

Ufficio Liturgico della Diocesi di San Marino-Montefeltro

# 10 marzo 2024 IV domenica di Quaresima

Sussidio per il Tempo di Quaresima



LA LUCE  
È VENUTA  
NEL MONDO  
CHI FA  
LA VERITÀ  
VIENE  
ALLA LUCE

*(Cfr. Giovanni 3,19-21)*

# L'arte del celebrare

## **Domenica *Laetare***

In questa domenica *Laetare* è consentito l'uso di paramenti rosacei, dei fiori e degli strumenti musicali. Questa possibilità ha il valore umano di un momento di sosta per ritemperare l'impegno serio del cammino penitenziale.

## **Processione d'ingresso**

La Croce è un segno centrale in questa e nella prossima domenica di Quaresima e lo si potrebbe evidenziare nella processione d'ingresso.

## **Monizione iniziale**

«Rallegrati, Gerusalemme, e voi tutti che l'amate radunatevi. Sfavillate di gioia con essa, voi che eravate nel lutto. Così gioirete e vi sazierete al seno delle sue consolazioni» (IV Domenica di Quaresima, Antifona d'ingresso, MR, p. 99). In questa quarta domenica di Quaresima accogliamo l'invito di san Paolo VI: «Viene la Pasqua e lasciamo che questa domenica ce ne porti l'annuncio con una nota di gioia insolita nell'austerità quaresimale» (Angelus, 2 marzo 1975). Il tempo dell'Alleanza si incontra con la rottura di questo patto da parte dell'uomo, a causa del peccato. Dio però non si lascia vincere dalla miseria umana e in Cristo Gesù, crocifisso e risorto, ricostruisce la sua storia d'amore con l'umanità creata a sua immagine e somiglianza.

## **Atto penitenziale**

Per introdurre l'Atto penitenziale si può utilizzare il I formulario introdotto dalla monizione: "Il Signore Gesù, che ci invita alla mensa della Parola e dell'Eucaristia, ci chiama alla conversione..." (MR p. 311) e cantare i tropi qui riportati.

- Signore, alleanza nuova ed eterna tra Dio e l'uomo,

*Kyrie, eleison.*

- Cristo, innalzato sulla croce per darci la vita,

*Christe, eleison.*

- Signore, venuto non a condannare ma a salvare il mondo,

*Kyrie, eleison.*

## **Colletta**

Come orazione colletta si può usare la colletta alternativa per il Tempo di Quaresima (IV domenica B, MR, p. 1011).

## **Liturgia della Parola**

La Quaresima è un Tempo liturgico dedicato all'ascolto della Parola di Dio: è auspicabile che si canti il salmo responsoriale, l'acclamazione al Vangelo, il saluto e la risposta del popolo al termine della proclamazione.

## **Professione di fede**

Per la professione di fede si può utilizzare il Simbolo "degli Apostoli" (MR, p. 323).

## **Prefazio**

In questa domenica si può usare il Prefazio della Passione del Signore I (MR, p. 346) che mette in risalto la potenza della Croce di Cristo, seguito dalla Preghiera Eucaristica III. In Appendice è invece disponibile un approfondimento del Prefazio di Quaresima IV.

## **Anamnesi e Agnello di Dio**

Nelle celebrazioni del Tempo di Quaresima, soprattutto in quelle delle domeniche, si curi in modo particolare l'Anamnesi con la risposta "Tu ci hai redenti con la tua croce..." e le invocazioni che accompagnano la

frazione del pane "Agnello di Dio, che togli i peccati del mondo...", favorendo con il canto la partecipazione di tutta l'assemblea.

### **Benedizione**

Per la benedizione finale si raccomanda l'uso dell'Orazione sul popolo (MR p. 101).

### **Congedo**

Se lo si ritiene opportuno, le assemblee liturgiche della Quaresima possono sciogliersi nel silenzio.

# Vivere il Programma Pastorale Diocesano

## **ICONA BIBLICA: Lc 24,13-35**

*Quando fu a tavola con loro, prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. Allora si aprirono i loro occhi e lo riconobbero. Ma egli sparì dalla loro vista.*



## **Discernimento ed eucaristia**

Riconosce pienamente il Signore risorto chi lo sperimenta come Signore offerto, come pane spezzato e donato. Solo chi avverte l'abbraccio del suo amore può riconoscere e confessare che Gesù è il Signore (cfr. 1Cor 12,3). Il discernimento ecclesiale prende le mosse dalla frazione e dalla condivisione del pane: sia quella rituale, la Celebrazione e Comunione eucaristica, sia quella esistenziale, il servizio e la prossimità alla gente. Chi si nutre del corpo eucaristico del Signore è nelle condizioni migliori per discernere le esigenze del corpo ecclesiale e del corpo sociale. (Programma pastorale diocesano, pag. 39)

## L'arte del predicare

«*Rallegrati, Gerusalemme, e voi tutti che l'amate radunatevi. Sfavillate di gioia con essa, voi che eravate nel lutto. Così gioirete e vi sazierete al seno delle sue consolazioni*». L'antifona di ingresso ci introduce bene al clima di questa domenica *Laetare*, che ci invita ad uno sguardo all'indietro contemplativo, gioioso e grato sulla nostra storia personale e comunitaria. La letizia di questa liturgia è dovuta sicuramente alla comunità cristiana che si felicita oggi per lo zelo dei credenti, i quali hanno già compiuto più di metà del cammino quaresimale e ora possono guardare con slancio alla celebrazione della Pasqua. Ma molto più il rallegrarsi è motivato dalla considerazione grata del cammino dalle tenebre alla luce che Dio fa compiere ad ognuno dei suoi figli. Oggi la liturgia ci chiede proprio di tornare a considerarlo e contemplarlo («*da morti che eravamo per le colpe, ci ha fatto rivivere con Cristo*»: Ef 2,5), in una sorta di anticipazione della celebrazione pasquale in cui gusteremo pienamente la bellezza di tutto questo.

### **Da morti che eravamo per le colpe**

Le lettere paoline più volte affermano che con il peccato è entrata nel mondo la morte; ma che significa che il peccato conduce alla morte? I libri delle Cronache ci aiutano a visualizzare questo concetto grazie ad una rilettura teologica della storia di Gerusalemme; il testo che ci viene proposto quest'oggi ne ripercorre gli eventi più tragici con sguardo profetico, uno sguardo cioè che non si accontenta di enucleare gli accadimenti o di individuarne le cause e le conseguenze fattuali, ma ne indaga il senso profondo nel tentativo di leggere i processi storici con gli occhi di Dio. La distruzione di Gerusalemme del 587 a.C. ad opera dei Babilonesi e la deportazione di buona parte del popolo furono davvero una tragedia nazionale. Il tempio, cuore politico, religioso e

simbolico della città santa, fu colpito in modo irreparabile; le ricchezze e la gloria del popolo in un attimo furono dissolte; si andava incontro all'allontanamento e alla disgregazione. Tutto questo non poteva essere solo un caso perverso, o il prodotto di eventi neutri; doveva esserci una ragione profonda e un senso in tutto ciò! La rilettura profetica del nostro testo considera come Dio abbia offerto ad Israele il dono della comunione con sé (l'alleanza); tuttavia il popolo ha moltiplicato le sue infedeltà trascurando la relazione con il Signore. Proprio così sono intesi i peccati del popolo: come gesti che voltano le spalle al Signore, mettendo a repentaglio la relazione con lui. L'opera e le parole dei profeti vengono interpretate come ripetuti tentativi di Dio di riportare a sé il popolo traditore; tentativi purtroppo andati a vuoto, *«al punto che l'ira del Signore contro il suo popolo raggiunse il culmine, senza più rimedio»* (36,16), e si tradusse in distruzione e morte. Si tratta di uno schema di rilettura profetica della storia che deve essere compreso in profondità e con attenzione, per evitare letture pagane o fundamenta-liste. Quando la Scrittura parla di "ira", in realtà cerca di tradurre la realtà misteriosa e inafferrabile di Dio con un'immagine che sia comprensibile per l'uomo; e l'ira lo è: tutti sappiamo bene come funziona, come un bicchiere che goccia dopo goccia si riempie fino a traboccare, e a quel punto ogni reazione assume toni spropositati. Quando la Scrittura parla dell'ira di Dio indica così la reazione "necessaria" di Dio di fronte al male: egli non lo può sopportare, altrimenti non sarebbe Dio. Ma si tratta solo di una metafora: ci dice qualcosa sulla distanza che c'è tra Dio e il male; e soprattutto ci fa comprendere il fatto che quando l'uomo vive nel male e nel peccato, vede Dio distante, irato, come un nemico; non riesce più a riconoscere il suo volto buono e pietoso. L'ira di Dio è dunque una percezione umana, che smaschera però il peccato dell'uomo: percepisco infatti un Dio in collera quando ho peccato. Non è Dio ad adirarsi, ma l'uomo a vederlo così; poiché se io mi rendo collaboratore col peccato, Dio non

si renderà connivente con esso. È proprio vero che più mi allontanano da Dio, più la mia percezione di lui sarà distorta: comincerò a pensarlo come un giudice implacabile, o addirittura un punitore che mi aspetta al varco. Insomma, la vera distruzione e la vera morte che il peccato fa entrare nel mondo è un'immagine distorta e falsata di Dio; e quando si ha paura di Dio, si comincia ad aver davvero paura della morte (poiché si dispera del perdono e della grazia). La distruzione di Gerusalemme viene dunque interpretata come il male terribile a cui i peccati di idolatria, ingiustizia e corruzione hanno condotto il popolo; chi si allontana da Dio, in fondo, abbandona se stesso alla morte! È vero che il peccato crea dei frutti amari anzitutto per chi lo compie; i suoi sono morsi mortali, come quelli dei serpenti nel deserto nel giorno della mormorazione (Nm 21,4-9): sono i morsi della solitudine, dell'isolamento, del non-senso, dell'assenza di speranza. Ecco – sembra affermare la rilettura profetica del libro delle Cronache – se tutta questa amarezza ti porta ad allontanarti dal tuo peccato e a ritornare al Signore, ben venga! Se il dolore dell'esilio e la nostalgia di Gerusalemme riporterà il popolo ad affezionarsi al Signore, allora un senso ci sarà stato! Ma è un processo lungo e doloroso, dove si deve lasciare il tempo all'angoscia di decantare (la terra *«riposerà per tutto il tempo della desolazione fino al compiersi di settanta anni»*: 36,21) e al cuore di tornare ad essere aperto per ricevere la grazia di Dio. C'è infatti un'azione gratuita di Dio che suscita un re straniero, Ciro re di Persia, a favore del suo popolo. Anche l'evento della vittoria dei Persiani sui Babilonesi viene riletto in modo profetico: nessun merito da parte umana, ma la sofferenza aveva preparato il terreno per poter ricevere la pura grazia di Dio.

### **Per grazia siete salvati**

La salvezza dai morsi del peccato è grazia assoluta, dunque, ma occorre un cuore ben disposto per accoglierla. Come avveniva anche nel



deserto quando la guarigione dal male provocato dal peccato di mormorazione veniva gratuita – la forza penetrante e dirompente – da un serpente di bronzo issato da Mosè sull’asta, ma occorreva almeno trovare la forza e l’umiltà per sollevare lo sguardo su di esso. In consonanza con tutta la Scrittura, anche l’evento centrale in cui il pungiglione del peccato viene definitivamente depotenziato (la Pasqua del Cristo) è grazia assoluta. La lettera agli Efesini (2,4-10) lo ripete con un linguaggio contemplativo che ci invita a sostare davanti a queste parole lasciandoci da esse illuminare: *«Per grazia infatti siete salvati mediante la fede; e ciò non viene da voi, ma è dono di Dio; né viene dalle opere, perché nessuno possa vantarsene»* (2,8-9). La salvezza dalla morte del peccato che siamo invitati a contemplare qui (*«ci ha fatto rivivere con Cristo»*: 2,5) è descritta come un ritorno alla vita, ma una vita radicalmente diversa, nuova; una vita che trova la sua origine non in cause biologiche ma nella comunione intima con Cristo. È un processo – potremmo dire cercando di operare un calco del testo greco – di con-risurrezione e con-intronizzazione nel cielo insieme con Cristo. La bontà di Dio si esprime infatti sommamente nel fatto che in Cristo – vero uomo – è la nostra stessa umanità che subisce la morte per il peccato e per grazia si apre alla risurrezione e alla comunione piena con Dio. Quello che era impossibile compiere per la nostra fragile condizione umana, ora è possibile perché è la divino-umanità di Gesù che compie con noi e per noi questo percorso di apertura alla grazia. Il mistero della nostra salvezza ci permette di rileggere anche tutta la nostra esistenza pratica, dalla sua origine alla sua attuazione; tutto infatti trova senso in Cristo. Siamo *«creati in Cristo Gesù per le opere buone»* (2,10). Anche il nostro stesso essere creati trova la sua ultima ragione nell’amore di Dio che si manifesta sommamente in Cristo; e la nostra redenzione in lui non può non manifestarsi nel nostro agire. Chi si apre davvero alla vita e non è più schiavo della paura di morire, infatti, parla e agisce in modo nuovo. Non si deve più

difendere e non ha più bisogno di cercare qualcosa per sé, ma resta continuamente aperto all'altro, nella costante ricerca del bene comune.

### **Chi fa la verità viene verso la luce**

Nicodemo, al quale sono rivolte le parole di Gesù ascoltate oggi (Gv 3,14-21), è un personaggio combattuto tra la ricerca e la paura. Il Vangelo di Giovanni lo mostra pieno di ammirazione per Gesù riconosciuto come Maestro, ma ancora vittima della paura (va da lui di notte) e pieno di sé (più volte afferma infatti di "sapere"). Ma nel suo cuore fanno progressivamente breccia le parole del maestro che per quanto difficilmente comprensibili aprono Nicodemo ad un modo nuovo di pensare; d'altronde – dice Gesù – se uno non "rinasce dall'alto" non può entrare nel Regno di Dio. Come avvenne per il serpente di bronzo, la Pasqua del Figlio dell'uomo (il vocabolario dell'innalzamento fa riferimento sia alla crocifissione che all'esaltazione) è un evento di puro amore a cui si guarda per essere guariti da se stessi. Una vita connotata di eternità (la "vita eterna") è infatti non solo il compimento che vivremo alla fine, ma anche la nostra stessa vita terrena liberata dai condizionamenti dell'io e dalla paura di morire. La condanna che esclude dalla vita eterna non è quella imposta da un Dio visto come giudice punitore, ma è quella che la persona stessa si infligge nel preferire le tenebre alla luce. L'espressione «*chi fa la verità viene verso la luce*» (3,21) deve essere intesa come un processo di assunzione responsabile della propria esistenza che apre all'incontro con Cristo, vera luce. Si tratta di fare la verità di se stessi, con umiltà e disponibilità, di riconoscere le proprie zone di tenebra e di alimentare il desiderio della luce. Il resto lo fa la grazia di Dio che ci ha amato a tal punto da dare il suo Figlio.

# Appendice

## Prefazio di Quaresima IV

### *I frutti del digiuno*

*Con il digiuno quaresimale  
tu vinci le nostre passioni, elevi lo spirito,  
infondi la forza e doni il premio,  
per Cristo Signore nostro.*

Il digiuno è previsto oggi nella quotidianità laica della vita molto più che in passato. I protocolli e le diete, ad esempio che vengono usati nello sport, sono finalizzati alla cura per ottenere una maggiore forza muscolare, corporea, attraverso la purificazione e il nutrimento equilibrato e mirato dell'organismo. Nelle diete alimentari più generiche, poi, vengono imposte rinunce di diverso genere ma soprattutto è consigliato un miglior discernimento e scelta del cibo in vista della salute personale, come anche il raggiungimento di un risultato estetico soddisfacente. Potremmo dire che oggi si moltiplicano indicazioni e consigli di esperti del settore per un benessere da raggiungere, in ragione di uno status fisico che sia adeguato ai livelli standard delle prestazioni che il mondo odierno richiede in diversi ambiti. Assistiamo invece ad un marcato disinteresse riguardo al digiuno nella pratica della fede. La Scrittura e la tradizione della Chiesa sono chiare nell'evidenziare i frutti benefici del digiuno a partire dalla liturgia del Mercoledì delle Ceneri. I frutti benefici del digiuno, come ad esempio la purificazione interiore e la fortificazione nel combattimento spirituale quotidiano per il dominio di sé, favoriscono la strutturazione di una sensibilità interiore per accrescere il desiderio dei beni eterni, e inoltre configurano l'imitazione di Cristo attraverso un maggior tempo dedicato all'assunzione di un nutrimento particolare: la parola di Dio. Comunque, non bisogna dimenticare che il frutto più importante di questa pratica è rappresentato dalla memoria di Gesù e dei suoi

quaranta giorni di digiuno nel deserto: facendo memoria liturgica dell'evento noi siamo posti alla sua sequela concreta e immediata.

Il digiuno è tratto tipico della persona, della vita di Gesù. Gesù digiuna e prega in solitudine per mettersi in un atteggiamento radicale di ascolto: il digiuno diventa vero culto rivolto a Dio che è Padre. Attraverso l'esperienza quaresimale del digiuno di quaranta giorni, la comunità cristiana si inserisce nello stesso atteggiamento di Gesù. C'è qui un riverbero della sacramentalità della Quaresima. Il cristiano, seguendo Cristo, lo imita anche in questa dimensione concreta, in una dinamica liturgica che coinvolge ogni aspetto della sua vita. Quello che Gesù ha fatto in quel tempo diventa attuale nel nostro tempo; quello che noi realizziamo oggi con il digiuno, nella dinamica liturgica diventa condivisione di ciò che Gesù ha fatto una volta per tutte in quel tempo. Gesù nel deserto ha vinto la forza del male e così facendo ha posto l'uomo in una condizione favorevole riguardo alla liberazione dal male, fino al compimento sul legno della croce, nella sua Pasqua, dove la liberazione è totale e definitiva. In questo senso la liturgia quaresimale con le sue pratiche penitenziali è tesa alla verità della conversione. L'uomo impara a superare le proprie inclinazioni negative e a fare spazio al Signore Gesù, lasciando che sia Lui ad accompagnare, sostenere e alimentare il nostro sforzo. Il digiuno pone l'uomo nella piena disponibilità all'azione di Dio: il credente rinuncia all'uomo vecchio e abbraccia l'uomo nuovo. La vita cristiana in questo senso acquista le caratteristiche di una lotta contro il male. Innanzitutto, si lotta contro il male, che è il formalismo, in cui la praticata astensione dai cibi non riflette però l'astensione dal male nelle sue diverse forme e rischia di compromettere la verità del cammino interiore ed esteriore sfumando la conversione del cuore. Per questo è necessario l'atteggiamento della vigilanza. La vigilanza pone il cristiano nell'orizzonte escatologico verso cui è diretto il cammino quaresimale: la Pasqua di Gesù. Il Triduo Pasquale rappresenta allora liturgicamente il punto d'approdo per condividere "la vita divina di colui che ha voluto assumere la nostra natura umana", nella verità della sua memoria e quindi della sua presenza.