

**21 febbraio**

**1<sup>a</sup> DOMENICA DI QUARESIMA**

---

*La famiglia si raduna in preghiera. Sulla tavola saranno in evidenza il libro della Sacra Scrittura, aperto, e una candela.*

**P.** = padre

**M.** = madre

**F.** = figli

**T.** = tutti

**P.** o **M.** Raccogliamoci in preghiera e prepariamo il nostro cuore all'incontro con il Signore.

*Breve silenzio.*

**P.** o **M.** Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

**T.** Amen.

**P.** o **M.** Sentiamo vicino a noi tutti i credenti che, in questo tempo santo della quaresima, preparano il cuore, per celebrare totalmente rinnovati il mistero della Pasqua del Signore.

### **SALMO 91 (90)**

**P.** Chi abita al riparo dell'Altissimo  
passerà la notte all'ombra dell'Onnipotente.  
Io dico al Signore: "Mio rifugio e mia fortezza,  
mio Dio in cui confido".

**M.** Egli ti libererà dal laccio del cacciatore,  
dalla peste che distrugge.

**P.** Ti coprirà con le sue penne,  
sotto le sue ali troverai rifugio;  
la sua fedeltà ti sarà scudo e corazza.

**M.** Non temerai il terrore della notte  
né la freccia che vola di giorno,  
la peste che vaga nelle tenebre,  
lo sterminio che devasta a mezzogiorno.

**F.** Mille cadranno al tuo fianco  
e diecimila alla tua destra,  
ma nulla ti potrà colpire.  
Basterà che tu apra gli occhi  
e vedrai la ricompensa dei malvagi!

**P.** “Sì, mio rifugio sei tu, o Signore!”.  
Tu hai fatto dell’Altissimo la tua dimora:  
non ti potrà colpire la sventura,  
nessun colpo cadrà sulla tua tenda.

**M.** Egli per te darà ordine ai suoi angeli  
di custodirti in tutte le tue vie.  
Sulle mani essi ti porteranno,  
perché il tuo piede non inciampi nella pietra.

**F.** Calpesterai leoni e vipere,  
schiaccerai leoncelli e draghi.  
“Lo libererò, perché a me si è legato,  
lo porrò al sicuro, perché ha conosciuto il mio nome.  
Mi invocherà e io gli darò risposta;  
nell’angoscia io sarò con lui,  
lo libererò e lo renderò glorioso.  
Lo sazierò di lunghi giorni  
e gli farò vedere la mia salvezza”.

**T.** Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo.  
Come era nel principio, ed ora e sempre, nei secoli dei secoli. Amen.

**M.** Ascoltiamo la Parola del Signore dal Vangelo secondo Marco

*[Dopo che Gesù fu battezzato nel Giordano da Giovanni,] subito lo Spirito lo sospinse nel deserto e nel deserto rimase quaranta giorni, tentato da Satana. Stava con le bestie selvatiche e gli angeli lo servivano. Dopo che Giovanni fu arrestato, Gesù andò nella Galilea, proclamando il vangelo di Dio, e diceva: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete nel Vangelo».*

*Tutti si fermano qualche istante in silenzio, per gustare personalmente la Parola ascoltata.*

#### RIFLESSIONE

La prima domenica di Quaresima presenta il brano delle tentazioni. Cristo, dopo il battesimo, entra nell'agone del deserto, per combattere ciò che ognuno di noi affronta e uscirne vincitore. Il verbo "tentare" assume anche il senso di "provare", "testare". La tentazione è una prova. Ma una prova è anche qualcosa che dimostra la verità (per es. prove scientifiche). Gesù fu tentato a somiglianza del popolo di Israele, che peregrinò nel deserto per quarant'anni. Dice Mosè in Dt 8,2: "Ricordati del cammino che il Signore tuo Dio ti ha fatto percorrere in questi quarant'anni nel

deserto, per umiliarti e metterti alla prova, per sapere quello che avevi nel cuore". La tentazione è il momento in cui viene fuori ciò che siamo e che abbiamo nel cuore. È facile essere miti se nessuno ci percuote. Si dice "sono buono e caro, ma fino ad un certo punto". Appunto, la tentazione porta alla luce questo: che non siamo buoni e cari, che nel nostro cuore abitano pensieri di ira e rancori, pensieri di adulterio e di omicidio, di ruberie e divisioni. Non è la tentazione a trasformarci in mostri: è tutto già nel cuore. La tentazione è una prova: tira fuori ciò che già c'è. La prova,

*però, è anche occasione di crescita: gli esami sono delle “prove”, una persona che ha patito e ne è uscita cresciuta si dice che è “provata”. Uno, per diventare un bravo lottatore, deve battersi con avversari sempre più forti. Noi, però, sappiamo che, con i nostri sforzi, non arriviamo molto lontano. Spesso non sappiamo stare dentro la prova ed essa si trasforma nell’ennesima sterzata, che ci scaglia nel burrone del fallimento. Dice sant’Agostino a*

*riguardo di questo testo: “Cristo prese da te la sua carne, ma da sé la tua salvezza [...] da te la sua tentazione, da sé la tua vittoria”. Oggi si annuncia che esiste la possibilità di vincere nella vita, perché Cristo ha vinto per me. Questa domenica ci invita a non maledire la prova, ma a rendere grazie, perché senza di essa non capiremmo mai che abbiamo bisogno di un Salvatore, che da soli traballiamo e abbiamo bisogno della Roccia.*

## PREGHIERA COMUNE

**F.** Signore Gesù, ti prego,  
fa' che in me cresca la fame di ciò che veramente conta  
e dammi il tuo Pane di vita: l'unico che conta.  
Tu che vieni come luce per accompagnarci  
lungo un cammino di fatica e di speranza,  
resta con noi, Signore,  
quando i dubbi contro la fede ci assalgono  
e lo scoraggiamento atterra la nostra speranza.  
Quando l'indifferenza raffredda il nostro amore,  
e la tentazione sembra troppo forte.  
Quando qualcuno deride la nostra fiducia,  
e le nostre giornate sono piene di distrazioni.  
Quando la sconfitta ci coglie di sorpresa  
e la debolezza invade ogni desiderio.

Quando ci troviamo soli, abbandonati da tutti,  
e il dolore ci porta alle lacrime disperate.  
Signore, nella gioia e nel dolore,  
nella vita e nella morte, resta con noi! Amen.

**P.** Perché la nostra famiglia possa vivere sull'esempio del Signore nostro Gesù Cristo, vincitore nelle tentazioni, preghiamo come Lui stesso ci ha insegnato:

**T.** Padre nostro...

**M.** Uniamoci a Maria Santissima, colei che ci ha donato il Salvatore del mondo e preghiamo:

**T.** Ave, o Maria...

*La preghiera si conclude con il segno di croce.*

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