

Arcidiocesi Sorrento - Castellammare di Stabia  
Ufficio Evangelizzazione e Catechesi

# Che Opportunità



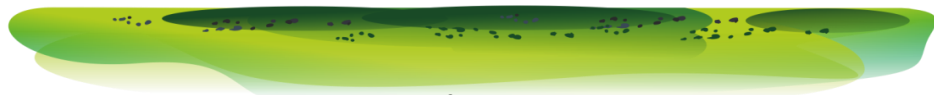
sussidio di quaresima 2019



## Indice

Introduzione alla Quaresima	Pag 3
Mercoledì delle ceneri	Pag 5
I domenica di Quaresima	Pag 6
II domenica di Quaresima	Pag 8
III domenica di Quaresima	Pag 9
IV domenica di Quaresima	Pag 11
V domenica di Quaresima	Pag 14
Domenica di Pasqua	Pag 16
Pagine per note	Pag 18 - 19

Il Sussidio è stato elaborato dall'Ufficio Evangelizzazione e Catechesi  
in collaborazione con  
l'Ufficio Liturgia e Ministeri, il Servizio Pastorale Giovanile,  
l'Opera Diocesana Pellegrinaggi  
Grafica ed impaginazione a cura del Servizio Comunicazioni Sociali  
con la partecipazione di *Drea*





## INTRODUZIONE ALLA QUARESIMA

## ciclo C

Ogni Anno Liturgico è una grande occasione che ci viene concessa per sperimentare la bontà e la grazia di Dio, e nei Tempi forti ciò è ancora più evidente. Con questo spirito iniziamo un nuovo itinerario quaresimale che ci porterà alla celebrazione del Triduo Pasquale, vogliamo cogliere questo tempo come una grande opportunità che ci viene offerta, per migliorare noi stessi, per avvicinarci ai fratelli, per scoprire la presenza costante e benevola di Dio nella nostra vita... in una parola: **CONVERSIONE**. È questo il tema di fondo dell'itinerario che ci offre la Quaresima nel ciclo C, proponendoci brani scelti dal **III VANGELO** (salvo un'unica narrazione giovannea alla V Domenica). Il cammino quaresimale si apre con le due tappe fisse della **tentazione di Gesù** nel deserto e dell'episodio della **Trasfigurazione**, che nel nuovo contesto sembrano invitarci a ricercare con forza la voce di Dio, una voce da imparare a riconoscere nel frastuono dei tanti rumori che quotidianamente ci distraggono e delle tante "sirene" che ci attirano e sembrano strattonarci; la voce di Dio è chiara, decisa, paterna, come quella udita dai discepoli sul monte: «Questi è il Figlio mio, l'eletto; ascoltatelo!»; essa indica qualcosa, un punto ben preciso: un esempio; la voce diviene una persona, il Verbo fatto carne, il Dio uomo, fratello e amico che ci indica la strada, che per primo percorre, invitandoci a non aver paura e a seguirlo. Questa **sequela di Cristo** è chiesta a tutti, nessuno escluso, siamo tutti in cammino, nessuno può credersi arrivato, nessuno può pensarsi migliore degli altri, come ci ricorda il vangelo della III domenica, **la conversione è per tutti**, è un'esigenza costante della vita cristiana alla quale non possiamo

sottrarci, nella quale troviamo la nostra realizzazione e la nostra gioia, così come scopre il figlio minore, protagonista della IV domenica, la domenica della gioia, invito a ritornare sui propri passi, a **ritrovare la strada della casa del Padre**, il suo abbraccio, la sua misericordia, chiedendo perdono, motivati a non errare più. Dalla casa del padre misericordioso il vangelo della V domenica ci fa compiere un salto nel tempo, dove in fretta viene allestito dagli scribi e dai farisei davanti a Gesù un tribunale: **siamo chiamati a prendere posizione**, a scegliere se scagliare la nostra pietra, o se lasciarla cadere riconoscendo che anche noi siamo peccatori, adulteri, infedeli, nei confronti di tanti nostri fratelli, e soprattutto nei confronti di Dio (la lapidazione era pena riservata dalla legge agli idolatri non agli infedeli); per chi si dice cristiano non sono possibili categorie che dividano il “noi” dagli “altri”, siamo tutti nella stessa barca e per questo dobbiamo usare misericordia! L'unico ad essere santo è Dio, il solo che resta fedele, l'unico che non si tira indietro, che mantiene fede alle promesse, che rispetta quell'alleanza con l'uomo nella quale si è impegnato: è il cammino che ci propongono le **prime letture** di questo tempo, che narrandoci di Abramo, Mosè, Giosuè ed Isaia, ci ricordano che **IL NOSTRO DIO È FEDELE** al patto d'amore, a quel testamento stipulato più volte con l'umanità e sancito una volta e per tutte nel dono del suo Figlio, morto e risorto per noi. Proprio questa alleanza le **secondo letture** ci chiamano a recuperare, in modo particolare quelle delle ultime 3 domeniche, che ci presentano i **sacramenti della Penitenza/Riconciliazione e del Battesimo** come opportunità che Dio ci concede in Cristo di recuperare quel patto d'amore, quel progetto di bene, che tante volte noi scalfiamo, se non addirittura laceriamo. Stiamo per partire ancora una volta in questo viaggio che ci viene proposto, abbandoniamo tutto ciò che è inutile e che pesa, pronti a scoprire il dono più grande che Dio ha in serbo per noi!



## Mercoledì delle Ceneri 06 Marzo

Dal Vangelo secondo Matteo

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.

Dunque, quando fai l'elemosina, non suonare la tromba davanti a te, come fanno gli ipòcriti nelle sinagoghe e nelle strade, per essere lodati dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, mentre tu fai l'elemosina, non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra, perché la tua elemosina resti nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

E quando pregate, non siate simili agli ipòcriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

E quando digiunate, non diventate malinconici come gli ipòcriti, 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, profùmati la testa e làvati 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».

# I Domenica di Quaresima

## 10 Marzo

Dal Vangelo Secondo Luca



In quel tempo, Gesù, pieno di Spirito Santo, si allontanò dal Giordano ed era guidato dallo Spirito nel deserto, per quaranta giorni, tentato dal diavolo. Non mangiò nulla in quei giorni, ma quando furono terminati, ebbe fame. Allora il diavolo gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' a questa pietra che diventi pane». Gesù gli rispose: «Sta scritto: "Non di solo pane vivrà l'uomo"».

Il diavolo lo condusse in alto, gli mostrò in un istante tutti i regni della terra e gli disse: «Ti darò tutto questo potere e la loro gloria, perché a me è stata data e io la do a chi voglio. Perciò, se ti prostrerai in adorazione dinanzi a me, tutto sarà tuo». Gesù gli rispose: «Sta scritto: "Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto"». Lo condusse a Gerusalemme, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù di qui; sta scritto infatti: "Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo affinché essi ti custodiscano"; e anche: "Essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra"». Gesù gli rispose: «È stato detto: "Non metterai alla prova il Signore Dio tuo"».

Dopo aver esaurito ogni tentazione, il diavolo si allontanò da lui fino al momento fissato.

### Accolgo

- Perché Gesù sceglie il deserto?
- Quale luogo oggi potresti paragonare al deserto?

### Condivido

Il primo Passo riprende il titolo dell'intero elaborato per spronare a "Cogliere l'occasione" che si presenta; le "Chiavi" offrono diverse

possibilità: aprono tante opportunità da prendere al volo, (ma possono anche chiuderle): a noi la scelta! È **“Ambiente”** il luogo in cui è chiesto di **“Progettare”** un impegno utile ai fanciulli per imparare ad aver cura delle persone e delle cose a loro affidate. In Luca (4,1), Gesù è investito di Spirito Santo prima di iniziare la sua missione, è l'esempio che si dovrebbe seguire prima di iniziare qualsiasi attività: lo Spirito dà forza.

**Partecipo:** Realizzo il Porta-occasioni **Simbolo:** Chiave – **Colore** VIOLA



### Post del Giorno

Abbi cura di te,  
del tuo corpo e  
del tuo cuore

Abbi cura degli altri,  
di ciascuno con amore  
Aver cura significa amare:  
aiuti gli altri e  
tu sei migliore

# Il Domenica di Quaresima

## 17 Marzo

Dal Vangelo secondo Luca



In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giovanni e Giacomo e salì sul monte a pregare. Mentre pregava, il suo volto cambiò d'aspetto e la sua veste divenne candida e sfolgorante. Ed ecco, due uomini conversavano con lui: erano Mosè ed Elìa, apparsi nella gloria, e parlavano del suo esodo, che stava per compiersi a Gerusalemme.

Pietro e i suoi compagni erano oppressi dal sonno; ma, quando si svegliarono, videro la sua gloria e i due uomini che stavano con lui. Mentre questi si separavano da lui, Pietro disse a Gesù: «Maestro, è bello per noi essere qui. Facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elìa». Egli non sapeva quello che diceva. Mentre parlava così, venne una nube e li coprì con la sua ombra. All'entrare nella nube, ebbero paura. E dalla nube uscì una voce, che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'eletto; ascoltatelo!». Appena la voce cessò, restò Gesù solo. Essi tacquero e in quei giorni non riferirono a nessuno ciò che avevano visto.

### Accolgo

-Credi che gli apostoli abbiano davvero capito che Gesù è figlio di Dio?

-Noi con quali occhi guardiamo Gesù ?

### Condivido

Il Passo successivo è **“Apri gli occhi”**. A volte occorre mettere gli **“Occhiali”** per riuscire a **“Svelare”**, guardare bene, qualcuno o qualcosa che prima non si vedeva. Spesso è proprio un problema di **“Cultura”**, di mentalità fin da piccoli, non andare oltre la superficialità, ecco perché è stato abbinato a questo luogo. Anche i discepoli in Luca (9,32), quando si svegliarono, ed aprirono gli occhi, riuscirono a

vedere la gloria del Signore. Attraverso uno sguardo più profondo diventa possibile accogliere e rispettare l'altro.

**Partecipo:** Realizzo il Porta-occasioni **Simbolo:** Occhiali **-Colore:** Azzurro

### Post del Giorno

A volte non è facile  
capire le persone  
Ti sbagli a giudicare e  
cadi nell'errore  
Ma anche io da capire  
son difficile  
E allora cerco l'altro,  
e comprendere  
diventa possibile

## III Domenica di Quaresima 24 Marzo

Dal Vangelo Secondo Luca



In quel tempo si presentarono alcuni a riferire a Gesù il fatto di quei Galilei, il cui sangue Pilato aveva fatto scorrere insieme a quello dei loro sacrifici. Prendendo la parola, Gesù disse loro: «Credete che quei

Galilei fossero più peccatori di tutti i Galilei, per aver subito tale sorte? No, io vi dico, ma se non vi convertite, perirete tutti allo stesso modo. O quelle diciotto persone, sulle quali crollò la torre di Siloe e le uccise, credete che fossero più colpevoli di tutti gli abitanti di Gerusalemme? No, io vi dico, ma se non vi convertite, perirete tutti allo stesso modo».

Diceva anche questa parabola: «Un tale aveva piantato un albero di fichi nella sua vigna e venne a cercarvi frutti, ma non ne trovò. Allora disse al vignaiolo: "Ecco, sono tre anni che vengo a cercare frutti su quest'albero, ma non ne trovo. Taglialo dunque! Perché deve sfruttare il terreno?". Ma quello gli rispose: "Padrone, lascialo ancora quest'anno, finché gli avrò zappato attorno e avrò messo il concime. Vedremo se porterà frutti per l'avvenire; se no, lo taglierai"».

## Accolgo

-Chi rappresenta il vignaiolo in questa parabola?

-Noi, quando dedichiamo tempo a cose e persone?

## Condivido

Il terzo Passo: **"Trova il tempo"**, con l' **"Orologio"** che scandisce le ore della giornata; ma questo è impiegato in maniera costruttiva? Occorre dare valore al tempo che è dono di Dio, avendo pazienza come Gesù, (Lc 13,8), non pretendendo tutto e subito. Ogni persona ha i suoi tempi che vanno rispettati: bisogna imparare ad accogliere l'altro così com'è. L'impegno di un **"Lavoro"** manuale, meglio di gruppo, può essere utile ad insegnare che **"Perseverare"** richiede tempo da donare.

**Partecipo:** Realizzo il Porta-occasioni **Simbolo:** Orologio - **Colore:** Verde

### Post del Giorno

Se dici che lo fai,  
devi aiutare!

Ogni parola apre una possibilità,  
ma se non la mantieni,  
qualcuno soffrirà.

Ricordare è  
rimettere nel cuore!

Pensaci bene e  
restituisci con amore

## IV Domenica di Quaresima

31 Marzo

Dal Vangelo secondo Luca



In quel tempo, si avvicinavano a Gesù tutti i pubblicani e i peccatori per ascoltarlo. I farisei e gli scribi mormoravano dicendo: «Costui accoglie i peccatori e mangia con loro». Ed egli disse loro questa parabola: «Un uomo aveva due figli. Il più giovane dei due disse al padre: "Padre, dammi la parte di patrimonio che mi spetta". Ed egli divise tra loro le sue sostanze. Pochi giorni dopo, il figlio più giovane, raccolte tutte le sue cose, partì per un paese lontano e là sperperò il suo patrimonio vivendo in modo dissoluto. Quando ebbe speso tutto,

sopraggiunse in quel paese una grande carestia ed egli cominciò a trovarsi nel bisogno. Allora andò a mettersi al servizio di uno degli abitanti di quella regione, che lo mandò nei suoi campi a pascolare i porci. Avrebbe voluto saziarsi con le carrube di cui si nutrivano i porci; ma nessuno gli dava nulla. Allora ritornò in sé e disse: "Quanti salariati di mio padre hanno pane in abbondanza e io qui muoio di fame! Mi alzerò, andrò da mio padre e gli dirò: Padre, ho peccato verso il Cielo e davanti a te; non sono più degno di essere chiamato tuo figlio. Trattami come uno dei tuoi salariati". Si alzò e tornò da suo padre.

Quando era ancora lontano, suo padre lo vide, ebbe compassione, gli corse incontro, gli si gettò al collo e lo baciò. Il figlio gli disse: "Padre, ho peccato verso il Cielo e davanti a te; non sono più degno di essere chiamato tuo figlio". Ma il padre disse ai servi: "Presto, portate qui il vestito più bello e fateglielo indossare, mettetegli l'anello al dito e i sandali ai piedi. Prendete il vitello grasso, ammazzatelo, mangiamo e facciamo festa, perché questo mio figlio era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato". E cominciarono a far festa. Il figlio maggiore si trovava nei campi. Al ritorno, quando fu vicino a casa, udì la musica e le danze; chiamò uno dei servi e gli domandò che cosa fosse tutto questo. Quello gli rispose: "Tuo fratello è qui e tuo padre ha fatto ammazzare il vitello grasso, perché lo ha riavuto sano e salvo". Egli si indignò, e non voleva entrare. Suo padre allora uscì a supplicarlo. Ma egli rispose a suo padre: "Ecco, io ti servo da tanti anni e non ho mai disobbedito a un tuo comando, e tu non mi hai mai dato un capretto per far festa con i miei amici. Ma ora che è tornato questo tuo figlio, il quale ha divorato le tue sostanze con le prostitute, per lui hai ammazzato il vitello grasso". Gli rispose il padre: "Figlio, tu sei sempre con me e tutto ciò che è mio è tuo; ma bisognava far festa e rallegrarsi, perché questo tuo fratello era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato"».

## Accolgo

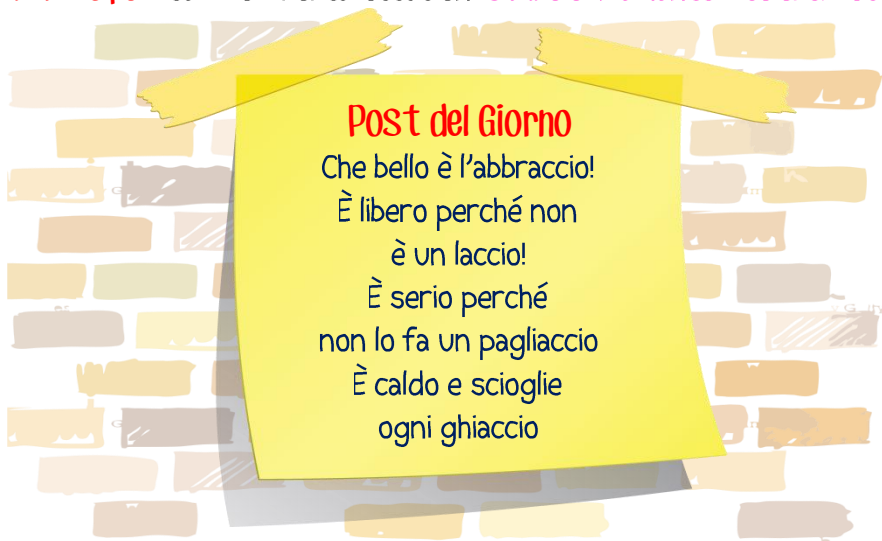
-Quale volto del padre ci presenta Gesù ?

-Noi siamo capaci di aprire il cuore come questo Padre?

## Condivido

Il quarto Passo **"Allarga le braccia"**, come il Padre ha fatto con il figlio (Lc 15,14), correndogli incontro. Tutti siamo come dei **"Diamanti"**, delle pietre grezze all'origine, ma che per brillare hanno bisogno di essere pulite, levigate, trattate con attenzione per mostrare quanto siano preziose. Dove, se non nel luogo della **"Solitudine"** si coglie il bisogno di accogliere ed essere accolti?! Insegnare a **"perdonare"** è scegliere il cuore!

**Partecipo:** Realizzo il Porta-occasioni **Simbolo:** Diamante - **Colore:** Rosa



# V Domenica di Quaresima

7 Aprile

Dal Vangelo secondo Giovanni



In quel tempo, Gesù si avviò verso il monte degli Ulivi. Ma al mattino si recò di nuovo nel tempio e tutto il popolo andava da lui. Ed egli sedette e si mise a insegnare loro. Allora gli scribi e i farisei gli condussero una donna sorpresa in adulterio, la posero in mezzo e gli dissero: «Maestro, questa donna è stata sorpresa in flagrante adulterio. Ora Mosè, nella Legge, ci ha comandato di lapidare donne come questa. Tu che ne dici?». Dicevano questo per metterlo alla prova e per avere motivo di accusarlo. Ma Gesù si chinò e si mise a scrivere col dito per terra. Tuttavia, poiché insistevano nell'interrogarlo, si alzò e disse loro: «Chi di voi è senza peccato, getti per primo la pietra contro di lei». E, chinatosi di nuovo, scriveva per terra. Quelli, udito ciò, se ne andarono uno per uno, cominciando dai più anziani. Lo lasciarono solo, e la donna era là in mezzo. Allora Gesù si alzò e le disse: «Donna, dove sono? Nessuno ti ha condannata?». Ed ella rispose: «Nessuno, Signore». E Gesù disse: «Neanch'io ti condanno; va' e d'ora in poi non peccare più».

---

## Accolgo

- Come si comporta Gesù quando gli scribi e i farisei gli conducono una donna per giudicarla?
- Come ti comporteresti se un gruppo di ragazzi si scagliasse contro una persona in tua presenza?

## Condivido

Il penultimo Passo: **“Dammi il cinque”** (e non un selfie), è il gesto che si scambiano i giovani per salutarsi e per dire che tutto è andato bene (tutto a posto!). Il **“Dito”** della mano può: indicare, imputare, negare..

inserendo il suo uso nel “Mondo digitale”, con un click sul tasto può confermare, accettare, assolvere, ma anche negare, diffamare, condannare. Il “Comprendere”, che vuol dire: mettersi al posto dell’altro, deve aiutare a comportarsi come insegna Gesù (Gv 8,11) a non condannare. Per questo c’è bisogno di far capire quanto siano importanti le parole nella comunicazione e soprattutto a non giudicare frettolosamente.

**Partecipo** Realizzo il Porta-occasioni **Simbolo: Mano - Colore: Arancione**

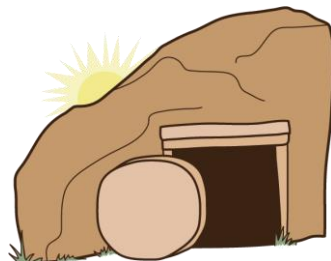
### Post del Giorno

Essere fragile, è utile per me  
Mi ricorda che ho bisogno  
anche di te  
Mi ricorda che è facile  
ferire chi mi è vicino  
Per questo sto attento e  
miglioro nel cammino

# Domenica di Pasqua

21 Aprile

Dal vangelo Secondo Giovanni



Il primo giorno della settimana, Maria di Màgdala si recò al sepolcro di mattino, quando era ancora buio, e vide che la pietra era stata tolta dal sepolcro. Corse allora e andò da Simon Pietro e dall'altro discepolo, quello che Gesù amava, e disse loro: «Hanno portato via il Signore dal sepolcro e non sappiamo dove l'hanno posto!».

Pietro allora uscì insieme all'altro discepolo e si recarono al sepolcro. Correivano insieme tutti e due, ma l'altro discepolo corse più veloce di Pietro e giunse per primo al sepolcro. Si chinò, vide i teli posati là, ma non entrò.

Giunse intanto anche Simon Pietro, che lo seguiva, ed entrò nel sepolcro e osservò i teli posati là, e il sudario – che era stato sul suo capo – non posato là con i teli, ma avvolto in un luogo a parte.

Allora entrò anche l'altro discepolo, che era giunto per primo al sepolcro, e vide e credette. Infatti non avevano ancora compreso la Scrittura, che cioè egli doveva risorgere dai morti.

---

## Accolgo:

- Perché i discepoli che accorsero al sepolcro vuoto videro e credettero?

-Quando ricevete una bella notizia è vero che non vedete l'ora di raccontarla a tutti per condividere la nostra gioia?

## Condivido

Siamo giunti alla fine. Tutti i Passi individuati sono il progressivo incedere in un itinerario che tentano di migliorare la vita dei fanciulli e le loro relazioni: “Cogli l'occasione”, “Apri gli occhi”, “Trova il tempo”,

"Allarga le braccia", "Dammi il cinque", per aiutarli a comprendere che il perno delle relazioni quelle vere è Cristo, solo così, stringendosi a Lui il "Noi", diventa un "un'occasione" da non perdere.

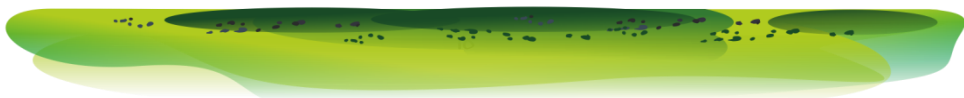
Allora si può "Gioire", far "Festa", uniti in comunione, perché tutto

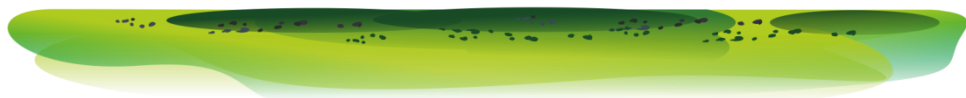
**insieme è più bello**

**Partecipo** Completo il Porta-occasioni **Simbolo:** Torta - **Colore:** Rosso

### Post del Giorno

La comunione è  
più di stare insieme  
È pensare all'altro,  
cercare il suo bene  
Non è avere qualcosa  
in comune adesso,  
ma è pensare agli altri come  
penso a me stesso.  
E se non sai far comunione,  
chiedilo a Gesù...  
lui era un campione.







[www.diocesisorrentocmare.it](http://www.diocesisorrentocmare.it)

