

Nel pensare questo piccolo sussidio di accompagnamento del nostro cammino di conversione, ci siamo lasciati guidare dal Messaggio per la Quaresima di Papa Francesco, dal titolo «Attraverso il deserto Dio ci guida alla libertà». In esso, il Papa ripropone l'esperienza dell'esodo del popolo ebraico, che, ricevute da Dio le dieci parole, si incammina nel deserto, percorrendo una **via di libertà**, un **cammino di liberazione**.

Come Israele nelle difficoltà dell'esodo rimpiange la condizione di schiavitù e mormora contro Mosè e il cielo, così anche noi oggi ci portiamo dentro dei **legami che ci opprimono e che siamo chiamati ad abbandonare**. Infatti, dice Papa Francesco, «sebbene col battesimo la nostra liberazione sia iniziata, rimane in noi una inspiegabile nostalgia della schiavitù. È come un'attrazione verso la sicurezza delle cose già viste, a discapito della libertà».

La **Quaresima** può essere allora vista come il luogo propizio, **il deserto**, nel quale Dio continua a parlarci invitandoci anche oggi ad abbandonare le nostre schiavitù. Per procedere, però, il primo passo è **vedere la realtà**, ossia prendere coscienza dei nostri legami che ci rendono insensibili alle sofferenze degli altri, ci dividono, ci rubano uno sguardo fiducioso e ricco di speranza sul futuro, ci fanno negare la fraternità universale. E' il «Faraone» che ci portiamo dentro, che «spegne i sogni e fa sembrare imm modificabile un mondo in cui la dignità è calpestata».

Il secondo passo poi è l'azione. La Quaresima è **tempo anche di agire**. An-

che fermarsi è agire. Fermarsi in preghiera per accogliere la Parola di Dio e fermarsi alla presenza del fratello ferito.

Gli impegni quotidiani, orientati alla **preghiera**, al **digiuno** ed all'**elemosina**, ci aiuteranno, giorno dopo giorno, ad allontanare ciò che ci opprime e ad allentare gli attaccamenti che ci imprigionano.

Avviamoci su questa strada al termine della quale, con tutte le nostre debolezze e fragilità, saremo accolti dalla infinita misericordia di Dio. Vivremo comunitariamente la **celebrazione del Sacramento del Perdono mercoledì 27 marzo, alle ore 19.00** nella chiesa della B.V. del Carmine.

15 giovedì

Compio le mie responsabilità quotidiane con entusiasmo.

16 venerdì

Digiuno dai pregiudizi che mi chiudono agli altri.

17 sabato

Nella preghiera ringrazio Dio per i tanti doni che rendono meravigliosa la mia vita.

18 domenica

I
QUARESIMA

14 mercoledì

Mi impegno con serietà nel cammino di conversione quaresimale.

19 lunedì

Non seguirò le luci false del pregiudizio.

20 martedì

Vigilo sulle parole e il tono di voce che uso nelle mie conversazioni.

21 mercoledì

Nel silenzio di una chiesa mi prendo un po' di tempo per stare con Gesù.

22 giovedì

Compio un gesto di carità verso qualcuno che ha bisogno del mio aiuto.

23 venerdì

Mangio ciò che viene messo in tavola senza lamentarmi, grato per ciò che posso avere.

24 sabato

Mi sforzo di accettare una persona con cui mi è difficile convivere.

25 domenica

II
QUARESIMA

26 lunedì

Rifletto sulla mia ipocrisia e il mio bisogno di apparire davanti agli altri.

27 martedì

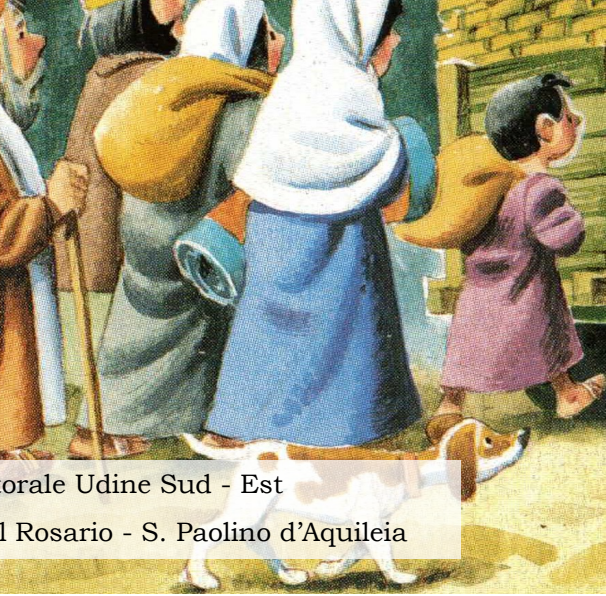
Evito le inutili discussioni e cerco il dialogo.

28 mercoledì

Leggo un brano di Vangelo per conoscere di più Gesù.

29 giovedì

Nella preghiera chiedo a Dio di aiutarmi a cambiare in quell'atteggiamento che non mi piace.



Collaborazione Pastorale Udine Sud - Est
B.V. del Carmine - B.M.V. del Rosario - S. Paolino d'Aquileia

4**lunedì**

Proteggero
e aiuterò
una persona
anziana.

5**martedì**

Chiedo al Signore
mani per sostenere
e braccia
per abbracciare.

6**mercoledì**

Nel confronto
con gli altri
lascio spazio
alle loro idee diverse.

7**giovedì**

Nella preghiera
ringrazio Dio per il
dono delle persone
meravigliose che mi
ha posto accanto.

11**lunedì**

Sopporto
con pazienza
chi non mi è
simpatico.

12**martedì**

Perdono
un'offesa
ricevuta.

13**mercoledì**

Riconosco che siamo
tutti figli di Dio,
perciò realmente
fratelli e sorelle.

14**giovedì**

Nel silenzio,
recito con fede
il Padre nostro.

18**lunedì**

Rispondo
con un gesto
di riconciliazione
a chi mi ha offeso.

19**martedì**

Faccio visita
ad una persona sola,
portandole
un po' di gioia.

20**mercoledì**

Mi lascio interrogare
dalle ingiustizie e dalle
sofferenze che vedo
intorno a me.

21**giovedì**

Leggo un brano
di Vangelo
e rifletto sul mio
comportamento.

25**lunedì**

Guardando a Gesù,
porto le mie
piccole croci
senza lamentarmi.

26**martedì**

Rinuncio a qualcosa
che mi interessa,
pensando a chi non
può permetterselo.

27**mercoledì**

Mi impegno
con serietà
a resistere
al male.

28**giovedì**

Accolgo in me
lo stile di servizio
e di umiltà
che Gesù propone.

8**venerdì**

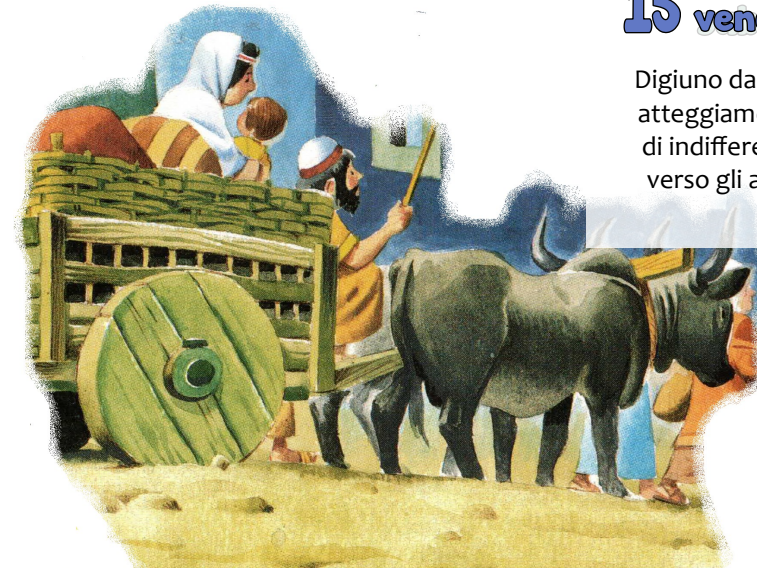
Rinuncio al superfluo
per donare qualcosa
a chi
ne ha bisogno.

9**sabato**

Sto vicino ad un amico
che vive una
particolare situazione
di sofferenza.

**15****venerdì**

Digiuno dal mio
atteggiamento
di indifferenza
verso gli altri.

**16****sabato**

Vivo
con senso
di responsabilità
verso il creato.

17**domenica****V****QUARESIMA****22****venerdì**

Digiuno
da chiacchiere
e maldicenze.

**23****sabato**

Sto dalla parte
di chi è solo
o emarginato.

24**domenica****LE PALME****PASQUA****29****venerdì**

Davanti al Crocifisso
chiedo a Gesù la forza
di seguire i suoi
insegnamenti.

31**domenica****SANTA****PASQUA****30****sabato**

Mantengo
un'atmosfera
di silenzio
e preghiera.



Camminiamo insieme verso il Perdono

**QUARESIMA 2024**