suscita stupore, che parla come mai nessuno ha parlato.

*Sui tuoi passi...* liberami dal giudizio con cui spesso colpisco gli altri e li elimino, prima ancora di conoscerli, di sapere davvero quello che fanno.

<b>V SETTIMANA</b>
--------------------

**LUNEDÌ 3 aprile** - Gv 8, 1-11

**Questo è il mio corpo...** che continuamente si muove, si china, si alza... si libera e si divincola dalle accuse.

*Sui tuoi passi...* Liberami dall'incoerenza, dalla superficialità che giudica; donami la pazienza e il desiderio di capire chi ho davanti, di conoscerlo, di comprenderlo.

*Oppure* - Gv 8, 12-20

**Questo è il mio corpo...** che nessuno può separare dal Padre, né conoscere senza conoscere Lui

*Sui tuoi passi...* fa' che io cammini alla tua luce; liberami dalla triste abitudine al "giudizio facile" nei confronti degli altri.

**MARTEDÌ 4 aprile** - Gv 8,21-30

**Questo è il mio corpo...** più "libero" di quello di chiunque, per camminare sulla strada che il Padre mi indica, sulla strada che non conoscete, perché non conoscete Lui.

*Sui tuoi passi...* Metti in moto il mio corpo "statico", appesantito, incapace di seguirti, disperso nell'inseguire troppi obiettivi, incapace di tracciare un'unica strada a coloro che mi sono affidati, perché io ne abbia cura.

**MERCOLEDÌ 5 aprile** - Gv 8, 31-42

**Questo è il mio corpo...** il corpo del Figlio, l'unico che davvero conosce il Padre; l'unico, davvero libero, che rende liberi quelli che lo accolgono.

*Sui tuoi passi...* liberami dalla presunzione, che mi rende incapace di accogliere un consiglio, una parola buona da chi è più saggio, da chi può arricchirmi con la sua storia e i suoi valori.

**GIOVEDÌ 6 aprile** - Gv 8, 51-59

**Questo è il mio corpo...** che vive una vita che non muore; che ascolta e ridice la parola di vita del Padre.

*Sui tuoi passi...* aiutami a conoscere, sempre più, Te e il Padre; che la mia vita sia una testimonianza e non una menzogna.

**VENERDÌ 7 aprile** - Gv 10, 31-42

**Questo è il mio corpo...** che cerca senza sosta, con le sue opere, di mostrare il Padre; che sfugge alla cattura, finché non giunge "la sua ora".

*Sui tuoi passi...* fa' che accolga la Parola che tu rivolgi a tutti, apertamente, con la *mia* fede e il *mio* cuore.

**SABATO 8 aprile** - Gv 11, 45-56

**Questo è il mio corpo...** con cui mi sono mostrato, in pubblico, a lungo, senza risparmiarmi.

*Sui tuoi passi...* liberami dalla diffidenza, dal sospetto, dai calcoli per il mio tornaconto.