

*Venite a me, voi tutti, che siete affaticati  
e oppressi, e io vi ristorerò.*

## **Adorazione Eucaristica**

**I<sup>a</sup> Domenica di Quaresima – Anno B -**



*Canto iniziale*

*Tutti: “Risanaci, o Padre, dal peccato che ci divide,  
e dalle discriminazioni che ci avvilitano;  
aiutaci a scorgere anche nel volto del lebbroso  
l’immagine del Cristo sanguinante sulla croce,  
per collaborare all’opera della redenzione  
e narrare ai fratelli la tua misericordia”. (Colletta)*

**1 L.** Tempo di penitenza e di conversione, la Quaresima inizia quaranta giorni prima di Pasqua con il Mercoledì delle Ceneri. In ogni chiesa il sacerdote impone sul capo, o sulla fronte dei fedeli, un pizzico di cenere ricavata bruciando i rami d'ulivo, benedetti nella Domenica delle Palme dell'anno precedente. Un gesto simbolico a ricordare la caducità della vita terrena: «Ricordati che sei polvere e in polvere ritornerai» è l'ammonizione del celebrante che accompagna il segno, oppure: «Convertiti e credi al Vangelo», a evocare le prime parole di Gesù, che aprono il tempo di Quaresima, e spronare i fedeli alla conversione.

**2 L.** Quaranta giorni è il tempo che la Chiesa ci offre come tempo di purificazione, quaranta giorni perché nella Sacra Scrittura i numeri hanno un valore simbolico, esprimono un progetto soprannaturale, e il numero quaranta è il numero della prova: quaranta sono i giorni che Noè trascorse nell'Arca, quaranta gli anni durante i quali Mosè e il suo popolo peregrinarono nel deserto, e tante altre volte ancora nella Bibbia ricorre il numero quaranta a indicare il tempo della tentazione e del sacrificio. Quaranta giorni in cui siamo chiamati a vincere le tentazioni, come Gesù nel deserto, attraverso la penitenza, il digiuno, l'elemosina.

*Canto al Vangelo (Mt 4,4)*

*T. Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!*

**Presidente Assemblea:** “Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio.”.

*T. Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!*

*Dal Vangelo secondo Marco: (Mc 1, 12-15)*

**In quel tempo, lo Spirito sospinse Gesù 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».**

*Parola del Signore.*

**Pausa di Silenzio**

**Segno di Pace**

**Tutti**

**Preghiera per le vocazioni sacerdotali**

**O Padre, fa sorgere frai cristiani numerose e sante vocazioni al sacerdozio che mantengano viva la fede e custodiscano la grata memoria del tuo figlio Gesù mediante la predicazione della sua parola e l'amministrazione dei Sacramenti con i quali tu rinnovi continuamente i tuoi fedeli. Donaci santi ministri del tuo altare, che siano attenti e fervorosi custodi dell'Eucarestia, sacramento del dono supremo di Cristo per la redenzione del mondo. Chiama ministri della tua misericordia, che, mediante il sacramento della Riconciliazione diffondano la gioia del tuo perdono. Fa', o Padre, che la Chiesa accolga con gioia le numerose ispirazioni dello Spirito del Figlio tuo e, docile ai suoi insegnamenti, si curi delle vocazioni al ministero sacerdotale e alla vita consacrata. Sostieni i Vescovi, i sacerdoti, i diaconi, i consacrati e tutti i battezzati in Cristo affinché' adempiano fedelmente la loro missione al servizio del Vangelo. Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore.**

**Amen.**

**Maria, Regina degli Apostoli, prega  
per noi!**

**BENEDETTO XVI**

**Canto Compieta**

**Tantum Ergo**

**Canto Finale**

**1 L.** È facile capire che nelle tentazioni di Gesù noi ritroviamo le nostre tentazioni. Anche noi siamo messi di fronte alle stesse scelte:

**2 L.** camminare sul terreno apparentemente rassicurante dell'esperienza immediata, del «realismo», del buon senso?

**1 L.** o avventurarsi sulle strade ancora poco praticate del radicalismo evangelico, cioè della pace, della giustizia, della solidarietà, della sollevazione morale contro le violazioni dei diritti umani?

**2 L.** Tutti, in qualche momento, siamo stati colpiti e affascinati da questi valori umani.

**1 L.** Anche i sentimenti più alti, come l'amore per la famiglia, possono diventare forme di egoismo invece che l'aiuto prezioso per una crescita pienamente umana.

**2 L.** Anche dietro il nostro conclamato rigore morale, il nostro senso del dovere, la nostra obbedienza alla legge, può nascondersi la mancanza di coraggio di fronte ai veri bisogni dell'uomo.

**1 L.** La legge deve essere al servizio dell'uomo, non una giustificazione della nostra mediocrità.

**2 L.** Questa è dunque la tentazione: l'esitazione nella scelta tra le strade facili, che sembrano collaudate e sicure, e quelle indicate da Dio e dalla coscienza, capaci di aprire orizzonti nuovi per l'uomo, ma segnate dal sacrificio.

**1 L.** L'esempio di Cristo ci è dato perché la tentazione non ci vinca, ma diventi occasione di consapevolezza, di maturazione e di crescita. La fede ci aiuti a seguirlo.

### **Pausa di Silenzio**

**Canto:**

**Meditazione**

**Preghiere spontanee**

**Padre Nostro**

**1 l.** La Quaresima è il tempo della penitenza gioiosa, il tempo propizio per digiunare dal superfluo, dall'ipocrisia, dalle parole menzognere, dalle parole che uccidono, da tutto ciò che appesantisce l'anima, è il tempo di fare deserto. La vita può rinascere nella sua pienezza in chi, libero dalle suggestioni dei falsi valori di un'economia diabolica, entra nell'ottica di un'economia di salvezza e ritrovando l'altro, accogliendo il diverso, sostenendo chi è nel bisogno, nell'elemosina e nella carità ritrova se stesso. Ritrova la speranza cercando prima il regno dei cieli e poi la sua giustizia. Ecco, quaranta giorni ci separano dalla Domenica delle Palme, quando i paramenti si tingeranno di rosso a evocare il martirio di Cristo, il suo sangue versato per la nostra salvezza. Quaranta giorni ci separano dalla Settimana santa quando nel Triduo pasquale faremo memoria dell'istituzione dell'Eucaristia e della lavanda dei piedi, segno di amore e di servizio, nella Messa in coena Domini del Giovedì.

**2 L.** Il Venerdì santo, unico giorno dell'anno in cui non si celebra Messa, ripercorreremo nell'actio liturgica e nella via Crucis la Passione di Gesù. Tutte le chiese saranno chiuse, gli altari nudi, e in quel tempo senza tempo il popolo di Dio attenderà in preghiera la Veglia pasquale della notte santa quando, prima della mezzanotte, le chiese apriranno i battenti alla beata speranza per celebrare nella Messa di Pasqua la vittoria del Risorto. Ecco allora che la Quaresima, tempo di penitenza e conversione, è anche il tempo della gioia, della rinascita, è il tempo propizio, come dice Paolo, per annunciare la salvezza.

**ABBASSARE LUCI**

**Canto**

**Tutti**

**Dal Salmo 24:** *Tutti i sentieri del Signore sono amore e fedeltà.*

Fammi conoscere, Signore, le tue vie,

insegnami i tuoi sentieri.  
Guidami nella tua fedeltà e istruiscimi,  
perché sei tu il Dio della mia salvezza. R.

Ricòrdati, Signore, della tua misericordia  
e del tuo amore, che è da sempre.  
Ricòrdati di me nella tua misericordia,  
per la tua bontà, Signore. R.

Buono e retto è il Signore,  
indica ai peccatori la via giusta;  
guida i poveri secondo giustizia,  
insegna ai poveri la sua via. R.

### **Pausa di Silenzio**

**1 L.** Sul tema della tentazione il moderato testo di Marco è lontano dai racconti drammatizzati di Matteo e Luca. Marco, omettendo il racconto delle tre tentazioni, sceglie una prospettiva diversa. Egli vuole sottolineare un aspetto importante della vicenda umana di Gesù: la sua condizione di costante tentazione.

**2 L.** Le tentazioni emergeranno nel seguito della narrazione della vita di Gesù, che è tutta una lotta per far prevalere la fedeltà a Dio sulla logica umana. Marco sottolinea che Gesù «subito dopo il battesimo fu tentato da Satana».

**1 L.** Il legame tra battesimo e tentazione è stretto e ricco di insegnamento. Il battesimo non separa Gesù dalla storia e dalle sue ambiguità, al contrario, lo colloca nel cuore di tutte le tensioni che segnano il vivere quotidiano.

**2 L.** Il battesimo, cioè, non ci difende dalle grandi difficoltà del vivere umano, offre piuttosto criteri nuovi per affrontarle, criteri diversi da quelli istintivi, così diffusi.

**1 L.** Questi criteri, che il Vangelo ci propone, non sempre ci appaiono immediatamente convincenti. Di qui i dubbi e le incertezze. Questa è la tentazione.

**2 L.** Nel Vangelo si intravede la tentazione quando Gesù si ritira nella solitudine, a pregare, per fuggire l'entusiasmo che fa eco ai primi miracoli. Egli sente il bisogno di una seria riflessione per non essere travolto da quell'entusiasmo.

**1 L.** Così quando fugge la folla che lo voleva fare re, dopo il miracolo dei pani. Lo dice esplicitamente Giovanni nel racconto parallelo: «Gesù, sapendo che volevano farlo re, se ne andò verso la montagna, tutto solo».

**2 L.** Ancora, si sente la tentazione quando Pietro, ragionando in modo umano, rifiuta la previsione della sofferenza e della passione.

**1 L.** Gesù gli dice con estrema durezza: «Vai lontano da me, satana, perché tu non ragioni secondo i criteri di Dio, ma seguendo l'istinto umano».

**2 L.** Sembra di capire che l'aspetto insidioso della tentazione di Gesù, nel Vangelo di Marco, sia stata l'illusione di realizzare la propria missione tra l'entusiasmo della folla e nella facilità del successo, piuttosto che seguendo le vie della sofferenza, la dura necessità che «il grano debba morire per moltiplicarsi». Fino all'ultimo dirà:

**Presidente:** «Se è possibile passi da me questa sofferenza».

**1 L.** Gesù, cioè, sente in modo acuto questo dilemma, che è la sostanza della tentazione: fidarsi della parola di Dio e seguire le vie ardue che essa ci indica? o seguire le indicazioni dell'istinto umano?

**2 L.** La vittoria di Gesù sulla tentazione significa che egli ha accettato di realizzare la sua vocazione attraverso la passione e la morte, cioè attraverso una difficile fedeltà.