IL FOGLIO DELLA QUARESIMA

Terza settimana

Lo stile di Gesù...

Lungo questa settimana di quaresima **scegli di vivere uno stile, un modo di fare, un atteggiamento** tra quelli che ti sono proposti qui sotto: sono suggerimenti che prendono spunto da quanto Gesù ci propone; **ogni sabato**, poi, ti prenderai **qualche minuto per verificare** se lungo la settimana hai effettivamente vissuto quanto da te scelto.

Scegli, quindi, **una tra queste** azioni: puoi scegliere di continuare a vivere quella scelta settimana scorsa oppure sceglierne un'altra.

- Mi impegno a tenere ordinata la mia camera dando così il mio contributo all'ordine della casa nella quale viviamo: la mamma e il papà non sono i miei servi, siamo una famiglia e ciascuno è bello che faccia la sua parte.
- Mi impegno meglio che posso a scuola.
- Mi impegno ad essere leale e sincero con gli altri.
- Mi impegno ad usare con criterio e senza esagerare smartphone, tablet, tv, videogiochi.

La preghiera della settimana

(se vissuta insieme da tutta la famiglia è più bello)

Domenica 7 marzo

*Partecipa alla **messa domenicale**. Se proprio non puoi recarti in chiesa seguila con attenzione alla televisione.*

Da lunedì 8 a venerdì 12 marzo

*Inizia facendo il **segno della croce** e poi recita ogni giorno la seguente preghiera:*

Gesù, noi non vogliamo essere come Pilato.
Noi vogliamo essere di quelli che "al dunque" non si tirano indietro.
Di quelli che non trovano scuse per dire "Non sono potuto venire".
Noi vogliamo essere tra quelli che dicono:
"Ormai ci siamo impegnati, non possiamo tirarci indietro".
Perché non siamo soli. Ci sei Tu, Gesù.
Tu non hai mai tagliato la corda.
Aiutaci a stare in tua compagnia:
anche Tu ci sei sempre!

*Prosegui leggendo ogni giorno un brano della **passione di Gesù secondo Matteo** secondo quanto qui indicato:*

Lunedì 8 marzo

59I capi dei sacerdoti e tutto il sinedrio cercavano una falsa testimonianza contro Gesù, per
metterlo a morte; 60ma non la trovarono, sebbene si fossero presentati molti falsi testimoni.
Finalmente se ne presentarono due, 61che affermarono: «Costui ha dichiarato: «Posso distruggere
il tempio di Dio e ricostruirlo in tre giorni»». 62Il sommo sacerdote si alzò e gli disse: «Non rispondi
nulla? Che cosa testimoniano costoro contro di te?». 63Ma Gesù taceva. Allora il sommo sacerdote
gli disse: «Ti scongiuro, per il Dio vivente, di dirci se sei tu il Cristo, il Figlio di Dio». 64«Tu l'hai
detto - gli rispose Gesù -; anzi io vi dico:
d'ora innanzi vedrete il Figlio dell'uomo
seduto alla destra della Potenza
evenire sulle nubi del cielo».
65Allora il sommo sacerdote si stracciò le vesti dicendo: «Ha bestemmiato! Che bisogno abbiamo
ancora di testimoni? Ecco, ora avete udito la bestemmia; 66che ve ne pare?». E quelli risposero:
«È reo di morte!».
67Allora gli sputarono in faccia e lo percossero; altri lo schiaffeggiarono, 68dicendo: «Fa' il profeta
per noi, Cristo! Chi è che ti ha colpito?».

(Matteo 26,59-68)

Martedì 9 marzo

69Pietro intanto se ne stava seduto fuori, nel cortile. Una giovane serva gli si avvicinò e disse:
«Anche tu eri con Gesù, il Galileo!». 70Ma egli negò davanti a tutti dicendo: «Non capisco che cosa
dici». 71Mentre usciva verso l'atrio, lo vide un'altra serva e disse ai presenti: «Costui era con Gesù,

il Nazareno». 72Ma egli negò di nuovo, giurando: «Non conosco quell'uomo!». 73Dopo un poco, i presenti si avvicinarono e dissero a Pietro: «È vero, anche tu sei uno di loro: infatti il tuo accento ti tradisce!». 74Allora egli cominciò a imprecare e a giurare: «Non conosco quell'uomo!». E subito un gallo cantò. 75E Pietro si ricordò della parola di Gesù, che aveva detto: «Prima che il gallo canti, tu mi rinnegherai tre volte». E, uscito fuori, pianse amaramente.

(Matteo 26,69-75)

Mercoledì 10 marzo

1Venuto il mattino, tutti i capi dei sacerdoti e gli anziani del popolo tennero consiglio contro Gesù per farlo morire. 2Poi lo misero in catene, lo condussero via e lo consegnarono al governatore Pilato.

(Matteo 27,1-2)

Giovedì 11 marzo

3Allora Giuda - colui che lo tradì -, vedendo che Gesù era stato condannato, preso dal rimorso, riportò le trenta monete d'argento ai capi dei sacerdoti e agli anziani, 4dicendo: «Ho peccato, perché ho tradito sangue innocente». Ma quelli dissero: «A noi che importa? Pensaci tu!». 5Egli allora, gettate le monete d'argento nel tempio, si allontanò e andò a impiccarsi. 6I capi dei sacerdoti, raccolte le monete, dissero: «Non è lecito metterle nel tesoro, perché sono prezzo di sangue». 7Tenuto consiglio, comprarono con esse il «Campo del vasaio» per la sepoltura degli stranieri. 8Perciò quel campo fu chiamato «Campo di sangue» fino al giorno d'oggi. 9Allora si compì quanto era stato detto per mezzo del profeta Geremia: E presero trenta monete d'argento, il prezzo di colui che a tal prezzo fu valutato dai figli d'Israele, 10e le diedero per il campo del vasaio, come mi aveva ordinato il Signore.

(Matteo 27,3-10)

Venerdì 12 marzo

11Gesù intanto comparve davanti al governatore, e il governatore lo interrogò dicendo: «Sei tu il re dei Giudei?». Gesù rispose: «Tu lo dici». 12E mentre i capi dei sacerdoti e gli anziani lo accusavano, non rispose nulla. 13Allora Pilato gli disse: «Non senti quante testimonianze portano contro di te?». 14Ma non gli rispose neanche una parola, tanto che il governatore rimase assai stupito.

15A ogni festa, il governatore era solito rimettere in libertà per la folla un carcerato, a loro scelta. 16In quel momento avevano un carcerato famoso, di nome Barabba. 17Perciò, alla gente che si era radunata, Pilato disse: «Chi volete che io rimetta in libertà per voi: Barabba o Gesù, chiamato Cristo?». 18Sapeva bene infatti che glielo avevano consegnato per invidia. 19Mentre egli sedeva in tribunale, sua moglie gli mandò a dire: «Non avere a che fare con quel giusto, perché oggi, in sogno, sono stata molto turbata per causa sua». 20Ma i capi dei sacerdoti e gli anziani persuasero la folla a chiedere Barabba e a far morire Gesù. 21Allora il governatore domandò loro: «Di questi due, chi volete che io rimetta in libertà per voi?». Quelli risposero: «Barabba!». 22Chiese loro Pilato: «Ma allora, che farò di Gesù, chiamato Cristo?». Tutti risposero: «Sia crocifisso!». 23Ed egli disse: «Ma che male ha fatto?». Essi allora gridavano più forte: «Sia crocifisso!».

24Pilato, visto che non otteneva nulla, anzi che il tumulto aumentava, prese dell'acqua e si lavò le mani davanti alla folla, dicendo: «Non sono responsabile di questo sangue. Pensateci voi!». 25E tutto il popolo rispose: «Il suo sangue ricada su di noi e sui nostri figli». 26Allora rimise in libertà per loro Barabba e, dopo aver fatto flagellare Gesù, lo consegnò perché fosse crocifisso.

(Matteo 27,11-26)

Ogni giorno concludi la preghiera *recitando un* ***"Padre nostro"*** *e facendo nuovamente il* ***segno della croce****.*

Sabato 13 marzo

Inizia facendo un ***segno della croce*** *poi fermati a pensare* ***se lungo la settimana hai vissuto lo stile*** *che hai scelto tra quelli proposti e concludi recitando la seguente preghiera:*

Signore, in questa settimana tra tante difficoltà
ma anche tra molti momenti felici, ho provato a vivere meglio; qualcosa, Signore, sono riuscito a combinare.
Ma una settimana è breve e la prossima avrò il tempo per continuare.
Signore, fammi vivere la prossima settimana con il desiderio di dare il meglio.
Ti chiedo lo stesso aiuto anche per i miei amici e per tutti coloro che la prossima settimana incontrerò.

Fai nuovamente il ***segno della croce****.*

Gli appuntamenti della settimana…

Qui di seguito ti ricordiamo l'appuntamento della **via crucis:**

VENERDI' 12 MARZO: **alle 16.45** nella chiesa di **san Leonardo**,
oppure **alle 17** nella chiesa di **san Teodoro**

RICORDIAMO CHE ANCHE IN **ZONA ARANCIONE RAFFORZATA** LE CHIESE RESTANO APERTE ED **E' POSSIBILE SVOLGERE LE CELEBRAZIONI**.

La ricetta della settimana…

Per la **cena dei venerdì di quaresima** vi proporremo **ogni settimana una ricetta di magro** in uso tra gli antichi pellegrini che si recavano nei diversi santuari dell'Europa cristiana.
Sempre in questa cena proponiamo di **tenere spenta la televisione** per dedicare più tempo e attenzione al dialogo famigliare.
Le ricette sono tratte dal libro di *Marina Cepeda Fuentes*: *"La cucina dei pellegrini, da Compostella a Roma" – ed. San Paolo*

CALDO GALLEGO DE MELÒN (Zuppa di zucca)

I gaglieghi chiamano la zucca gialla "melòn" e il melone "melòn de cuchillo", ossia "melone da coltello". Con le grandi zucche che abbondano nella Galizia si prepara una squisita zuppa "di magro", adatta dunque per la quaresima, che è detta popolarmente "caldo gallego de melòn": è molto amata dai ragazzi per il suo sapore dolciastro.

Ingredienti (per 4 persone)
200 g di fagioli bianchi ammollati; ½ Kg di patate; ½ Kg di zucca gialla; 1 cipolla media; 1 cucchiaino di "pimentòn" o paprica dolce; olio d'oliva; sale.

In una pentola con 2 litri d'acqua fredda mettere i fagioli e le patate e la zucca a pezzetti; lasciar cuocere a fuoco lento finchè i legumi saranno teneri.
A parte, in una padella con una tazzina d'olio, soffriggere la cipolla finemente tritata con la paprica e versare nella zuppa appena sarà pronta. Servire sopra fette di pane raffermo.