



MI METTO IN CAMMINO CON TE, GESÙ...

PROPOSTA DI PREGHIERA
PERSONALE PER GIOVANI

[#primadomenica](#) [#quaresima](#)



PRIMA DOMENICA
1 MARZO 2020



La **Liturgia della Parola** di oggi ci invita a tener presente che Gesù, vero uomo, è sottoposto alla tentazione... e vince. La sua vittoria riapre le porte a tutti noi e ci spinge a riprendere il cammino: questa è la novità che ci aiuta a ricominciare a convertirci, anche se ci abbiamo provato tante volte.

Per camminare con il Signore **siamo chiamati a vincere la tentazione di fare senza di Lui**, di essere autosufficienti. Dio ci lascia liberi, non ci impedisce di scegliere e di fare di testa nostra. Il problema è che, laddove crediamo di essere liberi, spesso siamo condizionati dall'affabulatore di turno, che prende il posto del diavolo, e ci spinge a giocarci la libertà per una presunta autosufficienza. Gesù ha vinto per sempre questa seduzione e ci ha aperto la strada per scelte sapienti.

DON FEDERICO ZANETTI



MI METTO IN PREGHIERA



- Spengo il mio cellulare o quello che mi disturba
- Entro in preghiera con un **Segno di Croce**
- Apro il mio cuore al Signore
- Chiedo a Dio il suo Spirito perché possa entrare in contatto con Lui



Fatti aiutare anche della scelta di un luogo tranquillo; magari accendi una candela o stai davanti ad un crocifisso.

MI METTO IN PREGHIERA

- Posso farmi aiutare dalla musica

MATT MAHER – 40 DAYS

ASCOLTA



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.

Sì, le mie iniquità io le riconosco,
il mio peccato mi sta sempre
dinanzi.
Contro di te, contro te solo ho
peccato,
quello che è male ai tuoi occhi, io
l'ho fatto.

Crea in me, o Dio, un cuore puro,
rinnova in me uno spirito saldo.
Non scacciarmi dalla tua presenza
e non privarmi del tuo santo spirito.

Rendimi la gioia della tua salvezza,
sostienimi con uno spirito
generoso.
Signore, apri le mie labbra
e la mia bocca proclami la tua lode.



*Leggi con calma il Salmo 50 e sottolinea
la parola/frase che più ti ha colpito*

DAL VANGELO DI MATTEO



In quel tempo, **Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto**, per essere tentato dal diavolo. Dopo aver digiunato **quaranta giorni e quaranta notti**, alla fine ebbe fame. Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». Ma egli rispose: «Sta scritto: "Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio"».

Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gèttati giù; sta scritto infatti: "Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo ed essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra"». Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: "Non metterai alla prova il Signore Dio tuo"».

Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». Allora Gesù gli rispose: «Vàttene, satana! Sta scritto infatti: "Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto"».

Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano.

MEDITA

(CON L'AIUTO DI DON MAURIZIO GIROLAMI)



I tre momenti in cui Gesù viene tentato dal diavolo rappresentano un episodio sintetico che si deve riferire a tutta la vita del maestro di Nazaret. Non solo in questo frangente, cioè all'inizio della sua missione, egli viene tentato, ma in ogni fase della sua vita. Così egli mostra ai suoi discepoli che la tentazione è una prova costante e continua nella vita di ogni uomo. Non per nulla ci ha insegnato a pregare il Padre chiedendogli di non farci entrare nella tentazione. Non ha detto che il Padre può evitarci la tentazione, che è sempre una prova, ma che, con la preghiera, possiamo non entrare nel meccanismo perverso per cui ogni tipo di tentazione allontana da Dio e rovina la dignità dell'uomo.

Il brano del vangelo, dopo un breve sommario che descrive il **luogo e il tempo della tentazione** - cioè il deserto per quaranta giorni e quaranta notti - racconta tre tipi di prove subite da Gesù in ordine crescente: la prima riguardante i bisogni del corpo, la seconda circa la genuinità della propria fiducia in Dio e la terza sul potere che chiede di vendere la propria libertà per adorare colui che dà potere. In realtà è il potere stesso, in qualsiasi forma si presenti, che è idolatra di sé, cioè si nutre di chi lo serve, ma non dà nulla. Chi vuole il potere sulle cose o sulle persone, si trova prigioniero di esso e fa quello che il potere comanda.

MEDITA

(CON L'AIUTO DI DON MAURIZIO GIROLAMI)



Le **tentazioni di Gesù** riassumono tutte le dimensioni della vita umana: le proprie **necessità fisiche**, i **bisogni spirituali** che si fondano sulla fiducia tra persone, e il **bisogno di afferrare Dio** nell'illusione di poterlo possedere attraverso un idolo che sembra dare molto, ma in realtà chiede tutto. Più che soffermarci sulla natura delle tentazioni, merita mettere in rilievo **le risposte di Gesù** che iniziano sempre con la stessa frase: **"Sto scritto"**.

Può sembrare banale, ma invece tale risposta ci mette di fronte all'animo di **Gesù che resta sempre inchiodato alla parola di Dio**. Gesù non accoglie le tentazioni e, soprattutto, non dialoga con esse, non si mette a discutere o a chiedere. In modo brusco e secco mette a tacere il diavolo rispondendo con la parola della Bibbia. Gesù ha chiara convinzione **che la parola di Dio è inizio della verità e di fronte ad essa ogni inganno e illusione svaniscono**. Perciò Gesù si fa forte non della sua intelligenza o della sua esperienza, ma si affida totalmente alle parole della Bibbia. Egli vince la tentazione, ogni tipo di tentazione, restando a quello che è scritto, non aggiungendo e non sottraendo nulla alla Scrittura.

In essa vi è tutta la sapienza necessaria per imparare a vincere ogni tipo di menzogna. La Quaresima inizia sempre con questo brano della vita di Gesù per ricordarci che è nell'ascolto della Parola e nell'assimilazione della Sacra Scrittura che possiamo trarre forza per contrastare gli inganni e le seduzioni del male e del peccato.

MI RACCOLGO QUALCHE MOMENTO IN SILENZIO



- Rileggo il Vangelo: secondo te, cosa ti voleva dire Gesù con quelle parole?
- Quali sono le tentazioni che ti allontanano da te, dagli altri e da Dio?



Sarebbe bello lasciare la Bibbia aperta nella pagina del Vangelo di oggi (Mt 4, 1-11) sul proprio comodino e magari «sbirciarla» anche durante la settimana.

TERMINO LA MIA PREGHIERA



- Prego il **PADRE NOSTRO**

O Dio, nostro Padre, con la celebrazione di questa Quaresima, segno sacramentale della nostra conversione, concedici di crescere nella conoscenza del mistero di Cristo e di testimoniare con una degna condotta di vita. Il pane del cielo che ci doni, o Padre, alimenti in noi la fede, accresca la speranza, rafforzi la carità, e ci insegni ad aver fame di Cristo, pane vivo e vero, e a nutrirci di ogni parola che esce dalla tua bocca. Per Cristo nostro Signore. Amen.

- Saluto il Signore con il **Segno della Croce**



Non esco in maniera brusca dalla preghiera ma mi lascio con un sorriso con il Signore

QUARESIMA 2020



PREGHIERA



DIGIUNO



ELESMOSINA





SEGUICI SU TELEGRAM



<https://t.me/PGconcordiaPN>

OGNI MATTINA IL VANGELO DEL GIORNO CON UNA MEDITAZIONE
E L'ESAME DI COSCIENZA ALLA SERA