

Diocesi di Sulmona-Valva

Quaresima 2021



Sussidio



S.E. MONS. MICHELE FUSCO

Vescovo di Sulmona-Valva

Sulmona, 17 Febbraio 2021

Carissimi Sacerdoti, Religiosi, Religiose e laici,

vi invio questa proposta per la Quaresima. Sono suggerimenti che potranno esservi di aiuto nel cammino quaresimale parrocchiale. La proposta parte dalle letture della domenica dell'anno B che porta come obiettivo quello di aiutarci a percorrere un itinerario per riscoprire il nostro essere figli di Dio.

Per ogni settimana c'è una introduzione legata alla Parola domenicale, un brano del messaggio del Papa per la Quaresima, una proposta alle parrocchie, una proposta alle famiglie, un testimone e una intenzione di preghiera vocazionale.

Ho voluto dare per ogni settimana della Quaresima una particolare attenzione:

Prima di Quaresima: **SETTIMANA DELLA PAROLA**

Seconda di Quaresima: **SETTIMANA DEL CREATO**

Terza di Quaresima: **SETTIMANA DELLA RICONCILIAZIONE**

Quarta di Quaresima: **SETTIMANA DELLA CARITÀ E FRATERNITÀ**

Quinta di Quaresima: **SETTIMANA DELLA MISSIONE**

Auguro a voi e a tutte le comunità un buon cammino di Quaresima.

✠ MICHELE FUSCO
Vescovo

Calendario

OGNI SETTIMANA

- ✚ Giovedì: Adorazione Eucaristica
- ✚ Giovedì: Piattaforma webex - ore 21,00
Commento alla Parola della domenica del Vescovo
- ✚ Venerdì: Via Crucis
- ✚ Venerdì: Percorso per i Fidanzati

27 febbraio: San Gabriele dell'Addolorata

28 febbraio: ore 16.00 incontro formazione di Azione Cattolica

4 marzo: Preghiera per le vittime della pandemia, Conferenze Episcopali dell'Europa

12 - 13 marzo: 24 ore per il Signore

14 marzo: Domenica della Carità: Progetto "A MANI TESE"

14 marzo: Via Crucis Confraternite

19 marzo: San Giuseppe

21 marzo: Via Crucis Giovani

24 marzo: Digiuno per i Martiri Missionari

25 marzo: Festa dell'Annunciazione

27 marzo: Giornata della Pace, Azione cattolica Diocesana

31 marzo: Messa Crismale

2 aprile: Raccolta Terra Santa

4 aprile: Pasqua

INCONTRO DEL VESCOVO CON I SACERDOTI DELLE FORANIE DALLE 9.30 ALLE 12.00

24 febbraio: Castel di Sangro

2 marzo: Sulmona

9 marzo: Popoli e Corfinio

16 marzo: Introdacqua

ESSERE FIGLI NEL FIGLIO

Il percorso Quaresimale delle letture bibliche domenicali del ciclo B coinvolge chi è già battezzato perché avverta il bisogno e il desiderio di **ritrovare, nella verità e nella novità, il suo rapporto personale con il Signore Gesù, e in Lui, la sua identità di figlio** insieme a tutta la comunità cristiana. Il tempo di Quaresima è il tempo propizio per riscoprirci figli di Dio. Mediante la sua Parola e l'Eucaristia, celebrata e testimoniata, ci mettiamo in ascolto e in cammino verso il luogo dell'amore divino: il Golgota.

La Quaresima è un tempo per riscoprire l'amore di Dio che si manifesta nell'Alleanza con Israele e che culmina nell'evento cristologico della Croce, alleanza perfetta ed eterna. Tale cammino di conoscenza del Signore trova proprio nell'evento della Croce, solennemente grave, il suo punto centrale e il suo scopo.

Ogni Domenica (Pasqua settimanale) noi facciamo questa esperienza ma ogni anno **ci mettiamo in cammino per "40 giorni" affinché "diventiamo quello che siamo"**, attraverso il nostro impegno di ascolto, di preghiera, di penitenza, di carità, fino a celebrarlo solennemente la Notte di Pasqua.

DAL MESSAGGIO DI PAPA FRANCESCO PER LA QUARESIMA 2021

"Nel percorrere il cammino quaresimale, che ci conduce verso le celebrazioni pasquali, ricordiamo Colui che «umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e a una morte di croce» (Fil 2,8). In questo tempo di conversione rinnoviamo la nostra fede, attingiamo l'«acqua viva» della speranza e riceviamo a cuore aperto l'amore di Dio che ci trasforma in fratelli e sorelle in Cristo. Nella notte di Pasqua rinnoveremo le promesse del nostro Battesimo, per rinascere uomini e donne nuovi, grazie all'opera dello Spirito Santo. Ma già l'itinerario della Quaresima, come l'intero cammino cristiano, sta tutto sotto la luce della Risurrezione, che anima i sentimenti, gli atteggiamenti e le scelte di chi vuole seguire Cristo. 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."

PER VIVERE IN FAMIGLIA LA QUARESIMA "ANGOLO DELLA PREGHIERA"

Consigliamo di dedicare un "angolo" particolare della casa alla preghiera. Basta predisporre su di un mobile o tavolino qualche piccolo segno (una croce, un'icona, una Bibbia, un cero). Si può scegliere un giorno settimanale per un momento di preghiera, oppure prima dei pasti quando c'è tutta la famiglia, in particolare la domenica.

Proposta per la carità: Un salvadanaio dove raccogliere, anche piccoli risparmi. Abbiamo digiunato o rinunciato a qualche cosa? Il corrispettivo lo poniamo nel salvadanaio che possiamo portare in Parrocchia il 14 marzo giornata della Carità o il Venerdì santo.

PER LA COMUNITÀ PARROCCHIALE

Ogni settimana proporre (o valorizzare dove già si propone) il giovedì l'adorazione Eucaristica e il venerdì la via Crucis.

OGNI SETTIMANA CI ACCOMPAGNERÀ UN TESTIMONE DELLA FEDE.

INTENZIONE DI PREGHIERA A CURA DELL'UFFICIO DIOCESANO VOCAZIONI.

DIGIUNO E ASTINENZA

Cosa significa digiunare e astenersi dalle carni? Il tempo di Quaresima è certamente il tempo propizio per tornare all'essenziale: tornare a comprendere il centro della nostra vita, Gesù Cristo. Per vivere questo incontro siamo chiamati ad eliminare tutto ciò che in effetti è un superfluo. La Scrittura ci dice che *non di solo pane vive l'uomo*, cioè egli è chiamato non solo a preoccuparsi delle cose terrene, utilissime e giustissime, ma a volgere la propria mente e il cuore a Dio. Questa è la natura del digiuno e dell'astinenza. Spesso intendiamo questi due aspetti della fede al cibo, ma non basta: bisogna digiunare in primo luogo dal commettere il peccato e astenersi dal fare il male. Perciò in questo tempo siamo chiamati a conoscere, e perseguire, tutti quegli stili di vita che ci allontanano dal vivere l'amore verso Dio e verso il prossimo.

I DOMENICA (21-27 FEBBRAIO): RICONOSCERSI FIGLI

Gn 9,8-15; 1Pt 3,18-22; Mc 1,12-15

La domanda che ci poniamo nel corso di queste domeniche, e perciò in tutto il tempo liturgico, è questa: **Gesù chi sei? Cosa dici di te stesso?** Egli non solo risponde al nostro interrogativo ma permette, mediante la sua identità, di cogliere la nostra identità che assume il sapore di una dignità divina. **Gesù si scopre Figlio di Dio soprattutto nell'annunciare il Regno di Dio;** tale annuncio rende attuale, e ancor più vicina, **all'alleanza che YHWH stipula con Israele,** da Noè e in seguito ripetuta con gli altri patriarchi, re e profeti. **Tale dignità filiale di Cristo si rivela eredità per ogni credente mediante il dono sublime del battesimo.** Attraverso il segno dell'acqua anche noi diveniamo figli nel Figlio e per questo annunciatori dell'amore e delle meraviglie di Dio.

DAL MESSAGGIO DI PAPA FRANCESCO PER LA QUARESIMA 2021

*“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).”*

“Nella Quaresima, stiamo più attenti a «dire parole di incoraggiamento, che confortano, che danno forza, che consolano, che stimolano, invece di parole che umiliano, che rattristano, che irritano, che disprezzano» (Enc. Fratelli tutti [FT], 223).”

PER LA COMUNITÀ PARROCCHIALE: SETTIMANA DELLA PAROLA

Dare risalto alla Parola di Dio mediante un addobbo particolare dell'ambone (con solo verde si fanno degli addobbi fantastici!); usare l'evangelario riservandogli una particolare venerazione. Si propone la lectio divina o una liturgia della Parola. Sensibilizzare i fedeli a riprendere in mano il testo della Bibbia.

PER VIVERE IN FAMIGLIA LA QUARESIMA

In casa, dopo aver preparato il nostro luogo della preghiera, che ci accompagnerà per tutto il tempo liturgico, diamo risalto alla Parola di Dio. Si potrebbe leggere il Vangelo di questa domenica e scegliere una frase da vivere insieme.

Attenzione! Il giovedì sera alle 21.00 il nostro vescovo Michele commenta la Parola di Dio che ascolteremo la domenica successiva.

TESTIMONE DELLA SETTIMANA: San Gabriele dell'Addolorata <https://youtu.be/vHYY2IssUc8>

MONASTERO INVISIBILE: Gli educatori e direttori spirituali

II DOMENICA (28 FEBBRAIO – 6 MARZO):

RICONOSCERSI AMATI

Gn 22,1-2.9a 10-13.15-18; Rm 8,31b-34; Mc 9,2-10

L'amore di Dio si riconosce in maniera sublime, reale e piena nell'evento della Passione, Morte e Risurrezione di Gesù. La Trasfigurazione, perciò, s'inserisce in questo filone. L'evento di Gesù, tuttavia, non solo è il culmine della rivelazione divina ma anche sintesi; perciò la storia di Abramo, e dell'intero Israele, è da rivedere come prefigurazione del tempo escatologico di Cristo. A capire questo ci aiuta San Paolo che nel rileggere la vita di ogni giorno mediante il linguaggio della Croce, strumento d'amore, permette di scorgere la presenza di Dio nella vita di ciascuno.

DAL MESSAGGIO DI PAPA FRANCESCO PER LA QUARESIMA 2021

“Nell'attuale contesto di preoccupazione in cui viviamo e in cui tutto sembra fragile e incerto, parlare di speranza potrebbe sembrare una provocazione. Il tempo di Quaresima è fatto per sperare, per tornare a rivolgere lo sguardo alla pazienza di Dio, che continua a prendersi cura della sua Creazione, mentre noi l'abbiamo spesso maltrattata (cfr Enc. Laudato si', 32-33.43-44). È speranza nella riconciliazione, alla quale ci esorta con passione San Paolo: «Lasciatevi riconciliare con Dio» (2 Cor 5,20). Ricevendo il perdono, nel Sacramento che è al cuore del nostro processo di conversione, diventiamo a nostra volta diffusori del perdono: avendolo noi stessi ricevuto, possiamo offrirlo attraverso la capacità di vivere un dialogo premuroso e adottando un comportamento che conforta chi è ferito. Il perdono di Dio, anche attraverso le nostre parole e i nostri gesti, permette di vivere una Pasqua di fraternità.”

PER LA COMUNITÀ PARROCCHIALE: SETTIMANA DEL CREATO

Si potrà preparare un'adorazione eucaristica tenendo presente la bellezza dell'evento della trasfigurazione che si ripresenta nel creato. S'invitano i sacerdoti a preparare un gesto concreto di attenzione alla creazione.

PER VIVERE IN FAMIGLIA LA QUARESIMA

Fare esperienza di famiglia mediante una giornata dedicata completamente alla famiglia a contatto con il creato. Tale esperienza dovrà essere sinonimo di quella gioia pasquale di cui, come battezzati, siamo già investiti. Non dimentichiamo che l'esperienza di relazione familiare è sinonimo della stessa relazione trinitaria (dedita all'amore oblativo e perciò carica dei frutti dello spirito).

TESTIMONE DELLA SETTIMANA: San Francesco d'Assisi <https://youtu.be/DZAj5BABctU>

MONASTERO INVISIBILE: Cultori dell'ecologia

III DOMENICA (7 – 13 MARZO):
CRISTO È IL VERO TEMPIO, LUOGO DI RELAZIONE CON DIO
Es 20,1-17; 1Cor 1,22-25; Gv 2,13-25

Cristo è il vero tempio, vale a dire il luogo, dove poter conoscere e incontrare Dio. Comprendere il Cristo, o per meglio dire il Crocifisso/Risorto come il vero Tempio, permette di rileggere anche la Legge, che con il tempio è simbolo della fede giudaica, mediante una luce nuova. Con San Paolo possiamo così acclamare: le cose vecchie sono passate e stanno nascendo di nuove.

DAL MESSAGGIO DI PAPA FRANCESCO PER LA QUARESIMA 2021

“La samaritana, alla quale Gesù chiede da bere presso il pozzo, non comprende quando Lui le dice che potrebbe offrirle un’“acqua viva” (Gv 4,10). All’inizio lei pensa naturalmente all’acqua materiale, Gesù invece intende lo Spirito Santo, quello che Lui darà in abbondanza nel Mistero pasquale e che infonde in noi la speranza che non delude. Già nell’annunciare la sua passione e morte Gesù annuncia la speranza, quando dice: «e il terzo giorno risorgerà» (Mt 20,19). Gesù ci parla del futuro spalancato dalla misericordia del Padre. Sperare con Lui e grazie a Lui vuol dire credere che la storia non si chiude sui nostri errori, sulle nostre violenze e ingiustizie e sul peccato che crocifigge l’Amore. Significa attingere dal suo Cuore aperto il perdono del Padre.”

“A volte, per dare speranza, basta essere «una persona gentile, che mette da parte le sue preoccupazioni e le sue urgenze per prestare attenzione, per regalare un sorriso, per dire una parola di stimolo, per rendere possibile uno spazio di ascolto in mezzo a tanta indifferenza (ibid., 224).”

PER LA COMUNITÀ PARROCCHIALE: SETTIMANA DELLA RICONCILIAZIONE

Si propone la celebrazione della liturgia penitenziale comunitaria valorizzando l’iniziativa delle 24 ore per il Signore (12-13 marzo)

PER VIVERE IN FAMIGLIA LA QUARESIMA

Vivere il sacramento della riconciliazione. Un aspetto importante è vivere la carità mediante lo spendersi completamente per l’altro. Si potrebbe creare un piccolo momento di condivisione di come sta andando il periodo quaresimale (o altro) e concluderlo con un piccolo momento di famiglia per la metà quaresima. Si propone una serata nella quale ogni membro della famiglia possa comunicare a tutti le qualità positive dell’altro. Poi ringraziare insieme il Signore. In occasione dell’8 marzo non dimentichiamo di porre attenzione al dono della presenza della donna in famiglia.

TESTIMONE DELLA SETTIMANA: Beata Chiara Luce Badano <https://youtu.be/LK5YBz87BX4>

MONASTERO INVISIBILE: Per le donne

IV DOMENICA (14 – 20 MARZO): NEL FIGLIO SIAMO SALVATI

2 Cr 36,14-16.19-23; Ef 2,4-10; Gv 3,14-21

La Croce di Cristo è lo strumento d'amore che ci fa comprendere chi è Dio e ci dona la strada per raggiungerlo, o meglio dire seguirlo. Prendere la nostra Croce permette di risorgere con Lui e sedere nei Cieli, vale a dire ci fa cittadini del Cielo. Perciò se Israele rompe l'alleanza, il Signore Gesù inaugura un tempo nuovo che apre alla vita eterna.

DAL MESSAGGIO DI PAPA FRANCESCO PER LA QUARESIMA 2021

*“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).”***

PER LA COMUNITÀ PARROCCHIALE: SETTIMANA DELLA CARITÀ E FRATERNITÀ

Progetto “A MANI TESE” finalizzato alla creazione di un fondo di solidarietà per realizzare percorsi d'inclusione lavorativa. Sensibilizzazione al progetto Caritas diocesano: A MANI TESE. Attivare le Caritas parrocchiali per “raccontare” il progetto della diocesi. Durante la novena a San Giuseppe meditare la lettera di Papa Francesco: *Patris Corde*

PER VIVERE IN FAMIGLIA LA QUARESIMA

Gioco della fraternità: scambiarsi il perdono reciprocamente, a conclusione del momento il papà dà la benedizione a tutta la famiglia, con il pollice segna una croce sulla fronte di tutti.

TESTIMONE DELLA SETTIMANA: **San Giuseppe** <https://youtu.be/FC1vk3-r5Gc>

MONASTERO INVISIBILE: **Per la famiglia**

V DOMENICA (21- 28 MARZO):
IL CHICCO DI GRANO, IDENTITÀ DEL SALVATO
Ger 31,31-34; Eb 5,7-9; Gv 12,20-33

Siamo ormai prossimi all'evento della Pasqua, scorgiamo davanti la bella città di Gerusalemme. È vicino l'evento della nostra salvezza. Esso è tempo che apre al nuovo, o per meglio dire all'alleanza nuova. Tale alleanza trova la sua forza dall'obbedienza del Figlio che è causa di salvezza eterna per tutti coloro che gli obbediscono. Cristo, così come ci dice la Lettera agli Ebrei, imparò l'obbedienza, sinonimo d'amore, dalle cose che patì; noi, uomini e donne dell'oggi moderno, siamo invitati a vivere ogni giorno la nostra chiamata e il nostro impegno alla santità.

DAL MESSAGGIO DI PAPA FRANCESCO PER LA QUARESIMA 2021

“Cari fratelli e sorelle, ogni tappa della vita è un tempo per credere, sperare e amare. Questo appello a vivere la Quaresima come percorso di conversione, preghiera e condivisione dei nostri beni, ci aiuti a rivisitare, nella nostra memoria comunitaria e personale, la fede che viene da Cristo vivo, la speranza animata dal soffio dello Spirito e l'amore la cui fonte inesauribile è il cuore misericordioso del Padre.

Maria, Madre del Salvatore, fedele ai piedi della croce e nel cuore della Chiesa, ci sostenga con la sua premurosa presenza, e la benedizione del Risorto ci accompagni nel cammino verso la luce pasquale.”

PER LA COMUNITÀ PARROCCHIALE: SETTIMANA DELLA MISSIONE

Mettere in luce l'aspetto dell'ascolto come tempo propedeutico di salvezza. Il 24 marzo si celebra la giornata dei missionari martiri (testimoni di ascolto della Parola e di annuncio incondizionato) il 25, invece, la solennità dell'Annunciazione, festa dell'ascolto fecondo. Si suggerisce lo schema della Via Crucis per i martiri missionari che si trova nell'opuscolo Missio.

PER VIVERE IN FAMIGLIA LA QUARESIMA

Come spendersi per gli altri? Questa è missione! Guardarsi intorno: nel condominio, nella famiglia più ampia, tra i vicini; qualcuno può aver bisogno di un sostegno. Come posso essere missione nel mio ambiente?

TESTIMONE DELLA SETTIMANA: Sant'Oscar Romero <https://youtu.be/zDWwhcDXNmM>

MONASTERO INVISIBILE: Per i missionari

