



Preghiera per la Terza domenica di Quaresima

Questa preghiera è in sostituzione della Messa domenicale, che comunque si può seguire in televisione. Si può fare in casa, da soli o con qualche familiare, oppure personalmente in chiesa.

Dedico un tempo prolungato per l'incontro con il Signore. Se la preghiera è fatta in casa, si può preparare in un luogo adatto un crocifisso oppure un'immagine sacra con accanto una candela accesa. Se si è in più persone, una fa da guida (G.) e altri da lettori (Lett.).

Inizio

Si inizia con il segno della Croce:

G. Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.
Amen.

G. «Quando manifesterò in voi la mia santità, vi raccoglierò da tutta la terra; vi aspergerò con acqua pura e sarete purificati da tutte le vostre sozzure e io vi darò uno spirito nuovo», dice il Signore. (Ez 36,23-26)
A te, Santa Trinità, onore e gloria nei secoli dei secoli.
Amen.

Atto penitenziale

G. In questa terza domenica di Quaresima Gesù si avvicina, ci incontra e dialoga con noi come fece con la donna di Samaria. Gesù chiese alla donna samaritana l'acqua da bere, per farle il grande dono della fede, e di questa fede ebbe una sete così ardente da accendere in lei la fiamma del suo amore. Consapevoli delle nostre "seti" di fiducia e speranza, di perdono e riconciliazione, di luce e senso, di fraternità e amicizia... apriamo il cuore all'acqua viva dell'amore di Gesù.

Breve silenzio.

Lett. Signore, che hai detto "Chi ha sete venga a me e beva", abbi pietà di noi.
Signore, pietà.

Lett. Cristo, che ci fai rinascere dall'acqua e dallo Spirito, abbi pietà di noi.
Cristo, pietà.

Lett. Signore, che sei l'acqua che disseta la nostra sete di vita e di salvezza, abbi pietà di noi.
Signore, pietà.

G. Dio onnipotente abbia misericordia di noi, perdoni i nostri peccati e ci conduca alla vita eterna.
Amen.

Salmo 94

G. Ci disponiamo all'ascolto del Signore pregando il seguente Salmo, che ci invita ad affidarci a Lui, roccia dalla quale scaturisce l'acqua viva per la nostra sete.

Rit. Ascoltate oggi la voce del Signore: non indurite il vostro cuore.

Lett. Venite, cantiamo al Signore, acclamiamo la roccia della nostra salvezza. Accostiamoci a lui per rendergli grazie, a lui acclamiamo con canti di gioia.

Rit. Ascoltate oggi la voce del Signore: non indurite il vostro cuore.

Lett. Entrate: prostràti, adoriamo, in ginocchio davanti al Signore che ci ha fatti. È lui il nostro Dio e noi il popolo del suo pascolo, il gregge che egli conduce.

Rit. Ascoltate oggi la voce del Signore: non indurite il vostro cuore.

Vangelo (Gv 4,5-42)

Leggiamo il racconto evangelico con calma e attenzione, cercando di comprendere il messaggio che offre.

Lett. Dal Vangelo secondo Giovanni

In quel tempo, Gesù giunse a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi. Allora la donna samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?». I Giudei infatti non hanno rapporti con i Samaritani.

Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: "Dammi da bere!", tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva».

Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?».

Gesù le risponde: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno. Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna». «Signore – gli dice la donna –, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua». Le dice: «Va' a chiamare tuo marito e ritorna qui». Gli risponde la donna: «Io non ho marito». Le dice Gesù: «Hai detto bene: "Io non ho marito". Infatti hai avuto cinque mariti e quello che hai ora non è tuo marito; in questo hai detto il vero».

Gli replica la donna: «Signore, vedo che tu sei un profeta! I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare». Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorate ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma viene l'ora – ed è questa – in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così infatti il Padre vuole che siano quelli che lo adorano. Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità». Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa». Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con te».

In quel momento giunsero i suoi discepoli e si meravigliavano che parlasse con una donna. Nessuno tuttavia disse: «Che cosa cerchi?», o: «Di che cosa parli con lei?». La donna intanto lasciò la sua anfora, andò in città e disse alla gente: «Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Che sia lui il Cristo?». Uscirono dalla città e andavano da lui.

Intanto i discepoli lo pregavano: «Rabbì, mangia». Ma egli rispose loro: «Io ho da mangiare un cibo che voi non conoscete». E i discepoli si domandavano l'un l'altro: «Qualcuno gli ha forse portato da mangiare?». Gesù disse loro: «Il mio cibo è fare la volontà di colui che mi ha mandato e compiere la sua opera. Voi non dite forse: ancora quattro mesi e poi viene la mietitura? Ecco, io vi dico: alzate i vostri occhi e guardate i campi che già biondeggiano per la mietitura. Chi miete riceve il salario e raccoglie frutto per la vita eterna, perché chi semina gioisca insieme a chi miete. In questo infatti si dimostra vero il proverbio: uno semina e l'altro miete. Io vi ho mandati a mietere ciò per cui non avete faticato; altri hanno faticato e voi siete su-
bentrati nella loro fatica».

Molti Samaritani di quella città credettero in lui per la parola della donna, che testimoniava: «Mi ha detto tutto quello che ho fatto». E quando i Samaritani giunsero da lui, lo pregavano di rimanere da loro ed egli rimase là due giorni. Molti di più credettero per la sua parola e alla donna dicevano: «Non è più per i tuoi discorsi che noi crediamo, ma perché noi stessi abbiamo udito e sappiamo che questi è veramente il salvatore del mondo».

Silenzio e riflessione

Si dedichi un tempo adeguato per la meditazione personale seguendo i suggerimenti sotto riportati. Se questa scheda di preghiera è fatta insieme ad altre persone, al termine del tempo personale si può condividere con esse qualche riflessione fatta personalmente.

Suggerimenti:

- Se è utile, rileggo il brano o alcune sue parti. Mi soffermo su ciò che colpisce di più la mia attenzione.
- Sono consapevole che, attraverso questo testo, il Signore in questo momento parla a me. E dunque ascolto che cosa mi dice il Signore. Mi accompagnano queste domande: Signore, che cosa vuoi dirmi? Qual è la parola che tu ora rivolgi a me?
- Dedico un po' di tempo... e ascolto il Signore con fiducia.
- Dopo aver ascoltato il Signore, mi rivolgo a lui con la mia preghiera personale, oppure condivido con gli altri la riflessione o la preghiera.

Credo apostolico

G. Rinnoviamo la nostra fede con il Simbolo degli apostoli, in comunione con i fratelli e le sorelle della nostra comunità e di tutto il mondo.

**Io credo in Dio, Padre onnipotente,
creatore del cielo e della terra;
e in Gesù Cristo,
suo unico Figlio, nostro Signore,
il quale fu concepito di Spirito Santo,
nacque da Maria Vergine,
patì sotto Ponzio Pilato,
fu crocifisso, morì e fu sepolto;
discese agli inferi;
il terzo giorno risuscitò da morte;
salì al cielo,
siede alla destra di Dio Padre onnipotente;
di là verrà a giudicare i vivi e i morti.
Credo nello Spirito Santo,
la santa Chiesa cattolica,
la comunione dei santi,
la remissione dei peccati,
la risurrezione della carne,
la vita eterna.
Amen.**

Preghiere di intercessione

G. Come la Samaritana al pozzo anche noi, in questo momento di prova, chiediamo al Signore di darci da bere l'acqua viva dello Spirito, l'unica che disseta ogni nostra sete.

Rivolgiamo con fiducia le nostre intenzioni dicendo: *Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.*

Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.

Lett. Conforta e illumina la tua santa Chiesa.

Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.

Lett. Proteggi papa Francesco, il nostro vescovo Michele, tutti i vescovi, i presbiteri e tutti i ministri del Vangelo.

Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.

Lett. Libera l'umanità dalla epidemia, dalla guerra e da ogni calamità.

Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.

Lett. Illumina con la tua sapienza i legislatori.

Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.

Lett. Rinsalda la solidarietà tra le nazioni, si impegnino per la giustizia, la pace, la salvaguardia della casa comune.

Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.

Lett. Sostieni e ricompensa i medici, gli infermieri, gli operatori sanitari e i volontari.

Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.

Lett. Dona salute ai malati, serenità ai familiari.

Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.

Lett. Fa' che cresca il senso di responsabilità, e i nostri comportamenti siano attenti al bene di tutti, in particolare delle persone più fragili.

Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.

Lett. Sii presente in ogni casa e in ogni famiglia.

Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.

Lett. Sorreggi e conforti gli anziani e chi in questo tempo è più provato dalla solitudine e dalla povertà.

Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.

Lett. Accogli nella tua casa i defunti della nostra comunità che non abbiamo potuto salutare.

Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.

Lett. Donaci una sapiente creatività per essere vicini e solidali con le persone.

Ti preghiamo, Signore, ascoltaci.

Si possono aggiungere altre intenzioni di preghiera.

G. Il Signore è la sorgente di acqua viva che zampilla per la vita eterna. Con la fiducia dei figli diciamo:

Padre nostro...

G. O Dio, sorgente della vita, tu offri all'umanità riarsa dalla sete l'acqua viva della grazia che scaturisce dalla roccia, Cristo Salvatore; concedi al tuo popolo il dono dello Spirito, perché sappia professare con forza la sua fede, e annunzi con gioia le meraviglie del tuo amore. Per Cristo nostro Signore.

Amen.

Prossimità

Si suggerisce di pensare a qualche persona o famiglia alle quali farsi vicini con una telefonata, un messaggio, una mail... per essere un po' anche noi, come Gesù, "acqua" che disseta la vita dei fratelli e delle sorelle.

Conclusione

Mentre si fa il segno della Croce:

G. Il Signore ci guidi nel cammino della Quaresima, ci benedica, ci protegga e ci custodisca nel suo amore.

Amen.

Preghiera

Maria, Madre della Chiesa,
a te ci affidiamo in questo tempo di prova:
prendici per mano e insegnaci
ad accogliere il dono dello Spirito,
a fare quanto Gesù ci dice,
ad accogliere con fiducia la Parola del Padre.

Donaci un'autentica conversione
del cuore e della vita.

Accompagna e guida chi governa
e quanti si impegnano per la salute di tutti,
aiutaci a fermare la diffusione del contagio;
assisti chi soffre, consola chi piange,
insegnaci a rallentare
i ritmi della vita con pazienza,
a trovare nuovi modi di essere vicini,
a non cedere allo sconforto,
a prenderci cura gli uni degli altri
e accompagnarci, nel cammino della vita,
con fede sempre nuova nel nostro Dio,
amante della vita.

*(Dalla preghiera del vescovo Michele
per la Quaresima 2020)*