



ARCIDIOCESI RAVENNA-CERVIA
Ufficio per la Pastorale della Famiglia

Sede in Via Canneti, 3, 48123 Ravenna. Cell. 3477622354

Sito: www.pastoralefamiglia.ra.it

E-mail: ufficio@pastoralefamiglia.ra.it



QUARESIMA, TEMPO DI CONVERSIONE PER LA FAMIGLIA

Ogni anno ritorna il tempo di Quaresima, il tempo di una revisione di vita, di una conversione, di una ripresa di impegno e di coerenza nella fede.

Ogni giorno può essere « tempo di conversione », ma abbiamo bisogno di essere richiamati e di avere un momento specifico per meglio concretizzare revisioni e impegni.

La Chiesa offre ogni anno questo tempo mentre prepara il cristiano a vivere in modo pieno e coerente il mistero pasquale, la passione, morte e risurrezione di Gesù, mistero che è al centro di tutta la fede.

(da: Pregare in famiglia, di Giorgio Basadonna)

Il digiuno, la preghiera e l'elemosina, come vengono presentati da Gesù nella sua predicazione (cfr Mt 6,1-18), sono le condizioni e l'espressione della nostra conversione. La via della povertà e della privazione (il digiuno), lo sguardo e i gesti d'amore per l'uomo ferito (l'elemosina) e il dialogo filiale con il Padre (la preghiera) ci permettono di incarnare una fede sincera, una speranza viva e una carità operosa.

(dal messaggio di papa Francesco per la Quaresima 2021)

Dal vangelo di Matteo (6,16-18)

¹⁶ E quando digiunate, non assumete aria malinconica come gli ipocriti, che si sfigurano la faccia per far vedere agli uomini che digiunano. In verità vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa.

¹⁷ Tu invece, quando digiuni, profumati la testa e lavati il volto, ¹⁸ perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo tuo Padre che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

*Il digiuno vissuto come esperienza di privazione porta quanti lo vivono in semplicità di cuore a riscoprire il dono di Dio e a comprendere la nostra realtà di creature a sua immagine e somiglianza, che in Lui trovano compimento. Facendo esperienza di una povertà accettata, chi digiuna si fa povero con i poveri e “accumula” la ricchezza dell'amore ricevuto e condiviso. Così inteso e praticato, il digiuno aiuta ad amare Dio e il prossimo in quanto, come insegna San Tommaso d'Aquino, l'amore è un movimento che pone l'attenzione sull'altro considerandolo come un'unica cosa con sé stessi (cfr Enc. *Fratelli tutti*, 93).*

La Quaresima è un tempo per credere, ovvero per ricevere Dio nella nostra vita e consentirgli di “prendere dimora” presso di noi (cfr Gv 14,23). Digiunare vuol dire liberare la nostra esistenza da quanto la ingombra, anche dalla saturazione di informazioni – vere o false – e prodotti di consumo, per aprire le porte del nostro cuore a Colui che viene a noi povero di tutto, ma «pieno di grazia e di verità» (Gv 1,14): il Figlio del Dio Salvatore.

(dal messaggio di papa Francesco per la Quaresima 2021)

Dal vangelo di Matteo (6, 5-6)

⁵ Quando pregate, non siate simili agli ipocriti che amano pregare stando ritti nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, per essere visti dagli uomini. In verità vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. ⁶ Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera e, chiusa la porta, prega il Padre tuo nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

Nel raccoglimento e nella preghiera silenziosa, la speranza ci viene donata come ispirazione e luce interiore, che illumina sfide e scelte della nostra missione: ecco perché è fondamentale raccogliersi per pregare (cfr Mt 6,6) e incontrare, nel segreto, il Padre della tenerezza.



ARCIDIOCESI RAVENNA-CERVIA
Ufficio per la Pastorale della Famiglia

Sede in Via Canneti, 3, 48123 Ravenna. Cell. 3477622354

Sito: www.pastoralefamiglia.ra.it

E-mail: ufficio@pastoralefamiglia.ra.it



Vivere una Quaresima con speranza vuol dire sentire di essere, in Gesù Cristo, testimoni del tempo nuovo, in cui Dio “fa nuove tutte le cose” (cfr Ap 21,1-6). Significa ricevere la speranza di Cristo che dà la sua vita sulla croce e che Dio risuscita il terzo giorno, «pronti sempre a rispondere a chiunque [ci] domandi ragione della speranza che è in [noi]» (IPt 3,15).

(dal messaggio di papa Francesco per la Quaresima 2021)

Dal libro del profeta Isaia (58, 3b-10)

Ecco, nel giorno del vostro digiuno curate i vostri affari,
angariate tutti i vostri operai.

⁴ Ecco, voi digiunate fra litigi e alterchi
e colpendo con pugni iniqui.

Non digiunate più come fate oggi,
così da fare udire in alto il vostro chiasso.

⁵ E' forse come questo il digiuno che bramo,
il giorno in cui l'uomo si mortifica?

Piegare come un giunco il proprio capo,
usare sacco e cenere per letto,
forse questo vorresti chiamare digiuno
e giorno gradito al Signore?

⁶ Non è piuttosto questo il digiuno che voglio:
sciogliere le catene inique,
togliere i legami del giogo,
rimandare liberi gli oppressi e spezzare ogni giogo?

⁷ Non consiste forse nel dividere il pane con l'affamato,
nell'introdurre in casa i miseri, senza tetto,
nel vestire uno che vedi nudo,
senza distogliere gli occhi da quelli della tua carne?

⁸ Allora la tua luce sorgerà come l'aurora,
la tua ferita si rimarginerà presto.
Davanti a te camminerà la tua giustizia,
la gloria del Signore ti seguirà.

⁹ Allora lo invocherai e il Signore ti risponderà;
implorerai aiuto ed egli dirà: «Eccomi!».
Se toglierai di mezzo a te l'oppressione,
il puntare il dito e il parlare empio,

¹⁰ se offrirai il pane all'affamato,
se sazierai chi è digiuno,
allora brillerà fra le tenebre la tua luce,
la tua tenebra sarà come il meriggio.



ARCIDIOCESI RAVENNA-CERVIA Ufficio per la Pastorale della Famiglia

Sede in Via Canneti, 3, 48123 Ravenna. Cell. 3477622354

Sito: www.pastoralefamiglia.ra.it

E-mail: ufficio@pastoralefamiglia.ra.it



La carità si rallegra nel veder crescere l'altro. Ecco perché soffre quando l'altro si trova nell'angoscia: solo, malato, senz'altro, disprezzato, nel bisogno... La carità è lo slancio del cuore che ci fa uscire da noi stessi e che genera il vincolo della condivisione e della comunione.

La carità è dono che dà senso alla nostra vita e grazie al quale consideriamo chi versa nella privazione quale membro della nostra stessa famiglia, amico, fratello. Il poco, se condiviso con amore, non finisce mai, ma si trasforma in riserva di vita e di felicità. Così avvenne per la farina e l'olio della vedova di Sarepta, che offre la focaccia al profeta Elia (cfr *1 Re* 17,7-16); e per i pani che Gesù benedice, spezza e dà ai discepoli da distribuire alla folla (cfr *Mc* 6,30-44). Così avviene per la nostra elemosina, piccola o grande che sia, offerta con gioia e semplicità.

Vivere una Quaresima di carità vuol dire prendersi cura di chi si trova in condizioni di sofferenza, abbandono o angoscia a causa della pandemia di Covid-19. Nel contesto di grande incertezza sul domani, ricordandoci della parola rivolta da Dio al suo Servo: «Non temere, perché ti ho riscattato» (*Is* 43,1), offriamo con la nostra carità una parola di fiducia, e facciamo sentire all'altro che Dio lo ama come un figlio.

«Solo con uno sguardo il cui orizzonte sia trasformato dalla carità, che lo porta a cogliere la dignità dell'altro, i poveri sono riconosciuti e apprezzati nella loro immensa dignità, rispettati nel loro stile proprio e nella loro cultura, e pertanto veramente integrati nella società» (*FT*, 187).

(dal messaggio di papa Francesco per la Quaresima 2021)

RIFLESSIONI PER LA COPPIA

Da Amoris Laetitia

318. La preghiera in famiglia è un mezzo privilegiato per esprimere e rafforzare questa fede pasquale. Si possono trovare alcuni minuti ogni giorno per stare uniti davanti al Signore vivo, dirgli le cose che preoccupano, pregare per i bisogni famigliari, pregare per qualcuno che sta passando un momento difficile, chiedergli aiuto per amare, rendergli grazie per la vita e le cose buone, chiedere alla Vergine di proteggerci con il suo manto di madre. Con parole semplici, questo momento di preghiera può fare tantissimo bene alla famiglia.

324. Sotto l'impulso dello Spirito, il nucleo familiare non solo accoglie la vita generandola nel proprio seno, ma si apre, esce da sé per riversare il proprio bene sugli altri, per prendersene cura e cercare la loro felicità. Questa apertura si esprime particolarmente nell'ospitalità, incoraggiata dalla Parola di Dio in modo suggestivo: «Non dimenticate l'ospitalità; alcuni, praticandola, senza saperlo hanno accolto degli angeli» (*Eb* 13,2). Quando la famiglia accoglie, e va incontro agli altri, specialmente ai poveri e agli abbandonati, è «simbolo, testimonianza, partecipazione della maternità della Chiesa».

1. In questo periodo quaresimale riusciamo a trovare tempi e modi nuovi per rinnovare la preghiera in famiglia?
2. Quale può essere un digiuno adeguato per una famiglia cristiana del 2021?
3. In questo periodo di distanziamento fisico abbiamo reinventato gesti di carità, di accoglienza, di ascolto per prepararci ad accogliere nella nostra famiglia la speranza del Risorto?
4. Noi sposi siamo chiamati a vivere anche la fecondità spirituale. In quali modi riusciamo ad esprimerla?



ARCIDIOCESI RAVENNA-CERVIA Ufficio per la Pastorale della Famiglia

Sede in Via Canneti, 3, 48123 Ravenna. Cell. 3477622354

Sito: www.pastoralefamiglia.ra.it

E-mail: ufficio@pastoralefamiglia.ra.it



UN INVITO PER I GIOVANI

Nei giorni di Quaresima viene messo a disposizione dalla Diocesi di Bergamo un podcast quotidiano che aprirà la giornata di tutti i giovani rendendoli parte di un percorso e di una riflessione comune.

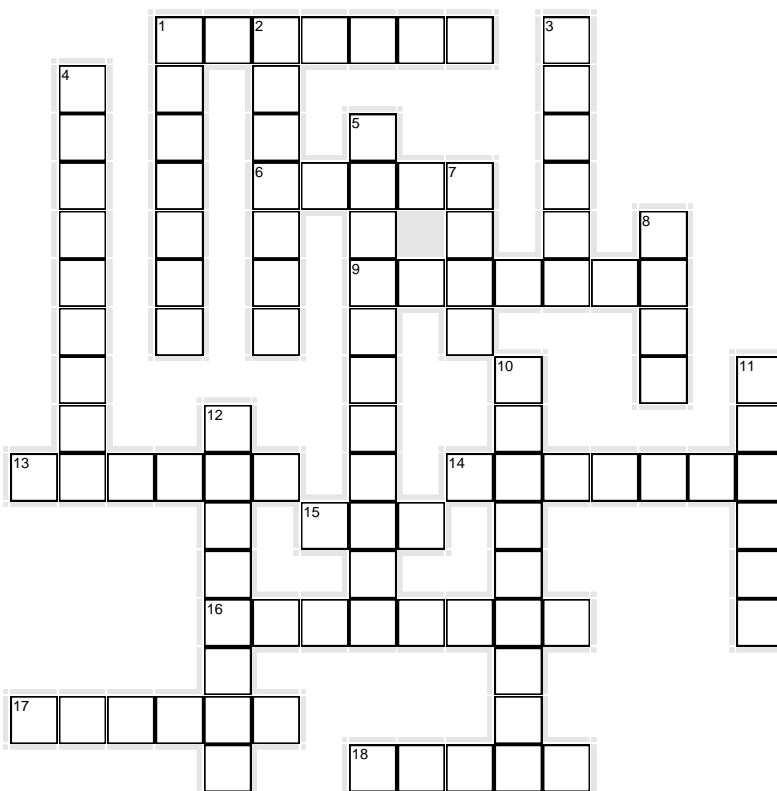
La struttura sarà costante: si aprirà con una breve introduzione e l'invito a mettersi in ascolto del brano di Vangelo del giorno, commentato da una consacrata nei giorni festivi o da un giovane nei giorni feriali. La preghiera si concluderà sempre con alcune strofe del Salmo del giorno e una voce-guida che accompagnerà nei riti di conclusione.

I podcast saranno a disposizione su Spotify, Google Podcast e Apple Podcast cercando il canale Diocesi di Bergamo oppure la playlist "Serviamo la vita".

Oppure al link:

<https://www.qumran2.net/materiale/download.php?id=52144>

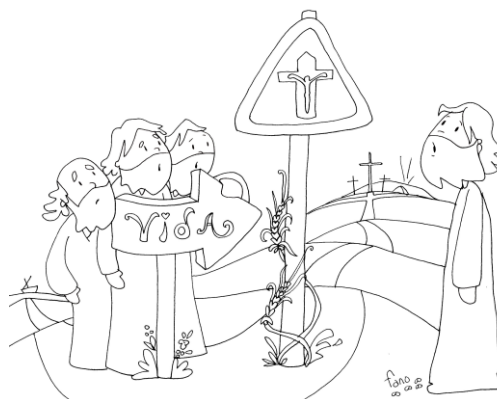
ATTIVITA' PER I BAMBINI: CRUCI-QUARESIMA



EclipseCrossword.com

ORIZZONTALI

1. Lo compie Gesù mentre è nel deserto
6. Colore della Quaresima
9. "Convertitevi e credete al..."
13. Solennità a cui ci prepara la Quaresima
14. Quaranta come i giorni di Gesù nel...
15. Costruisce l'arca per salvarsi dal diluvio
16. Non si canta durante la Quaresima
17. L'amore per Dio e per il prossimo
18. Monte su cui Mosè riceve le tavole della legge





ARCIDIOCESI RAVENNA-CERVIA Ufficio per la Pastorale della Famiglia

Sede in Via Canneti, 3, 48123 Ravenna. Cell. 3477622354

Sito: www.pastoralefamiglia.ra.it

E-mail: ufficio@pastoralefamiglia.ra.it



VERTICALI

1. Quaranta come i giorni del ... universale
2. Il "... Santo", giorno in cui si conclude la Quaresima
3. La usa il sacerdote per cospargerci il capo all'inizio della Quaresima
4. Rinuncia che siamo chiamati a fare come forma di penitenza
5. Il "cambiare strada" richiesto dalla Quaresima
7. Quaranta come gli ... trascorsi dal popolo di Dio nel deserto
8. Colui che guidò il popolo di Israele attraverso il Mar Rosso
10. Durante questo tempo deve diventare più assidua e più intensa
11. Si omette durante le messe di Quaresima
12. Durata in giorni della Quaresima

(di: Miriam Iosue, da Qumran2.net)

PREGHIERA

Ogni sposo prende le mani della sua sposa e le stringe, con la forza e la determinazione che il Signore ci chiede per camminare insieme verso di Lui; ed entrambi, insieme ai propri figli, recitano:

Alla sorgente della nostra famiglia
c'è il nostro amore di uomo e di donna,
ma alla sorgente di questa sorgente c'è il tuo amore o Dio,
il tuo amore di Padre, Figlio e Spirito Santo.
Il tuo amore crea, fonda, ispira e santifica ogni amore umano;
il tuo amore lo rinnova quotidianamente,
lo rende nobile, sincero, generoso, puro, indistruttibile.
Perciò, noi ti preghiamo o Dio:
che il tuo amore alimenti sempre il nostro amore, che la tua luce illumini ogni nostro momento di vita,
che la tua bontà ispiri i nostri sentimenti, che la tua armonia modelli ogni nostro incontro perché siamo
amore l'uno per l'altra
e la nostra vita di coppia
sia sempre nuova, originale, fedele.
Di fronte ai nostri difetti
aiutaci a non essere duri l'uno con l'altra; fa' al contrario che la tua misericordia ispiri la nostra misericordia,
perché sappiamo correggerci e salvarci l'uno con l'altra con quello stesso amore col quale tu ci hai amati e ci
ami ogni giorno.
Amen.

(da: *La gioia di amarsi*, a cura di Carlo Rocchetta)