



MERCOLEDÌ DELLE CENERI  
S. Teofilo, S. Adriano di Cesarea, S. Virgilio - 5 marzo 2025

# LA DOMENICA



## UN TEMPO PER STARE CON NOI STESSI E CON DIO

La Quaresima è il tempo in cui il Signore ci invita a conoscere noi stessi, la nostra vocazione, la nostra essenza, ciò che è veramente importante per la nostra vita e la nostra felicità. È un cammino impegnativo: il fine della penitenza, dell'elemosina, del digiuno non è la sofferenza ma l'entrare in relazione più diretta con noi stessi e con Dio, eliminando gli ostacoli alla comprensione della realtà più profonda e vera del nostro essere. Anche le parole del profeta Gioele (*I Lettura*) e dell'apostolo Paolo (*II Lettura*) sono un invito ad accogliere l'azione misericordiosa di Dio, che non desidera altro che colmarci del suo amore e del suo perdono.

Intraprendiamo questo viaggio interiore, senza temere di venire a contatto con le nostre fragilità e debolezze. Nel silenzio e nel deserto, lontano dal chiasso del mondo, la nostra anima si svelerà e si realizzerà la Parola di Gesù: «Tu invece, quando preghi, entra nella tua camera e, chiusa la porta, prega il Padre tuo nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà» (*Vangelo*). La ricompensa sarà la gioia dell'incontro con lui. A tutti un santo cammino di Quaresima. **don Antonio Sozzo**

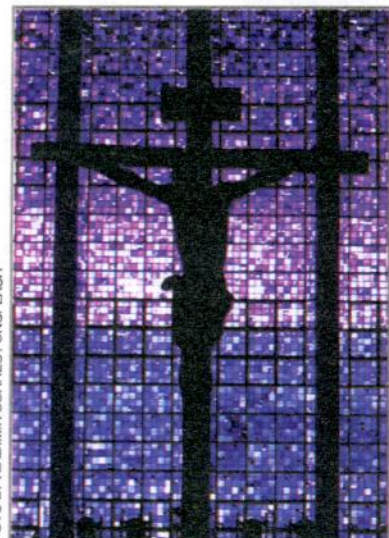


FOTO DI VLADIMIR SOARES / UNSPLASH

■ *Penitenza non equivale a tristezza, ma è invece una via per aprirsi alla luce vera che sola può squarciare le tenebre interiori, farci prendere vera coscienza di noi stessi e farci fare esperienza della misericordia di Dio. Il tempo quaresimale ci è dato per farci vivere una profonda conversione e una radicale adesione di fede e di vita al Vangelo.*

**ANTIFONA D'INGRESSO** (Cf. Sap 11,24.23.26) *in piedi*

**Tu ami tutte le creature, o Signore, e nulla disprezzi di ciò che hai creato; tu chiudi gli occhi sui peccati degli uomini, aspettando il loro pentimento, e li perdoni, perché tu sei il Signore nostro Dio.**

Celebrante - Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo. **Assemblea - Amen.**

C - La pace, la carità e la fede da parte di Dio Padre e del Signore Gesù Cristo siano con tutti voi.

**A - E con il tuo spirito.**

*Si omette l'atto penitenziale.*

*Non si dice il Gloria.*

### **ORAZIONE COLLETTA**

C - O Dio, nostro Padre, concedi al popolo cristiano di iniziare con questo digiuno un cammino di vera conversione, per affrontare vittoriosamente con le armi della penitenza il combattimento contro lo spirito del male. Per il nostro Signore Gesù Cristo... **A - Amen.**

## LITURGIA DELLA PAROLA

### **PRIMA LETTURA**

Gi 2,12-18

seduti

*Laceratevi il cuore e non le vesti.*

### **Dal libro del profeta Gioele**

Così dice il Signore: <sup>12</sup>«Ritornate a me con tutto il cuore, con digiuni, con pianti e lamenti. <sup>13</sup>Laceratevi il cuore e non le vesti, ritornate al Signore, vostro Dio, perché egli è misericordioso e pietoso, lento all'ira, di grande amore, pronto a ravvedersi riguardo al male». <sup>14</sup>Chi sa che non cambi e si ravveda e lasci dietro a sé una benedizione? Offerta e libagione per il Signore, vostro Dio. <sup>15</sup>Suonate il corno in Sion, proclamate un solenne digiuno, convocate una riunione sacra. <sup>16</sup>Radunate il popolo, indite un'assemblea solenne, chiamate i vecchi, riunite i fanciulli, i bambini lattanti; esca lo sposo dalla sua camera e la sposa dal suo talamo. <sup>17</sup>Tra il vestibolo e l'altare piangano i sacerdoti, ministri del Signore, e dicano: «Perdona, Signore, al tuo popolo e non esporre la tua eredità al ludibrio e alla derisione delle genti». Perché si dovrebbe dire fra i popoli: «Dov'è il loro Dio?». <sup>18</sup>Il Signore si mostra geloso per la sua terra e si muove a compassione del suo popolo.

Parola di Dio.

**A - Rendiamo grazie a Dio.** 15

## SALMO RESPONSORIALE

Dal Salmo 50/51

**R Perdonaci, Signore: abbiamo peccato.**

Two staves of musical notation in G minor, 2/4 time. The first staff contains the melody for 'Per - do - na - ci, Si - gno - re: ab -' with notes for Fa- (F) and Sib- (Bb). The second staff contains the melody for 'bia - mo pec - ca - to.' with notes for Do7 (G) and Fa- (F).

Pietà di me, o Dio, nel tuo amore; / nella tua grande misericordia / cancella la mia iniquità. / Lavami tutto dalla mia colpa, / dal mio peccato rendimi puro. **R**

Sì, le mie iniquità io le riconosco, / il mio peccato mi sta sempre dinanzi. / Contro di te, contro te solo ho peccato, / quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto. **R**

Crea in me, o Dio, un cuore puro, / rinnova in me uno spirito saldo. / Non scacciarmi dalla tua presenza / e non privarmi del tuo santo spirito. **R**

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

## SECONDA LETTURA

2Cor 5,20-6,2

*Riconciliatevi con Dio. Ecco il momento favorevole.*

**Dalla seconda lettera di san Paolo apostolo ai Corinzi**

Fratelli, noi, <sup>20</sup>in nome di Cristo, siamo ambasciatori: per mezzo nostro è Dio stesso che esorta. Vi supplichiamo in nome di Cristo: lasciatevi riconciliare con Dio. <sup>21</sup>Colui che non aveva conosciuto peccato, Dio lo fece peccato in nostro favore, perché in lui noi potessimo diventare giustizia di Dio.

<sup>6,1</sup>Poiché siamo suoi collaboratori, vi esortiamo a non accogliere invano la grazia di Dio. <sup>2</sup>Egli dice infatti: «Al momento favorevole ti ho esaudito e nel giorno della salvezza ti ho soccorso».

Ecco ora il momento favorevole, ecco ora il giorno della salvezza!

Parola di Dio. **A - Rendiamo grazie a Dio.**

**CANTO AL VANGELO** (Cf. Sal 94/95,8ab) *in piedi*

**Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!** Oggi non indurite il vostro cuore, ma ascoltate la voce del Signore. **Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!**

**VANGELO**

Mt 6,1-6,16-18

*Il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.*



**Dal Vangelo secondo Matteo**

**A - Gloria a te, o Signore.**

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:

<sup>1</sup>«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.

<sup>2</sup>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. <sup>3</sup>Invece, mentre tu fai l'elemosina, non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra, <sup>4</sup>perché la tua elemosina resti nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

<sup>5</sup>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. <sup>6</sup>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.

<sup>16</sup>E quando digiunate, non diventate malinconici come gli ipòcriti, che assumono un'aria disfattata per far vedere agli altri che digiunano. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. <sup>17</sup>Invece, quando tu digiuni, profumati la testa e lavati il volto, <sup>18</sup>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».

Parola del Signore. **A - Lode a te, o Cristo.**

## Benedizione e imposizione delle ceneri

*Dopo l'omelia, il sacerdote, stando in piedi, dice a mani giunte:*

**C - Fratelli e sorelle, supplichiamo Dio nostro Padre perché con l'abbondanza della sua grazia benedica queste ceneri, che poniamo sul nostro capo in segno di penitenza. **A - Amen.****

*Dopo un breve momento di preghiera silenziosa, prosegue con le braccia allargate:*

**C - O Dio, che hai pietà di chi si pente e doni la tua pace a chi si converte, ascolta con paterna bontà le preghiere del tuo popolo e benedici questi tuoi figli che riceveranno l'austero simbolo delle ceneri, perché, attraverso l'itinerario spirituale della Quaresima, giungano completamente rinnovati a celebrare la Pasqua del tuo Figlio. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **A - Amen.****

*Oppure:*

**C - O Dio, che non vuoi la morte dei peccatori ma la conversione, ascolta benigno la nostra preghiera e benedici queste ceneri, che stiamo per imporre sul nostro capo riconoscendo che noi siamo polvere e in polvere ritorneremo; l'esercizio della penitenza quaresimale ci ottega il perdono dei peccati e una vita rinnovata a immagine del tuo Figlio risorto. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **A - Amen.****

*E, senza nulla dire, asperge le ceneri con l'acqua benedetta. I fedeli si presentano al sacerdote ed egli impone a ciascuno le ceneri, dicendo:*

Convertitevi e credete nel Vangelo.

*Oppure:*

Ricordati, uomo, che polvere tu sei e in polvere ritornerai.

*Intanto si esegue un canto adatto.*

### Antifona

Ritorniamo al Signore con tutto il cuore, in spirito di umiltà e di penitenza: egli è pietà e misericordia, pronto a perdonare ogni peccato. *Cf. Gl 2,13*

*Oppure:*

Tra il vestibolo e l'altare piangano i sacerdoti, ministri del Signore, e dicano: «Perdona, Signore! Perdona il tuo popolo, e non far scomparire coloro che ti lodano». *Cf. Gl 2,17; Est 4,17h*

*Oppure:*

Nella tua grande misericordia, o Dio, cancella il mio peccato. *Cf. Sal 50,3*

*Queste antifone si possono ripetere dopo ogni singolo versetto del Salmo 50: Pietà di me, o Dio (vedi il testo del Salmo responsoriale).*

### Responsorio

*Cf. Sal 78,9*

Rinnoviamoci e ripariamo il male che, incoscienti, abbiamo commesso, perché non ci sorprenda la morte e non ci manchi il tempo di convertirci. \* Sii paziente con noi, o Signore, e perdonaci perché abbiamo peccato contro di te.

Aiutaci, o Dio, nostra salvezza, liberaci e perdona i nostri peccati, per la gloria del tuo nome. \* Sii paziente con noi, o Signore, e perdonaci perché abbiamo peccato contro di te.

*Non si dice il Credo.*

### PREGHIERA DEI FEDELI

*si può adattare*

C - Fratelli e sorelle, all'inizio di questo tempo di Quaresima accogliamo l'invito di Dio a tornare a lui e a convertire il nostro cuore.

Lettore - Diciamo con fede:

**R Padre, converti il nostro cuore.**

1. Rinnova, o Padre, la tua Chiesa e sostieni il Papa, i vescovi e i presbiteri nella loro missione di annunciare la bellezza e la radicalità del Vangelo. Preghiamo:

2. Converti, o Padre, il cuore dei potenti affinché non perseverino nell'uso delle armi e nella ricerca smodata del potere ma ricerchino la pace e la giustizia. Preghiamo:

3. Libera, o Padre, i discepoli del tuo Figlio dall'ossessione dell'aver e dell'apparire, affinché vivano nella libertà dei figli di Dio. Preghiamo:

4. Converti, o Padre, la nostra comunità affinché sia luogo di pace e di amore in cui crescere nella comunione con te e tra di noi. Preghiamo:

*Intenzioni della comunità locale.*

C - Accogli, o Padre, la nostra preghiera per la Chiesa, per noi e per il mondo. Donaci la forza di compiere con impegno il nostro cammino verso la Pasqua del tuo Figlio. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **A - Amen.**

## LITURGIA EUCARISTICA

### ORAZIONE SULLE OFFERTE

*in piedi*

C - Con questo sacrificio, o Padre, iniziamo solennemente la Quaresima e invochiamo la forza di astenerci dai nostri vizi con le opere di carità e di penitenza per giungere, liberati dal peccato, a celebrare devotamente la Pasqua del tuo Figlio. Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **A - Amen.**

*Si suggerisce il Prefazio di Quaresima III: I frutti dell'astinenza, Messale 3a ed., pag. 343.*

### ANTIFONA ALLA COMUNIONE

*(Mt 6,6)*

**Prega il Padre tuo, che è nel segreto, e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.**

### ORAZIONE DOPO LA COMUNIONE

*in piedi*

C - Questo sacramento che abbiamo ricevuto, o Padre, ci sostenga nel cammino quaresimale, santifichi il nostro digiuno e lo renda efficace per la guarigione del nostro spirito. Per Cristo nostro Signore. **A - Amen.**

*La santa Messa si conclude con la seguente preghiera di benedizione.*

### ORAZIONE SUL POPOLO

*tutti chinano il capo*

C - A questo popolo che riconosce la tua grandezza dona con bontà, o Dio, lo spirito di penitenza, perché nella tua misericordia ottenga di giungere all'eredità promessa a chi si converte. Per Cristo nostro Signore. **A - Amen.**

C - E la benedizione di Dio onnipotente, Padre e Figlio + e Spirito Santo, discenda su di voi e con voi rimanga sempre. **A - Amen.**

**PROPOSTE PER I CANTI:** da *Nella casa del Padre*, ElleDiCi, 5a ed. - *Inizio:* Soccorri i tuoi figli (500); *Padre*, perdona (499). *Salmo responsoriale:* M° S. Miltello; *oppure:* Perdonaci, Signore (430). *Imposizione delle ceneri:* Misericordias Domini (677). *Processione offertoriale:* Molte le spighe (679). *Comunione:* Un cuore nuovo (505); Se tu mi accogli (501). *Gongedo:* Come un padre (492).

### PER ME VIVERE È CRISTO

Più pesante è la prova, più grande è la trasparenza dell'anima che gli permette di penetrare con lo sguardo la trascendenza dell'Eterno, l'immensità del suo amore e della sua fedeltà all'anima umana.

- Matta el Meskin, monaco copto ortodosso

## È Quaresima! Alziamoci e partiamo

**L**aceratevi il cuore e non le vesti! La Quaresima è un tempo di grazia, tempo favorevole per lasciarci riconciliare con Dio. Le parole del profeta Gioele ci ricordano però che ciò che lui attende da noi non sono altre parole, buoni propositi, pratiche vuote, ma la conversione del cuore. Dio è misericordioso e tanto desidera perdonare e abbracciare i suoi figli, ma per questo dobbiamo riconoscerci peccatori, metterci in cammino e percorrere il sentiero nel deserto verso Dio... E questo significa fare scelte e gesti concreti, distaccarci da tutto ciò che ostacola il cammino. La nostra esistenza dovrà uscirne trasformata. La questione è seria: siamo peccatori e dobbiamo distaccarci da tutto ciò che ci porta lontano da Dio.

**Ritornate a me con tutto il cuore.** L'appello del Signore è urgente. Non dobbiamo rimandare. Questo tempo ci è dato per tornare a colui che oggi ci apre la porta del suo cuore, ricco di bontà e di misericordia. Come ha fatto il figlio prodigo, riconosciamo con vergogna che lontani dal Padre abbiamo perso tutto. Troviamo il coraggio di riconoscere la miseria che ci porta a desiderare il cibo dei porci, sentiamo la nostalgia della casa paterna, mettiamoci in cammino. Ora! Senza tentennamenti. Non ascoltiamo coloro che con falsa compassione ci invitano a trovare giustificazioni per la nostra condizione. Riconosciamo che il fallimento non è dovuto alla casa che abbiamo lasciato, ma alla falsa libertà che abbiamo cercato. Il nostro male è causato dalle nostre scelte. Alziamoci, dunque, dalla nostra miseria e torniamo al Padre.

**Ecco, ora è il momento favorevole.** Tutto oggi ci aiuta a decidere per Dio. Non esitiamo a riscoprire la sua amicizia, a sperimentare la gioia del suo perdono. Questo è il giorno favorevole, non ieri e non domani, ma oggi! Non chiudiamo il nostro cuore, ma ascoltiamo la voce del Signore, accogliamo nella liturgia la salvezza che ci è donata, riconosciamo nel segno delle ceneri il cambiamento interiore che ci è chiesto; ricordiamo la precarietà della nostra condizione umana. Tutti siamo chiamati a rispondere agli appelli dello Spirito, a prendere una decisione, a metterci in cammino. Abbiamo davanti a noi quaranta giorni per fare questa

straordinaria esperienza di Dio. Quello che saremo non sarà frutto solo del nostro impegno, ma soprattutto dono di Dio. Sì, perché il Signore non fa mancare i suoi doni a chi domanda con fede.

**Il bene che fai resti nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.** Gesù nel Vangelo ci indica alcune cose necessarie affinché in questo tempo si realizzi un autentico rinnovamento spirituale, non soltanto in noi ma anche nella comunità cristiana e umana: sono l'elemosina, la preghiera e la penitenza o digiuno. Queste pratiche devono essere vissute nella verità, per piacere a Dio, e non per essere approvati dagli uomini. Sono opere di carità perché con esse, mentre onoriamo Dio, onoriamo anche l'uomo. Non può essere altrimenti: dopo l'Incarnazione non è più possibile onorare Dio senza onorare l'uomo, nel quale Dio si è fatto carne, e nel quale oggi ci viene incontro nel povero, nello scoraggiato, nell'emarginato, nel prigioniero. Non dimentichiamoci in questo tempo di chi soffre, preghiamo e intercediamo per tutte le necessità spirituali e materiali di questa nostra umanità, ancora segnata dalla morte, dal peccato, dall'ingiustizia, dalla guerra, dalle catastrofi naturali.

**Invochiamo la forza di astenerci dai nostri vizi.** L'esercizio delle tre pratiche dell'elemosina, della preghiera e del digiuno scaturiscono anche dal bisogno di un rinnovamento interiore che non può avvenire senza un'azione di disintossicazione da tutto ciò che inquina i nostri cuori: peccato, vizi, attaccamento alle cose, ai pensieri e alle immagini malvagie con cui il mondo ha colonizzato i nostri pensieri e i nostri desideri. La Quaresima è tempo opportuno di liberazione dagli inganni del mondo, per diventare più attenti e disponibili all'ascolto di Dio e al servizio dei fratelli. Ognuno di noi possa vivere con frutto questo tempo santo di conversione e di riconciliazione con Dio, con noi stessi, con i fratelli e con tutto il Creato. L'ascolto della Parola, la preghiera, la penitenza e le opere di carità ci liberino da tutto ciò che ci frena, perché animati da uno spirito nuovo possiamo essere trovati pronti per celebrare i misteri pasquali della nostra salvezza.

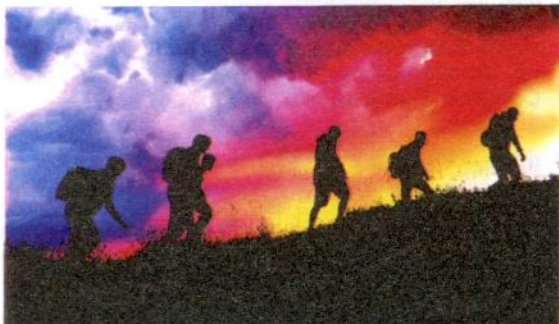
**Alziamoci e partiamo.** La Pasqua di Risurrezione sarà l'approdo luminoso di questo tempo di sacrificio e di prova.

don Pietro Roberto Minali, ssp

scintille<sup>x</sup>

Il Cielo non prende niente senza ripagare smisuratamente.

– S. Teresa Benedetta della Croce (Edith Stein)



**LA DOMENICA.** Periodico religioso n. 1/2025 - Anno 103 - Dir. responsabile: Pietro Roberto Minali - Reg. Tribunale di Alba n. 412 del 28/12/1983. Piazza S. Paolo 14, 12051 Alba CN. Tel. 800 509645 - E-mail: [clienti.ladomenica@stpauls.it](mailto:clienti.ladomenica@stpauls.it) CCP 19729201 - Editore Periodici San Paolo S.r.l. - Dir. editoriale Gruppo San Paolo: Carlo Cibien - © Periodici San Paolo S.r.l. - Abbonamento annuo € 14 (minimo 5 copie). Stampa LENGLET IMPRIMEURS - Per i testi liturgici: 2020 Fond. di Religione Ss. Francesco d'Assisi e Caterina da Siena; per i testi biblici: © 2007 Fond. di Religione Ss. Francesco d'Assisi e Caterina da Siena; per i testi biblici e liturgici: Marco Brunetti, Vescovo, Alba CN. R.D. M. Lauritano.



19