

MERCOLEDÌ DELLE CENERI

5 MARZO 2025

L'UNICO COMBATTIMENTO NECESSARIO

Rinunciare alle cose della terra

Nel nome del Padre del Figlio e dello Spirito Santo

■ Dal Salmo 50

*Pietà di me, o Dio, nel tuo amore;
nella tua grande misericordia
cancella la mia iniquità.
Lavami tutto dalla mia colpa,
dal mio peccato rendimi puro.*

■ Dal Vangelo secondo Matteo (6,1-6.16-18)

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:

«State attenti a non praticare la vostra giustizia davanti agli uomini per essere ammirati da loro, altrimenti non c'è ricompensa per voi presso il Padre vostro che è nei cieli. E quando digiunate, non diventate malinconici come gli ipocriti, che assumono un'aria disfatta per far vedere agli altri che digiunano. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu digiuni, profumati la testa e lavati il volto, perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà».

■ Meditiamo

Il Vangelo inizia ricordando l'elemosina e termina invitando al digiuno. In mezzo c'è la preghiera. È proprio questo il punto di partenza. La Quaresima chiede **spazi di silenzio** nei quali possa risuonare l'eterna Parola, invita ad una più attiva e consapevole partecipazione alla vita sacramentale per ricevere la grazia che irriga i terreni aridi della nostra vita. Il sacramento della riconciliazione deve dare una particolare impronta all'esperienza quaresimale: è qui che attingiamo il perdono che ci genera come nuove creature. Strade antiche che tanti altri hanno percorso prima di noi. Ma non c'è altra via se davvero vogliamo realizzare quel "completo rinnovamento dello spirito" (S. Leone Magno) che il Signore attende, forse da troppi anni. La Quaresima ci pone anche **dinanzi al prossimo**, il tu nel quale si riflette l'immagine di

Dio. La vera, unica, sfida rimane la carità. La liturgia delle ore ci invita a pregare così: *“Donaci di esercitare la carità fraterna non solo nelle grandi occasioni ma soprattutto in quelle umili”*. Le opere di solidarietà non solo ci fanno camminare più speditamente nelle vie di Dio ma danno anche agli altri la possibilità di risorgere e di mettersi di nuovo in cammino. In questo giorno siamo chiamati a digiunare: è il segno che non siamo attaccati a niente, nemmeno alle cose che sono necessarie, come il cibo che nutre il corpo. Impariamo così a liberarci dalla tirannia delle cose per affermare che Dio solo è necessario.

■ Riflettiamo

Cosa ci impedisce di vivere una vita più autentica e in sintonia con i valori del Vangelo? Quali sono gli errori che riconosciamo più presenti nel nostro cammino? Quali le cose a cui non potremmo mai rinunciare?

Padre nostro

■ Benedizione della mensa

Padre, ti ringraziamo per quanto ci doni di condividere con gioia. Benedici questo pane perché ci sostenga lungo il cammino di conversione, affinché possiamo liberarci da tutto ciò che ci allontana da Te. Per Cristo nostro Signore.



■ Impegno con i figli

Create la vostra **mappa del tesoro spirituale**. Disegnate o incollate un'immagine che rappresenti la vostra famiglia al centro di un foglio. Ogni membro pensa a un “tesoro spirituale” da cercare in Quaresima (ad esempio, una virtù da coltivare, un obiettivo spirituale, o un legame da rafforzare). Disegnate un percorso con frecce intorno all'immagine centrale, indicando le tappe per raggiungere i vostri tesori, con parole o immagini che le rappresentano. Aggiungete ostacoli lungo il cammino che simboleggiano le tentazioni da superare o gli ostacoli che potreste incontrare. Inserite piccole immagini o frasi che ricordano i “tesori nascosti” (gesti di gentilezza, momenti di preghiera, ecc.). Appendete la mappa in un posto visibile della casa come promemoria durante la Quaresima.