

Servizio Pastorale per Giovani e Adulti - Süd-Baden
Missione Cattolica Italiana * Villingen-Singen

Wienerplatz 7, 78048 VS-Villingen

Tel.: 07721-56283 Fax: 07721/9929654 Handy 01607811631

E-mail: sdb@mci-villingen.de Webseite: www.mci-villingen.de

144

IL PUNGOLO

Febbraio
2024



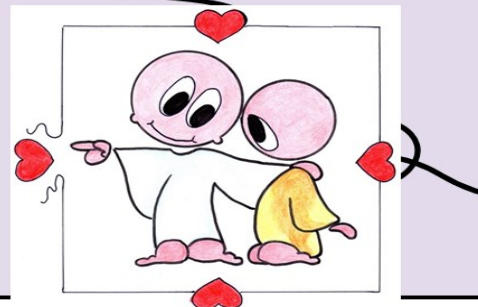
QUARESIMA

CAMMINANDO VERSO LA PASQUA

EDIZIONE SPECIALE

QUARESIMA 2024

LE OPERE DELLA QUARESIMA



*Via crucis Parola di Dio puntualità
sacramenti S. Messa riscoperta del battesimo
digiuno preghiera gioia amore verso Dio*

*elemosina amore fraterno perdono
penitenza disponibilità generosità meditazione
silenzio confessione lode sorriso
Maria SS lettura spirituale pazienza*

Le opere di misericordia:

"Le opere di misericordia risvegliano in noi l'esigenza e la capacità di rendere viva e operosa la fede con la carità. Sono convinto che attraverso questi semplici gesti quotidiani possiamo compiere una vera rivoluzione culturale, come è stato in passato. Se ognuno di noi, ogni giorno, ne fa una di queste, questa sarà una rivoluzione nel mondo!

corporali

1. Dar da mangiare agli affamati.
2. Dar da bere agli assetati.
3. Vestire gli ignudi.
4. Alloggiare i pellegrini.
5. Visitare gli infermi.
6. Visitare i carcerati.
7. Seppellire i morti.

spirituali

1. Consigliare i dubbiosi.
2. Insegnare agli ignoranti.
3. Ammonire i peccatori.
4. Consolare gli afflitti.
5. Perdonare le offese.
6. Sopportare pazientemente le persone moleste.
7. Pregare Dio per i vivi e per i morti.

MERCOLEDÌ DELLE CENERI

Dalla 1° lettura

Così dice il Signore: Ritornate a me con tutto il cuore.

Dal salmo

Rendimi la gioia della tua salvezza,
sostienimi con uno spirito generoso.
Signore apri le mie labbra
e la mia bocca proclami la tua lode.

Dalla 2° lettura

Lasciatevi riconciliare con Dio. (...)
Ecco ora il momento favorevole,
ecco ora il giorno della salvezza.

Dal vangelo

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 ricompenserá.

Iniziamo
la quaresima

con tutta la
nostra volontà
e con tutto
il cuore

e con il desiderio
ardente di
ritornare a Dio!

Proposito:

Scrivi i tuoi propositi per la quaresima:

Proposito giornaliero: _____

Proposito settimanale:

Disposizione del cuore su cui lavorare: _____



1 DOMENICA DI QUARESIMA 18.02.2024

Dalla 1° lettura

«Quanto a me, ecco io stabilisco la mia alleanza con voi e con i vostri discendenti dopo di voi

Dal salmo

Fammi conoscere, Signore, le tue vie, insegnami i tuoi sentieri.
Guidami nella tua fedeltà e istruiscimi, perché sei tu il Dio della mia salvezza.

Dalla 2° lettura

Cristo è morto una volta per sempre per i peccati per ricondurvi a Dio; messo a morte nel corpo, ma reso vivo nello spirito.

Dal vangelo

«Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete nel Vangelo».

Cerco uno o più aspetti della mia vita

che hanno bisogno di conversione

e rinnovo la mia rinuncia al peccato

Proposito:

Posso trascriverli qui sotto come promemoria:



2 DOMENICA DI QUARESIMA 25.02.2024

Dalla 1° lettura

«Abram! Non stendere la mano contro il ragazzo e non fargli niente! Ora so che tu temi Dio e non mi hai rifiutato tuo figlio, il tuo unigenito».

Dal salmo

Ho creduto anche quando dicevo: «Sono troppo infelice».

Dalla 2° lettura

Fratelli, se Dio che non ha risparmiato il proprio Figlio, ma lo ha consegnato per tutti noi, non ci donerà forse ogni cosa insieme a lui?

Dal vangelo

Gesù prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e li condusse su un alto monte, in disparte, loro soli.

Gesù per unirsi
al Padre non
ha risparmiato la
fatica di salire su
un alto monte

Prendiamoci del
tempo per stare
in disparte con
Gesù

Ripensiamo
a quelle che sono
le nostre cose
più importanti, e
«Ascoltiamolo»

Proposito:

Faccio attenzione a non dare a Gesù
gli avanzi del mio tempo,
i rimasugli,
ma mi impegno ad offrirgli le primizie,
il primo posto,
la priorità
nella mia giornata!



3 DOMENICA DI QUARESIMA 03.03.2024

Dalla 1° lettura

«Io sono il Signore, tuo Dio,
che ti ho fatto uscire dalla terra
d'Egitto, dalla condizione servile:
Non avrai altri dèi di fronte a me.

Dal salmo

I precetti del Signore sono retti,
fanno gioire il cuore.

Dalla 2° lettura

Noi invece annunciamo
Cristo crocifisso:
Cristo è potenza di Dio
e sapienza di Dio.

Dal vangelo

Gesù gettò a terra il denaro dei
cambiamonete e ne rovesciò i ban-
chi: «Portate via di qui queste cose
e non fate della casa del
Padre mio un mercato!»

Come posso fare
concretamente
del mio cuore

un Tempio
per il Signore?

E cosa
lo rende
un mercato?

Proposito:

Mi impegno a compiere gesti concreti e consapevoli, (come un sorriso, una telefonata, una chiacchierata, un messaggio, una lettera) facendo particolare attenzione alle parole che dono: che siano eco della Parola, del Verbo fatto carne, e possa così io essere strumento di consolazione e canale dell'Amore di Dio per gli uomini.



Dalla 1° lettura

In quei giorni, tutti i capi di Giuda, i sacerdoti e il popolo moltiplicarono le loro infedeltà, imitando in tutto gli abomini degli altri popoli, e contaminarono il tempio, che il Signore si era consacrato a Gerusalemme.

Dal salmo

Mi si attacchi la lingua al palato se non innalzo Gerusalemme al di sopra di ogni mia gioia.

Dalla 2° lettura

Morti per le colpe, siamo stati salvati per grazia.

Dal vangelo

Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna.

Consapevole
della mia
regalità
ereditata nel
battesimo

mi impegno a
compiere ogni
opera di bontà,
giustizia e verità

cercando
di capire ciò che è
gradito a Dio!

Proposito:

Con gratitudine ringrazio il Signore per tutte le volte che mi ha salvato, sapendo di esserne consapevole solo della minima parte!



Dalla 1° lettura

Questa sarà l'alleanza che concluderò con la casa d'Israele: porrò la mia legge dentro di loro, la scriverò sul loro cuore.

Io perdonerò la loro iniquità e non ricorderò più il loro peccato

Dal salmo

Uno spirito contrito è sacrificio a Dio; un cuore contrito e affranto tu, o Dio, non disprezzi.

Dalla 2° lettura

Pur essendo Figlio, imparò l'obbedienza da ciò che patì e, reso perfetto, divenne causa di salvezza eterna per tutti coloro che gli obbediscono.

Dal vangelo

Se il chicco di grano caduto in terra muore, produce molto frutto. Chi odia la propria vita in questo mondo, la conserverà per la vita eterna.

**Proposito:**

Ogni giorno mi impegno a donare un po' del mio

tempo, con un segno di vicinanza ad una persona

ammalata o sola e mi

impegno anche a pregare per

lei.



M	T	W	TH
F	S	SU	

6 DOMENICA DI QUARESIMA O DELLE PALME 24.03.2024

Dalla 1° lettura

Ho presentato il mio dorso ai flagellatori, le mie guance a coloro che strappavano la barba; non ho sottratto la faccia agli insulti e agli sputi.

Dal salmo

Hanno forato le mie mani e i miei piedi. Posso contare tutte le mie ossa. Si dividono le mie vesti, sulla mia tunica gettano la sorte.

Dalla 2° lettura

Gesù non ritenne un privilegio l'essere come Dio, ma svuotò se stesso assumendo una condizione diservita, diventando simile agli uomini.

Dal vangelo

Ma Pietro cominciò a imprecare e a giurare: «Non conosco quest'uomo di cui parlate».

In silenzio
mi unisco
a Gesù

ringraziandolo
e contemplando
ciò che ha
sofferto
per me

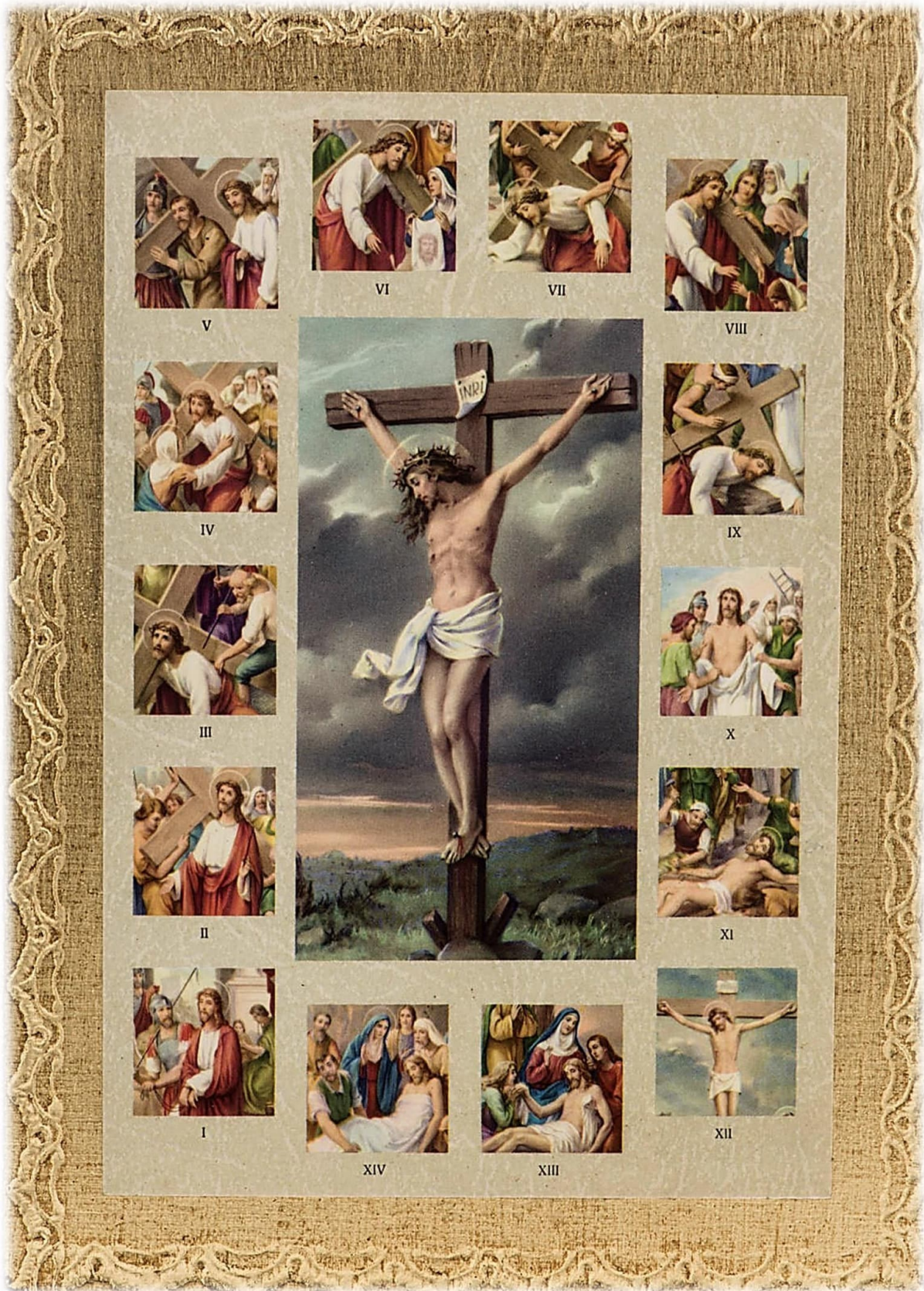
È il suo
Amore
che mi ha
redento!

Proposito:

Dedico quotidianamente un po' di tempo alla meditazione della passione di Gesù leggendo i vangeli, facendo la via crucis, o in un altro modo a mio piacimento.



VIA CRUCIS



PASQUA DI RISURREZIONE 31.03.2024

Dalla 1° lettura

Dio lo ha risuscitato al terzo giorno e volle che si manifestasse a testimoni prescelti da Dio, a noi che abbiamo mangiato e bevuto con lui dopo la sua risurrezione dai morti.

Dal salmo

Alleluia!!
Ralleghiamoci ed esultiamo!
Il Suo Amore è per sempre!

Dalla 2° lettura

Fratelli, se siete risorti con Cristo, rivolgete il pensiero alle cose di lassù, non a quelle della terra.

Dal vangelo

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.

Alleluia!
Gesù
è vivo!

Il suo
Amore
ha vinto!

Una parte
di noi è già
risorta in Lui!

Proposito:

Il perdono dona vita nuova a chi lo dà, a chi lo riceve e mi unisce maggiormente a Cristo! Penso a una persona che faccio fatica a perdonare e penso a un dono da farle come segno del mio sforzo di perdonarla. Gesù è vivo e cerca una relazione personale con me. Mi decido a coltivare maggiormente la mia amicizia con Lui!





**Lui
é vivo**

**Annuncialo
e canta
con gioia**

**SERVIZIO PASTORALE
A CURA DELLA MISSIONE
CATTOLICA ITALIANA
VILLINGEN-SINGEN**

**N. 144
FEBBRAIO
2024**



**Erzdiözese
Freiburg**