

SUSSIDIO DI PREGHIERA NEL TEMPO DELLA PROVA

La particolare condizione che stiamo vivendo ci chiede di accogliere l'invito a restare il più possibile a casa permettendoci di riscoprire la gioia di un tempo condiviso. Possiamo trasformare questo momento anche in un tempo privilegiato da dedicare alla preghiera personale e in famiglia.

Con il presente sussidio la Commissione Liturgica Diocesana intende offrire un semplice strumento di vicinanza e di accompagnamento al cammino di fede e di preghiera delle famiglie che sono chiamate a vivere questo delicato momento di prova che coinvolge il monto intero.

Il sussidio è costituito da uno schema di preghiera per la III Domenica di Quaresima; uno schema per la preghiera nei giorni feriali e una preghiera di benedizione per la salvaguardia della salute.

Ci auguriamo che quanto proposto diventi ulteriore occasione per riunirci attorno alla Parola e ravvivare la nostra appartenenza a Cristo e alla Chiesa, nell'attesa comune della liberazione pasquale.

La Commissione Liturgica Diocesana

SCHEMA DI PREGHIERA
PER LA III DOMENICA DI QUARESIMA



Terza Domenica di Quaresima

preghiera in famiglia

la famiglia si ritrova in una stanza della casa intorno ad un tavolo con una candela accesa ed un'immagine di Gesù, o un crocifisso e si apre la Bibbia al "Vangelo secondo Giovanni"

guida la preghiera un adulto

in piedi

guida Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.
tutti **Amen.**

guida Benediciamo il Signore, origine e fonte di ogni bene.
tutti **Iodiamolo ed esaltiamolo nei secoli.**

guida In questa Domenica
i nostri occhi sono rivolti al Signore
perché ristorati dall'acqua della sua Parola
e illuminati dalla luce della nostra fede
possiamo anche noi ricevere uno spirito nuovo.
Riuniti nel suo nome vogliamo anzitutto ringraziarlo
per i momenti belli che abbiamo vissuto in questa settimana.
A lui, nostra roccia e baluardo,
affidiamo le nostre preoccupazioni e le nostre attese.
Invochiamo la sua benedizione su quanti sono provati dal contagio
e su tutti coloro che si stanno adoperando
per la loro salute fisica e spirituale.
Gli chiediamo anche perdono
per i nostri peccati, invocando il dono della Sua misericordia.

si fa un istante di silenzio

guida Signore, che sei la pienezza di verità e di grazia,
abbi pietà di noi.
tutti **Signore, pietà.**

guida Cristo, che mandi il tuo Spirito a creare in noi un cuore nuovo,
abbi pietà di noi.
tutti **Cristo, pietà.**

guida Signore, che fai passare dalla morte alla vita chi ascolta la tua parola,
abbi pietà di noi.
tutti **Signore, pietà.**

guida Il Signore ci doni la sua misericordia
e vegli sul nostro cammino quotidiano.
tutti **Amen.**

durante la lettura del Vangelo qualcuno tiene in mano la candela

Ascoltiamo il Vangelo secondo Giovanni
(Gv 4, 5-15.19b-26.39a.40-42)



In quel tempo, Gesù giunse a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe.

Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere».

I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi.

Allora la donna samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?».

I Giudei infatti non hanno rapporti con i Samaritani.

Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: Dammi da bere!, tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva».

Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo;

da dove prendi dunque quest'acqua viva?

Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?».

Gesù le risponde: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno.

Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna».

«Signore - gli dice la donna -, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua.

Vedo che tu sei un profeta! I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare».

Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre.

Voi adorate ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei.

Ma viene l'ora - ed è questa - in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così infatti il Padre vuole che siano quelli che lo adorano.

Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità».

Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa».

Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con te».

Molti Samaritani di quella città credettero in lui.

E quando giunsero da lui, lo pregavano di rimanere da loro ed egli rimase là due giorni.

Molti di più credettero per la sua parola e alla donna dicevano:

«Non è più per i tuoi discorsi che noi crediamo, ma perché noi stessi abbiamo udito e sappiamo che questi è veramente il salvatore del mondo».

tutti seggono, si sta un po' in silenzio



si può leggere il commento di Papa Francesco alternandosi nella lettura tra i familiari oppure proporre a turno delle risonanze sul brano evangelico

Papa Francesco, *Angelus* della III Domenica di Quaresima, 23 marzo 2014

Il Vangelo di oggi ci presenta l'incontro di Gesù con la donna samaritana, avvenuto a Sicar, presso un antico pozzo dove la donna si recava ogni giorno per attingere acqua. Quel giorno, vi trovò Gesù, seduto, «affaticato per il viaggio».

Egli subito le dice: «Dammi da bere». La semplice richiesta di Gesù è l'inizio di un dialogo schietto, mediante il quale Lui, con grande delicatezza, **entra nel mondo interiore di una persona** alla quale, secondo gli schemi sociali, non avrebbe dovuto nemmeno rivolgere la parola. Ma Gesù lo fa! Gesù non ha paura. **Gesù quando vede una persona va avanti, perché ama. Ci ama tutti.**

Quella di Gesù era sete non tanto di acqua, ma di incontrare un'anima inaridita. Gesù aveva bisogno di incontrare la Samaritana per aprirle il cuore: le chiede da bere per mettere in evidenza la sete che c'era in lei stessa.

La donna rimane toccata da questo incontro: rivolge a Gesù quelle domande profonde che tutti abbiamo dentro, ma che spesso ignoriamo. Anche noi abbiamo tante domande da porre, ma non troviamo il coraggio di rivolgerle a Gesù! **La Quaresima, cari fratelli e sorelle, è il tempo opportuno per guardarcì dentro, per far emergere i nostri bisogni spirituali più veri, e chiedere l'aiuto del Signore nella preghiera.** L'esempio della Samaritana ci invita ad esprimerci così: "Gesù, dammi quell'acqua che mi disseterà in eterno".

Il risultato di quell'incontro presso il pozzo fu che la donna fu trasformata. Era andata a prendere l'acqua del pozzo, e ha trovato un'altra acqua, l'acqua viva della misericordia che zampilla per la vita eterna. **Ogni incontro con Gesù ci cambia la vita, sempre.**

guida Dopo aver accolto il dono della Parola di Dio, innalziamo al Signore la nostra preghiera in comunione con tutte le famiglie che, come noi, si riuniscono per attingere l'acqua della misericordia.

Preghiamo insieme e diciamo:

tutti **Donaci, Signore, l'acqua di salvezza.**

i familiari leggono a turno e ognuno può aggiungere a queste anche una preghiera personale

O Dio, che vieni a visitare la tua Chiesa, assisti il tuo popolo perché trovi in te la sorgente di vita eterna. Preghiamo.

O Dio, che hai incontrato la donna samaritana, vieni ancora nella nostra casa per poterci dissetare del dono della tua presenza. Preghiamo.

O Dio, che parli con noi come ad amici, aumenta la nostra fede perché possiamo godere della gioia di essere cristiani. Preghiamo.

O Dio, che soccorri gli sfiduciati e gli oppressi, assistici in questi giorni di prova perché possiamo continuare a rivolgere a te i nostri occhi. Preghiamo.

O Dio, che ci hai riuniti attorno alla tua Parola, guarda questa nostra famiglia e infondile coraggio e speranza. Preghiamo.

guida Fiduciosi nell'amore di Dio che ascolta la nostra voce
eleviamo al Padre la preghiera che ci è stata consegnata nel Battesimo.

tutti **Padre nostro, che sei nei cieli...**

guida Con la tua continua misericordia, Signore, purifica e rafforza la tua Chiesa,
e, poiché non può sostenersi senza di te, non privarla mai della tua guida.
Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio, che è Dio e vive e regna con te,
nell'unità dello Spirito Santo, per tutti i secoli dei secoli

tutti **Amen.**

guida Il Signore ci benedica e ci protegga.

tutti **Faccia risplendere il suo volto su di noi e ci doni la sua misericordia.**

guida Rivolga su di noi il suo sguardo e ci doni la sua pace.

Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

tutti **Amen.**

la candela si può lasciare accesa e/o portare sulla tavola dove si condividerà il pasto



SCHEMA PER LA PREGHIERA
NEI GIORNI FERIALI

Sussidio per la preghiera in famiglia nei giorni feriali

La famiglia si riunisce in un luogo della casa abitualmente adoperato per la preghiera in famiglia oppure se ne scelga uno della casa adatto al raccoglimento. Si accende una candela e si prega intorno a questa, simbolo di Cristo luce. Può guidare la preghiera un membro della famiglia a turno.

Tutti in piedi si inizia con il segno della croce.

Tutti: Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. Amen

Guida: Benediciamo Dio nostro Padre
e il Signore nostro Gesù Cristo, che ci dona grazia e pace.

Tutti: Benedetto nei secoli il Signore.

Guida: Chiediamo a Dio Padre di aprire
le nostre orecchie e il nostro cuore all’ascolto della sua Parola.
Sia cibo per la nostra anima e sostegno per la nostra vita quotidiana.

Tutti si siedono. Un membro della famiglia proclama uno dei brani sottoindicati oppure il vangelo del giorno.

Lettura biblica:

Mt 7, 24-27 Chiunque ascolta queste mie parole e le mette in pratica, è simile a un uomo saggio che ha costruito la sua casa sulla roccia. Cadde la pioggia, strariparono i fiumi, soffiarono i venti e si abbatterono su quella casa, ed essa non cadde, perché era fondata sopra la roccia. Chiunque ascolta queste mie parole e non le mette in pratica, è simile a un uomo stolto che ha costruito la sua casa sulla sabbia. Cadde la pioggia, strariparono i fiumi, soffiarono i venti e si abbatterono su quella casa, ed essa cadde, e la sua rovina fu grande».

Oppure

Ef 4, 1-6 1 Vi esorto dunque io, il prigioniero nel Signore, a comportarvi in maniera degna della vocazione che avete ricevuto, con ogni umiltà, mansuetudine e pazienza, sopportandovi a vicenda con amore, cercando di conservare l’unità dello spirito per mezzo del vincolo della pace. Un solo corpo, un solo spirito, come una sola è la speranza alla quale siete stati chiamati, quella della vostra vocazione; un solo Signore, una sola fede, un solo battesimo. Un solo Dio Padre di tutti, che è al di sopra di tutti, agisce per mezzo di tutti ed è presente in tutti.

Oppure

Atti 2,42-47 Erano assidui nell'ascoltare l'insegnamento degli apostoli e nell'unione fraterna, nella frazione del pane e nelle preghiere. Un senso di timore era in tutti e prodigi e segni avvenivano per opera degli apostoli. Tutti coloro che erano diventati credenti stavano insieme e tenevano ogni cosa in comune; chi aveva proprietà e sostanze le vendeva e ne faceva parte a tutti, secondo il bisogno di ciascuno. Ogni giorno tutti insieme frequentavano il tempio e spezzavano il pane a casa prendendo i pasti con letizia e semplicità di cuore, lodando Dio e godendo la simpatia di tutto il popolo.

È possibile condividere delle risonanze al testo biblico e, soprattutto in presenza di bambini, può essere opportuno un breve commento illustrativo del brano da parte di un adulto.

Responsorio: (*dal sal 127*)

G. Beato l'uomo che teme il Signore
T. e cammina nelle sue vie.
G. Così sarà benedetto l'uomo che teme il Signore
T. e cammina nelle sue vie.

In piedi tutti

Guida: In questa casa, santuario domestico,
invochiamo insieme la benedizione del Signore.

Si sosta brevemente in silenzio

Guida: Ti benediciamo o Padre,
perché hai voluto che il tuo Figlio fatto uomo
appartenesse a una famiglia umana
con cui ha condiviso gioie e dolori
e si è fatto per noi maestro nella preghiera.
Proteggi questa famiglia e custodiscila
perché sostenuta dalla tua grazia e accompagnata dalla tua Parola
viva nella prosperità, nella salute e nella concordia.
Per Cristo nostro signore

Tutti: Amen

Si conclude con il segno di croce.

PREGHIERA DI BENEDIZIONE
PER LA SALVAGUARDIA DELLA SALUTE

Preghiera di benedizione per la salvaguardia della salute

Il Signore «Gesù durante la sua vita terrena si è fatto medico e medicina degli infermi, trasmettendo agli Apostoli il carisma e il ministero della guarigione (Mc 16, 17-18), come presagio e profezia della liberazione definitiva da ogni lacrima e dolore (cfr Ap 7, 17)». In questo spirito, adattando il formulario della “benedizione per la salvaguardia della salute” alle circostanze attuali, viene offerto alle famiglie questo momento di preghiera perché tutti i membri della famiglia – chiesa domestica – si rivolgano al Signore, per intercessione della Vergine e dei Santi, per chiedergli di salvaguardare la salute di tutti e di aiutarci, nello stesso tempo, a «ricuperare il valore della sofferenza in unione con i patimenti di Cristo (cfr Col 1, 24)».

La famiglia si riunisce nella stanza dove abitualmente ci si ritrova insieme. Viene accesa una candela che è posta dinnanzi ad una icona della Vergine Maria. Un adulto guida la preghiera:

guida tutti Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo
Amen.

guida tutti Dio, autore della vita e dispensatore di ogni bene, sia con tutti voi.
E con il tuo spirito.

guida Dio, nostro Padre, non abbandona i suoi figli
e invita tutti a pregare e operare,
perché in ogni situazione
non manchi mai la fiducia nella sua provvidenza
e il senso cristiano della speranza.

ASCOLTO DELLA PAROLA DI DIO

lettore **Ascoltiamo la Parola di Dio**
dalla seconda lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi *2 Cor 1,3-7*
Dio di ogni consolazione.

Paolo, apostolo di Gesù Cristo per volontà di Dio, e il fratello Timòteo, alla Chiesa di Dio che è a Corinto e a tutti i santi dell'intera Acaia: grazia a voi e pace da Dio Padre nostro e dal Signore Gesù Cristo.

Sia benedetto Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo, Padre misericordioso e Dio di ogni consolazione! Egli ci consola in ogni nostra tribolazione, perché possiamo anche noi consolare quelli che si trovano in ogni genere di afflizione con la consolazione con cui noi stessi siamo consolati da Dio. Poiché, come abbondano le sofferenze di Cristo in noi,

così, per mezzo di Cristo, abbonda anche la nostra consolazione. Quando siamo tribolati, è per la vostra consolazione e salvezza; quando siamo confortati, è per la vostra consolazione, la quale vi dà forza nel sopportare le medesime sofferenze che anche noi sopportiamo. La nostra speranza nei vostri riguardi è salda: sappiamo che, come siete partecipi delle sofferenze, così lo siete anche della consolazione.

Silenzio di interiorizzazione

RESPONSORIO

Sal 33 (34) , 2-3 4-5 8-9

tutti Il Signore è con noi nell'ora della prova

lettore Benedirò il Signore in ogni tempo,
 sulla mia bocca sempre la sua lode.
 Io mi glorio nel Signore,
 ascoltino gli umili e si rallegrino. **T.**

lettore Celebrate con me il Signore,
 esaltiamo insieme il suo nome.
 Ho cercato il Signore e mi ha risposto
 e da ogni timore mi ha liberato. **T.**

lettore Guardate a lui e sarete raggianti,
 non saranno confusi i vostri volti.
 Questo povero grida e il Signore lo ascolta,
 lo libera da tutte le sue angosce. **T.**

lettore L'angelo del Signore si accampa
 attorno a quelli che lo temono e li salva.
 Gustate e vedete quanto è buono il Signore;
 beato l'uomo che in lui si rifugia. **T.**

silenzio

PREGHIERA DEI FEDELI

guida Preghiamo Dio onnipotente, perché ci sostenga
 e ci illumini nella salute e nella malattia, nella gioia e nel dolore
 e in ogni momento della nostra quotidiana fatica.

tutti **Dio, fonte di consolazione, ascoltaci.**

lettore Per tutti i figli di Dio che godono buona salute,
perché facciano un uso saggio e generoso
di questo prezioso dono, preghiamo. T.

lettore Per coloro che sono gravemente infermi,
perché avvertano accanto a sé la presenza di Cristo,
medico e fratello nel dolore,
e per tutti quelli che si dedicano al servizio dei malati,
perché siano efficaci collaboratori
della scienza e della provvidenza, preghiamo. T.

lettore Per tutti coloro che, impauriti dal contagio,
non vivono più serenamente gli impegni quotidiani,
perché, pur nell'osservanza scrupolosa
delle norme igieniche indicate, ritrovino serenità interiore
manifestando l'amore con altri gesti
di affetto e solidarietà, preghiamo.

lettore Per tutti i cristiani che vivono in Italia,
perché il necessario temporaneo astenersi
dalla convocazione liturgica domenicale
non sia motivo di scoraggiamento
ma si mantenga viva nella preghiera la dimensione ecclesiale
di lode e di intercessione che si compie in Cristo Gesù Capo,

lettore Per la nostra famiglia e per tutte le famiglie che, come noi,
sperimentano il desiderio di ritrovarsi insieme
a celebrare l'eucarestia in parrocchia:
perché la preghiera che sgorga dal focolare domestico,
specialmente la liturgia delle Ore,
sia motivo di lode continuativa a Dio
ed esprima il senso e la gioia dell'esistenza quotidiana, preghiamo.

tutti **Padre nostro che sei nei cieli...**

PREGHIERA DI BENEDIZIONE

Guida Noi ti rendiamo grazie, Dio onnipotente,
che hai creato l'uomo per la gioia e la vita immortale,
e con l'opera redentrice del tuo Figlio
lo hai liberato dalla schiavitù del peccato, radice di ogni male.

Tu ci doni la certezza
che un giorno sarà asciugata ogni lacrima
e ricompensata ogni fatica sostenuta per il tuo amore.
Benedici noi tuoi figli,
che nella piena adesione alla tua volontà
ti invochiamo mediante l'intercessione
della Tutta Santa, La Madre di Dio
e dei santi Francesco d'Assisi e Caterina da Siena, patroni d'Italia,
perché, liberati dal contagio del coronavirus
e confermati dalla grazia del tuo Spirito,
glorifichiamo in parole e opere il tuo santo nome.
Per Cristo nostro Signore.

tutti **Amen.**

guida Il Signore ci benedica e ci custodisca tutti nel suo amore.

tutti **Amen.**