

A MENSA CON IL CROCIFISSO RISORTO



*Sussidio per la Quaresima
2022*

Indice

Presentazione.....	pag. 4
Prima domenica.....	pag. 6
Seconda domenica.....	pag. 10
Terza domenica.....	pag. 14
Quarta domenica.....	pag. 18
Quinta domenica.....	pag. 22
Sesta domenica.....	pag. 26
Materiali aggiuntivi.....	pag. 30

Legenda



Lettera pastorale 2021-22
Eucaristia: missione della Chiesa.



Commento al momento liturgico
sul quale si è invitati a riflettere.



Riflessione sulle letture della domenica.



Spunti per il dialogo.



Simbolo.



Proposta per i bambini.



Pregheira dei fedeli.

Presentazione

Cari catechisti, educatori, genitori e bambini, anche quest'anno è arrivata la Quaresima, un tempo particolare nella vita della Chiesa che vogliamo accogliere come un dono speciale di Dio, come del resto ogni momento della nostra vita. Questa Quaresima sarà dunque un'occasione per un ascolto approfondito di Dio che continua a rivolgere la sua Parola di misericordia al popolo, un'occasione per una crescita cristiana e umana, personale e comunitaria, un'occasione per la vera e propria conversione dei cuori. Per amare meglio e di più.

Questa Quaresima è segnata anche da due indicazioni forti che la Chiesa vive. La prima, quella di Papa Francesco, che richiama fermamente allo stile sinodale, un invito ad ascoltare lo Spirito Santo che parla alla Chiesa e al mondo. La seconda è un'indicazione del nostro vescovo Ovidio, che desidera che la Chiesa Fidentina rifletta sul dono grande che è l'Eucarestia. Cogliendo la prima indicazione, preparando questo sussidio, abbiamo lavorato insieme coinvolgendo tutti gli uffici pastorali della nostra diocesi, cogliendo la seconda abbiamo scelto di concentrare la nostra attenzione sulla Santa Messa spiegando 6 parti della Celebrazione Eucaristica, una per ogni domenica di Quaresima. Questo lavoro è in continuazione con quello iniziato in Avvento.

La prima domenica di Quaresima è dedicata alla Liturgia della Parola e la parola chiave che la accompagna è **ascoltare**. La seconda domenica ci vedrà impegnati nella riflessione sull'offertorio perciò la parola indicata è **donare**. Successivamente si rifletterà sulla parte della Messa chiamata Prefazio, dove la Chiesa racconta le grandi opere di Dio vivente, la parola chiave è **narrare**. La quarta domenica con la parola **santificare** sarà per noi un'occasione di riflettere sulla ricchezza orante della Chiesa che si esprime attraverso la Preghiera Eucaristica. Nella quinta, invece, ringrazieremo il Signore per il suo

corpo, donato nel mistero della comunione, la parola che ci guida è **condividere**. L'ultima domenica, che è la domenica delle Palme, ci ricorda che l'Eucarestia è una missione della Chiesa, siamo mandati per imparare ad **amare**.

Cari amici, con questo sussidio vi invitiamo dunque alla Mensa con il Crocifisso Risorto, per vivere insieme come diocesi, questo dono della Quaresima. Speriamo che questo strumento, accompagnato dal segno delle calamite che vengono gratuitamente donate a tutti i bambini, possa costituire un accattivante e valido aiuto nel vivere questo tempo di grazia.

La mia riconoscenza va al nostro vescovo Ovidio per il suo sostegno e le indicazioni che hanno permesso di rendere più bello questo strumento. Grazie a tutti coloro che hanno lavorato nello stile sinodale per la stesura del testo e per la parte grafica. Sia un valido strumento per la crescita della nostra fede.

Buona Quaresima.

*Don Marek
Vicario Episcopale per la Pastorale*

Prima domenica ASCOLTARE



"L'incontro di Gesù risorto con i due di Emmaus riflette il vissuto eucaristico della Chiesa delle origini, al centro della quale vi sta la Parola annunciata e spiegata e l'Eucaristia condivisa." (pag 63)



LITURGIA DELLA PAROLA

Le letture scelte dalla Sacra Scrittura con i canti che le accompagnano costituiscono la parte principale della Liturgia della Parola. Nelle letture, che vengono poi spiegate nell'omelia, Dio parla al suo popolo, Cristo stesso vi si rende presente, manifesta il mistero della redenzione e della salvezza e offre un nutrimento spirituale.

SUGGERIMENTO: Durante la celebrazione dell'Eucarestia diamo risalto al momento della lettura delle Sacre Scritture affiancando al lezionario la luce delle candele.



ASCOLTO, QUINDI SONO

L'ascolto è un'arte troppo poco praticata nella nostra vita: l'ascolto di se stessi, di Dio e degli altri, ci mettono in relazione e ci rendono persone compiute. L'ascolto non deve travolgerci e confonderci, ma porci accanto all'altro lasciandoci interrogare. La Bibbia è la bussola che ci aiuta nel discernimento, facendoci comprendere dove è necessario porre maggiore attenzione.

LA BIBBIA

Il libro della Bibbia è la Parola di Dio presente fin dalla Creazione del mondo: nell'Antico Testamento il Signore parla al Suo popolo per bocca dei profeti; nel Nuovo Testamento con la voce del Suo Figlio e di coloro che lo hanno conosciuto e ci chiede di ascoltarlo.



[Stampa il racconto](#)



[Stampa la scheda con l'attività](#)

Se hai in mano il sussidio cartaceo trovi questo materiale a pagina 31



Essere ragazzi nel tempo di oggi è particolarmente difficile. Delle tante cose che ascoltiamo facciamo fatica a capire quali possono essere davvero autorevoli. In tanti ti vogliono insegnare, ti vogliono inculcare, ma quali sono le voci da ascoltare? Hai un criterio attraverso il quale riesci a distinguere parole manipolatorie da parole di crescita/speranza? Quanto sei capace di ascoltare ed accogliere gli insegnamenti della famiglia, della scuola, degli amici cari? Non dimenticare di ascoltare la voce dei più piccoli intorno a te, che facilmente vengono sovrastati e zittiti, ma potrebbero insegnarti tanto.



PREGHIERA DEI FEDELI

Ad ogni invocazione rispondiamo:

Kyrie eleison

- Gesù, tu hai predicato la verità e il bene, eppure ti hanno fatto tacere. Anche noi a volte ascoltiamo chi ci fa più comodo, per questo ti chiediamo di avere pietà di noi.
- Gesù tu non hai reagito alle accuse e alla violenza, è facile cedere alla tentazione di rispondere al male col male, per questo ti chiediamo di avere pietà di noi.
- Gesù anche gli apostoli ti hanno lasciato solo, si è portati tutti a stare dalla parte di chi vince, per questo ti chiediamo di avere pietà di noi.
- Gesù, Pilato ha avuto paura della folla che gridava contro di te, ma non sempre la maggioranza ha ragione, per questo ti chiediamo di avere pietà di noi.



Seconda domenica

DONARE



"... Gesù conosce qual è la vera fame dell'uomo e porge il pane della Parola e dell'Eucaristia perché la folla comprenda il senso dell'essere alla sua sequela con obbedienza e fedeltà (cfr. Gv 6,1-15)." (pag 59)



OFFERTORIO

All'inizio della Liturgia Eucaristica si portano all'altare i doni, che diventeranno il Corpo e il Sangue di Cristo. I fedeli, come il bambino che offrì i cinque pani e i due pesci a Gesù per sfamare le folle, presentano il pane e il vino, il sacerdote li riceve e li depone sull'altare che, da questo momento, diventa tavola imbandita per tutti i commensali.

SUGGERIMENTO: Durante la celebrazione dell'Eucarestia diamo risalto al momento dell'offertorio organizzando una processione offertoriale.



FARSI CIBO

Offrirsi al prossimo è un'occasione unica di condivisione, dove si intrecciano vibrazioni di vita che si realizzano. Ognuno vive per sè, ma tanto anche per gli altri: impariamo a donare pezzi della nostra storia, del nostro impegno, ancor prima che offrire doni materiali. La vita è un continuo dono verso il prossimo, in un atteggiamento che non prevede un benefattore e un beneficiato, ma una condivisione tra pari. La fragranza del pane ed il sapore intenso del vino devono essere portati a quante più persone possibile.

LE OFFERTE

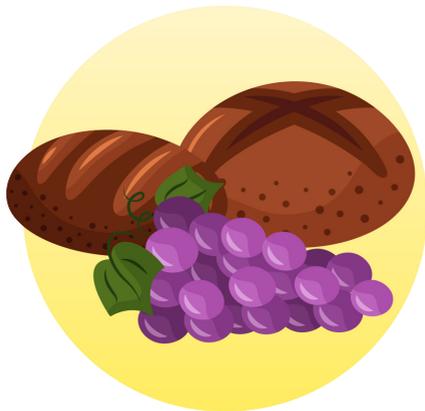
Il pane e il vino che portiamo all'altare sono il simbolo di tutto ciò che il Signore ci dona e che nel sacrificio eucaristico tornano a Lui per essere trasformati: è il momento della Santa Messa in cui offriamo noi stessi, con tutto ciò che siamo e che abbiamo, affinché il Signore trasformi con il suo amore anche la nostra vita.

[Stampa il racconto](#)



[Stampa la scheda con l'attività](#)

Se hai in mano il sussidio cartaceo trovi questo materiale a pagina 31



Il Papa ci ripete allo sfinito che **l'unico sguardo giustificabile rivolto dall'alto verso il basso è quando si aiuta il prossimo a rialzarsi**. Non c'è nulla di meglio che donare agli altri la bellezza del nostro incontro con il Signore e di come ci ha cambiato la vita. Nel tuo quotidiano sei capace di questo? **Sei capace di donare te stesso senza immaginare un tornaconto?** Chi sono i destinatari dei tuoi doni?



PREGHIERA DEI FEDELI

Ad ogni invocazione rispondiamo:

Kyrie eleison

- Perché seguendo il Tuo esempio in questo periodo di prova riusciamo a superare le tentazioni del male che ci vuole divisi. Ti preghiamo.
- Perché nei litigi e nelle discussioni che creano divisione possiamo sempre trovare la strada giusta per tornare a far pace. Ti preghiamo.
- Perché possiamo avere la grazia del dono della Fede, che ci sostiene quando la vita ci fa vacillare. Ti preghiamo.
- Perché chi ci guarda, possa scoprire in noi qualche tratto del volto di Gesù e perchè noi sappiamo vedere il Tuo volto nei più deboli e poveri. Ti preghiamo.



Terza domenica

NARRARE



“La Chiesa, mediante l’annuncio dell’evangelo e la testimonianza della carità, narra al mondo, folla stanca e affamata di un pane vero (cfr. Mc 6,34-44).” (pag 103)



PREFAZIO

Nel prefazio si esprime l’azione di grazie: il sacerdote, nel dialogo introduttivo coinvolge tutta l’assemblea, invita a confidare sempre nel Signore e, a nome di tutto il popolo santo, glorifica Dio Padre e gli rende grazie per tutta l’opera della salvezza.

SUGGERIMENTO: Durante la celebrazione dell’Eucarestia diamo risalto al momento del prefazio esortando l’assemblea ad una risposta forte e chiara al dialogo iniziale.



LA TUA, È UNA STORIA DI SALVEZZA

La nostra storia è qualcosa che ci portiamo dentro e che determina le scelte presenti e future. Un percorso segnato dalla gioia, dalla fatica, dal dolore, dalla felicità: in ogni momento possiamo riconoscere la presenza del Signore che ci ha soccorso, sollevato, accompagnato. E’ importante prendersi momenti dove ri-narrarci la nostra storia, ci restituisce consapevolezza e gratitudine, ma soprattutto speranza laddove verificiamo che non siamo mai stati soli. La penna e la pergamena ci ricordano quanto sia importante tenere traccia e raccontarci a noi stessi e agli altri, affinché possiamo sempre riconoscere l’intervento della mano di Dio nella vita di ciascuno.

☆ PENNA E PERGAMENA

Molti sono i modi in cui possiamo rendere grazie a Dio per le sue opere: penna e pergamena simboleggiano la lode attraverso le parole recitate durante il prefazio, momento in cui il Sacerdote ricorda le opere del Signore e la storia della salvezza.

[Stampa il racconto](#)



[Stampa la scheda con l'attività](#)

Se hai in mano il sussidio cartaceo trovi questo materiale a pagina 31



Quando si è giovani si ritiene di non avere ancora una grande storia da raccontare, ci aspettiamo che siano gli adulti e gli anziani a dispensarci un pò della loro saggezza portandoci la loro storia. Invece **ogni vita, pur breve che sia, ha tanti "tesori" da donare. Hai occasione di raccontarti in modo autentico agli altri? Chi sono i destinatari dei tuoi "pezzi" di storia?**

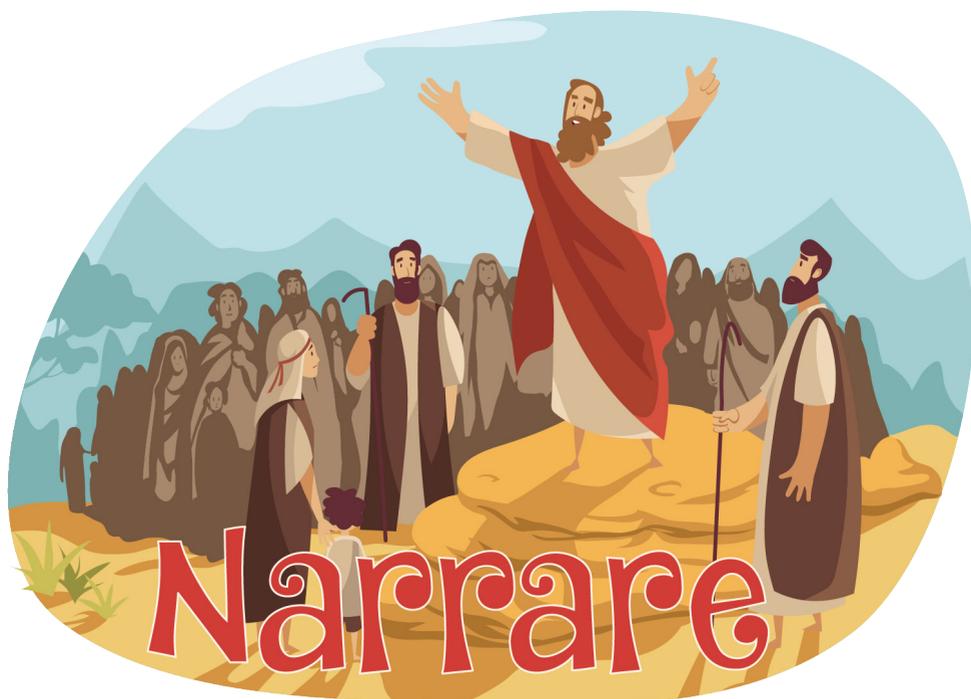


PREGHIERA DEI FEDELI

Ad ogni invocazione rispondiamo:

Ricordati di noi Signore

- Quando siamo in difficoltà o nel peccato. Ti supplichiamo.
- Quando ci rendiamo conto di aver sbagliato, ma ormai è troppo tardi. Ti supplichiamo.
- Quando ci sembra che si possa essere felici, lontano da te. Ti supplichiamo.
- Quando non aiutiamo gli altri a fare il bene. Ti supplichiamo.



Quarta domenica SANTIFICARE



"La liturgia è l'azione del pane spezzato e del calice condiviso, di cui la celebrazione eucaristica costituisce il vertice."

(pag 106)



PREGHIERA EUCHARISTICA

La Chiesa implora con speciali invocazioni la potenza dello Spirito Santo, perché i doni offerti dagli uomini siano consacrati, cioè diventino il Corpo e il Sangue di Cristo e perché quel nutrimento, favorisca l'unità e la ricerca di salvezza di coloro che vi parteciperanno.

SUGGERIMENTO: Durante la celebrazione dell'Eucarestia diamo risalto al momento della preghiera eucaristica usando la quarta, e incensando il Corpo e il Sangue di Cristo alla consacrazione.

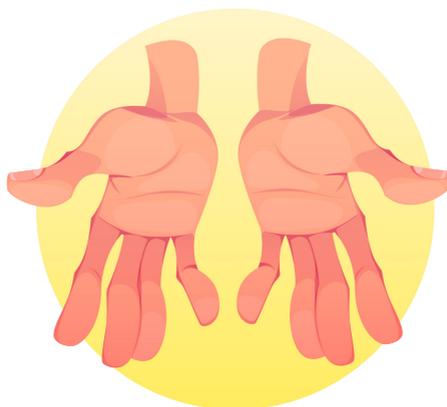


AMARE CON-TATTO

Il santificare richiama il tema della sacralità: **l'esperienza dell'incontro spirituale con il Signore ci richiede di rendere sacro ogni atto quotidiano.** Il tatto ci dà misura del confine del nostro corpo, ma ci permette anche di incontrare l'altro con coraggio e spirito di condivisione: un dolore "toccato", una gioia "tastata", una sofferenza "abbracciata" non sono più distanti perchè altro da noi, ma diventano immediatamente "nostre". **Le mani sono immagine di uno spirito, un'idea, un'emozione, un'etica che prendono vita e diventano "azione": possiamo così diventare artisti di Dio.**

LE MANI

Le mani del sacerdote si uniscono alle sue parole durante la consacrazione, nell'invocare lo Spirito Santo e nel ripetere le parole e i gesti del Signore Gesù durante l'Ultima Cena, perché nuovamente il pane e il vino diventino il Suo Corpo e il Suo Sangue.



Stampa il racconto



Stampa la scheda
con l'attività

Se hai in mano il sussidio cartaceo
trovi questo materiale a pagina 31



In un mondo sempre più virtuale, il tatto rischia di perdere tanta della sua potenzialità: **tutto è orientato alla vista, ciò che permette di osservare e stupirsi ma anche di portare all'esaltazione dell'apparenza.** Il tempo del distanziamento ci ha fatto tornare ad apprezzare il contatto fisico, con un bisogno di recuperare il tempo perduto. Come hai vissuto questo tempo senza poter incontrare i tuoi amici? Sei capace di "incontrare e toccare" anche coloro che sono in difficoltà?



PREGHIERA DEI FEDELI

Ad ogni invocazione rispondiamo:
Salvaci Signore

- Perché confidiamo che il bene fatto non vada mai perduto. Ti preghiamo.
- Perché abbiamo pietà di chi è nella prova e nel dolore. Ti preghiamo.
- Perché impariamo ad essere fedeli al Signore, sino alla fine. Ti preghiamo.
- Perché davanti al male impariamo a pregare in silenzio. Ti preghiamo.



Quinta domenica

CONDIVIDERE



“Per la comunità cristiana la celebrazione dell’evento eucaristico attraverso il rito non è rievocazione emotiva di un avvenimento del passato legato all’episodio dell’ultima cena, ma ‘memoriale’ della sua Pasqua di croce e di gloria, e in obbedienza al suo comandamento: «Fate questo in memoria di me» (cfr. Lc 22,19; 1Cor 11,24-25).” (pag 98)



COMUNIONE

La Celebrazione Eucaristica è un convito pasquale, il memoriale dell’Ultima Cena. Seguendo il comando del Signore: “Fate questo in memoria di me”, i fedeli sono invitati a ricevere il suo Corpo e il suo Sangue come cibo spirituale.

SUGGERIMENTO: Durante la celebrazione dell’Eucarestia diamo risalto al momento della comunione lasciando un momento di silenzio per il ringraziamento personale



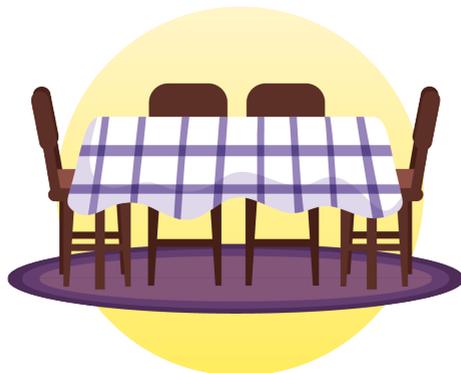
ALLA STESSA MENSA UNA SOLA FAMIGLIA

La tavola è il luogo delle relazioni, della serenità, un luogo che immediatamente richiama alla casa, alla cura ed alla relazione fraterna; abbassa le difese, il pregiudizio e la paura perchè porta immediatamente ad un piano di umanità. In qualche modo è anche immagine della nostra comunità cristiana, che accoglie l’altro a partire dalle sue esigenze fisiologiche, come il bisogno di mangiare: quel

momento diventa però luogo per nutrirsi reciprocamente di tanto altro, di senso, di spirito, di fede. **In un tempo di profonde solitudini, il richiamo alla tavola ci ricorda l'importanza dell'accoglienza e della relazione con il prossimo.**

★ LA TAVOLA DA PRANZO

Come i dodici apostoli anche noi siamo chiamati a sederci alla mensa del Signore e a condividere il pane e il vino - ora Suo Corpo e Suo Sangue: ogni domenica il Signore Gesù ci invita a prendere posto a tavola con Lui!



Stampa il racconto



Stampa la scheda
con l'attività

Se hai in mano il sussidio cartaceo
trovi questo materiale a pagina 31



Nella casa di ciascuno la tavola è il luogo sicuro, la certezza di qualcuno che ti aspetta ed ha apparecchiato per te, cucinando qualcosa di buono. **Il sapore del cibo si fonde con il sapore di stare con i nostri familiari**, ma non sempre siamo in grado di riconoscere la bellezza e la cura che gli altri ci stanno offrendo. Sei in grado di accogliere tutto questo? Cosa porti di tuo a questa tavola?



PREGHIERA DEI FEDELI

Ad ogni invocazione rispondiamo:

Grazie Signore

- Ci hai donato la Parrocchia, per poterti conoscere, amare e servire. Ti diciamo.
- Ci chiami tutte le domeniche a celebrare la tua Santa Cena, per imparare a vivere come fratelli. Ti diciamo.
- Ci hai fatto dono di sacerdoti che , nel tuo Nome, consacrano il Pane e il Vino, segno della tua presenza. Ti diciamo.
- Ci hai accolti fin da piccoli in una grande famiglia, per aiutarci a crescere come tu desideri. Ti diciamo.



Sesta domenica

AMARE



“L’ascolto delle Scritture spiegate e la condivisione del banchetto che Gesù ha preparato segnano l’avvio di un cammino di ritorno e l’inizio di una testimonianza-missione.”
(pag 70)



CONGEDO

Alla fine della celebrazione il sacerdote congeda il popolo perché ognuno ritorni alla propria vita quotidiana, al proprio impegno di bene nascosto e ordinario, lodando e benedicendo Dio.

SUGGERIMENTO: Durante la celebrazione dell’Eucarestia diamo risalto al momento del congedo utilizzando una formula per la benedizione solenne.

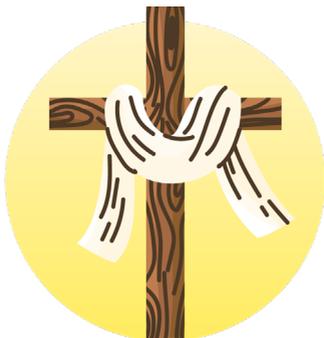


AMORE RESILIENTE

Nel passaggio festoso in Gerusalemme è già segnato il destino di Gesù. Un’amore che sa stare nella gioia, ma anche nella prova più difficile qual è il dono della vita per gli altri. Anche a noi viene chiesto ugualmente di essere fedeli alla missione, in un amore che oltre ad essere sentimento ed emozione è una scelta di campo chiara, un rimanere saldi al di là di tutto. L’insegnamento di Gesù è chiaro: solo l’amore di Dio può trasformarci, trascenderci, portarci oltre la morte. La croce continui a ricordarci di farci amorevoli verso tutto e tutti.

LA GROCE

La croce è simbolo dell'amore di Dio per noi: Gesù ci ha amati al punto da dare la vita per la nostra salvezza. Ma si tratta di una croce gloriosa, perché in essa contempliamo già la Resurrezione! Alla fine della Santa Messa, ognuno di noi torna alla propria casa, carico di questo amore e con il compito di portarlo ai fratelli.



Stampa il racconto



Stampa la scheda
con l'attività

Se hai in mano il sussidio cartaceo
trovi questo materiale a pagina 31



Amare è un verbo particolarmente complicato nella vita di ragazzi e ragazze. Un verbo che richiama a sentimenti, "turbolenze", passioni. Al contempo è un qualcosa particolarmente difficile da vivere rispetto a sè stessi. Ci si sente spesso sbagliati, inadeguati, incapaci, ci si pongono un sacco di dubbi. Dobbiamo coltivare la capacità di amare noi stessi! Quanto ti ami? Sei in grado di riconoscere i tuoi limiti umani, accettandoli ed amandoli così come sono? Dio certamente li ha amati prima di te e continua a farlo ogni giorno.



PREGHIERA DEI FEDELI

Ad ogni invocazione rispondiamo:
Sostieni la nostra fede.

- Perché possiamo sempre amare Te e chi ci sta accanto con tutte le nostre forze. Ti preghiamo.
- Perché le persone possano trovare o avere un lavoro che gli consenta di vivere degnamente. Ti preghiamo.
- Perché nonostante le difficoltà non perdiamo mai la Speranza. Ti preghiamo.
- Perché ci lasciamo abbracciare dall'amore che stiamo per contemplare nella tua passione. Ti preghiamo.



Materiali aggiuntivi

CALAMITE

Vi saranno consegnate 6 calamite per ogni bambino, ognuna richiamerà un momento della vita di Gesù dalla quale scaturisce l'azione liturgica della Chiesa



Potete anche scaricare le singole immagini delle calamite cliccando o scansionando il QRcode qui sotto, oppure cercando tra gli allegati nella mail del sussidio.



SCHEDE E MATERIALI PER I BAMBINI

Il materiale per la catechesi dei bambini non si trova in questo libretto ma vi arriverà in allegato ad esso per mail.

Potrete in ogni caso scaricare (ed eventualmente inviare via whatsapp agli assenti) i pdf cliccando o scansionando il QRcode qui sotto.



SUSSIDIO IN FORMATO DIGITALE

Se preferisci avere il sussidio in formato digitale scansiona il QRcode qui sotto.



Buona Pasqua

