

# ATTIVITÀ di QUARESIMA 2025

(inizio mercoledì delle ceneri 5 marzo - fine giovedì 17 aprile)

Questa proposta, pensata insieme al nostro assistente, è volta a far vivere ai Lupetti questo tempo liturgico prezioso in preparazione alla celebrazione della Pasqua, caratterizzato dagli impegni di digiuno, elemosina e preghiera.

L'idea è quella di presentare in ogni domenica di Quaresima un elemento caratterizzante del "Pregare con il corpo" riconducibile al messaggio contenuto nel rispettivo vangelo, con l'obiettivo di indicare ai lupetti l'atteggiamento "giusto" che i figli di Dio hanno nei confronti del Padre.

## 1ª DOMENICA di Quaresima 9 marzo

### Gesù fu guidato dallo Spirito nel deserto e tentato dal diavolo - TENTAZIONE

*Dal Vangelo secondo Luca - Lc 4,1-13*

In quel tempo, Gesù, pieno di Spirito Santo, si allontanò dal Giordano ed era guidato dallo Spirito nel deserto, per quaranta giorni, tentato dal diavolo. Non mangiò nulla in quei giorni, ma quando furono terminati, ebbe fame. Allora il diavolo gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' a questa pietra che diventi pane». Gesù gli rispose: «Sta scritto: "Non di solo pane vivrà l'uomo"».

Il diavolo lo condusse in alto, gli mostrò in un istante tutti i regni della terra e gli disse: «Ti darò tutto questo potere e la loro gloria, perché a me è stata data e io la do a chi voglio. Perciò, se ti prostrerai in adorazione dinanzi a me, tutto sarà tuo». Gesù gli rispose: «Sta scritto: "Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto"».

Lo condusse a Gerusalemme, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù di qui; sta scritto infatti: "Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo affinché essi ti custodiscano" e anche: "Essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra"». Gesù gli rispose: «È stato detto: "Non metterai alla prova il Signore Dio tuo"».

Dopo aver esaurito ogni tentazione, il diavolo si allontanò da lui fino al momento fissato.

SEGNO DELLA CROCE: Gesù mosso dallo spirito va nel deserto e vince le tentazioni del diavolo rimanendo fedele al Padre. Il segno della croce con l'acqua santa è il ricordo del Battesimo e ci ricorda che siamo figli di Dio. È il simbolo dell'amore di Gesù morto in croce per noi, del suo abbraccio. (Idea: dare ad ogni lupetto una boccetta con acqua santa per provare di nuovo il segno della croce con le dita "bagnate" da essa).

## 2ª DOMENICA di Quaresima 16 marzo

### Mentre Gesù pregava, il suo volto cambiò d'aspetto - TRASFIGURAZIONE

*Dal Vangelo secondo Luca - Lc 9,28-36*

In quel tempo, Gesù prese con sé Pietro, Giovanni e Giacomo e salì sul monte a pregare. Mentre pregava, il suo volto cambiò d'aspetto e la sua veste divenne candida e sfolgorante. Ed ecco, due uomini conversavano con lui: erano Mosè ed Elia, apparsi nella gloria, e parlavano del suo esodo, che stava per compiersi a Gerusalemme.

Pietro e i suoi compagni erano oppressi dal sonno; ma, quando si svegliarono, videro la sua gloria e i due uomini che stavano con lui.

Mentre questi si separavano da lui, Pietro disse a Gesù: «Maestro, è bello per noi essere qui. Facciamo tre capanne, una per te, una per Mosè e una per Elia». Egli non sapeva quello che diceva.

Mentre parlava così, venne una nube e li coprì con la sua ombra. All'entrare nella nube, ebbero paura. E dalla nube uscì una voce, che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'eletto; ascoltatelo!».

Appena la voce cessò, restò Gesù solo. Essi tacquero e in quei giorni non riferirono a nessuno ciò che avevano visto.

GENUFLESSIONE: è il farsi piccoli [davanti ai Re], segno di rispetto dei figli verso il proprio Padre. Con la TRASFIGURAZIONE Gesù si fa vedere "luminoso, quasi risorto". Noi ci inginocchiamo di fronte a tale grandezza.

### **3ª DOMENICA di Quaresima 23 marzo**

#### **Se non vi convertite, perirete tutti allo stesso modo - CONVERSIONE**

*Dal Vangelo secondo Luca - Lc 13,1-9*

In quel tempo si presentarono alcuni a riferire a Gesù il fatto di quei Galilei, il cui sangue Pilato aveva fatto scorrere insieme a quello dei loro sacrifici. Prendendo la parola, Gesù disse loro: «Credete che quei Galilei fossero più peccatori di tutti i Galilei, per aver subito tale sorte? No, io vi dico, ma se non vi convertite, perirete tutti allo stesso modo. O quelle diciotto persone, sulle quali crollò la torre di Siloe e le uccise, credete che fossero più colpevoli di tutti gli abitanti di Gerusalemme? No, io vi dico, ma se non vi convertite, perirete tutti allo stesso modo».

Diceva anche questa parabola: «Un tale aveva piantato un albero di fichi nella sua vigna e venne a cercarvi frutti, ma non ne trovò. Allora disse al vignaiolo: “Ecco, sono tre anni che vengo a cercare frutti su quest’albero, ma non ne trovo. Tàglialo dunque! Perché deve sfruttare il terreno?”. Ma quello gli rispose: “Padrone, lascialo ancora quest’anno, finché gli avrò zappato attorno e avrò messo il concime. Vedremo se porterà frutti per l’avvenire; se no, lo taglierai”».

**GUARDARE VERSO:** concentrarsi su Gesù, con lo sguardo verso il tabernacolo (dove è presente Gesù Eucaristia) e il crocifisso. Con la CONVERSIONE noi "giriamo" lo sguardo dalle cose futili che ci distraggono verso il Signore.

### **4ª DOMENICA di Quaresima 30 marzo**

#### **Questo tuo fratello era morto ed è tornato in vita - PADRE MISERICORDIOSO**

*Dal Vangelo secondo Luca - Lc 15,1-3.11-32*

In quel tempo, si avvicinavano a Gesù tutti i pubblicani e i peccatori per ascoltarlo. I farisei e gli scribi mormoravano dicendo: «Costui accoglie i peccatori e mangia con loro».

Ed egli disse loro questa parabola: «Un uomo aveva due figli. Il più giovane dei due disse al padre: “Padre, dammi la parte di patrimonio che mi spetta”. Ed egli divise tra loro le sue sostanze. Pochi giorni dopo, il figlio più giovane, raccolte tutte le sue cose, partì per un paese lontano e là sperperò il suo patrimonio vivendo in modo dissoluto. Quando ebbe speso tutto, sopraggiunse in quel paese una grande carestia ed egli cominciò a trovarsi nel bisogno. Allora andò a mettersi al servizio di uno degli abitanti di quella regione, che lo mandò nei suoi campi a pascolare i porci. Avrebbe voluto saziarsi con le carrube di cui si nutrivano i porci; ma nessuno gli dava nulla. Allora ritornò in sé e disse: “Quanti salariati di mio padre hanno pane in abbondanza e io qui muoio di fame! Mi alzerò, andrò da mio padre e gli dirò: Padre, ho peccato verso il Cielo e davanti a te; non sono più degno di essere chiamato tuo figlio. Trattami come uno dei tuoi salariati”. Si alzò e tornò da suo padre.

Quando era ancora lontano, suo padre lo vide, ebbe compassione, gli corse incontro, gli si gettò al collo e lo baciò. Il figlio gli disse: “Padre, ho peccato verso il Cielo e davanti a te; non sono più degno di essere chiamato tuo figlio”. Ma il padre disse ai servi: “Presto, portate qui il vestito più bello e fateglielo indossare, mettetegli l’anello al dito e i sandali ai piedi. Prendete il vitello grasso, ammazzatelo, mangiamo e facciamo festa, perché questo mio figlio era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato”. E cominciarono a far festa.

Il figlio maggiore si trovava nei campi. Al ritorno, quando fu vicino a casa, udì la musica e le danze; chiamò uno dei servi e gli domandò che cosa fosse tutto questo. Quello gli rispose: “Tuo fratello è qui e tuo padre ha fatto ammazzare il vitello grasso, perché lo ha riavuto sano e salvo”. Egli si indignò, e non voleva entrare. Suo padre allora uscì a supplicarlo. Ma egli rispose a suo padre: “Ecco, io ti servo da tanti anni e non ho mai disobbedito a un tuo comando, e tu non mi hai mai dato un capretto per far festa con i miei amici. Ma ora che è tornato questo tuo figlio, il quale ha divorato le tue sostanze con le prostitute, per lui hai ammazzato il vitello grasso”. Gli rispose il padre: “Figlio, tu sei sempre con me e tutto ciò che è mio è tuo; ma bisognava far festa e rallegrarsi, perché questo tuo fratello era morto ed è tornato in vita, era perduto ed è stato ritrovato”».

**PADRE NOSTRO:** mani aperte e rivolte verso l'alto per chiedere e ricevere con fiducia. Le mani del PADRE MISERICORDIOSO sono aperte e rivolte verso il figliol prodigo per accoglierlo.

### **5ª DOMENICA di Quaresima 6 aprile**

#### **Chi di voi è senza peccato, getti per primo la pietra contro di lei - STARE IN PIEDI**

*Dal Vangelo secondo Giovanni - Gv 8,1-11*

In quel tempo, Gesù si avviò verso il monte degli Ulivi. Ma al mattino si recò di nuovo nel tempio e tutto il popolo andava da lui. Ed egli sedette e si mise a insegnare loro.

Allora gli scribi e i farisei gli condussero una donna sorpresa in adulterio, la posero in mezzo e gli dissero: «Maestro, questa donna è stata sorpresa in flagrante adulterio. Ora Mosè, nella Legge, ci ha comandato di lapidare donne come questa. Tu che ne dici?». Dicevano questo per metterlo alla prova e per avere motivo di accusarlo.

Ma Gesù si chinò e si mise a scrivere col dito per terra. Tuttavia, poiché insistevano nell'interrogarlo, si alzò e disse loro: «Chi di voi è senza peccato, getti per primo la pietra contro di lei». E, chinatosi di nuovo, scriveva per terra. Quelli, udito ciò, se ne andarono uno per uno, cominciando dai più anziani.

Lo lasciarono solo, e la donna era là in mezzo. Allora Gesù si alzò e le disse: «Donna, dove sono? Nessuno ti ha condannata?». Ed ella rispose: «Nessuno, Signore». E Gesù disse: «Neanch'io ti condanno; va' e d'ora in poi non peccare più».

**STARE IN PIEDI:** davanti a Dio con dignità e rispetto, come figli amati. La donna nel brano del Vangelo viene umiliata, distrutta a terra. Gesù la rialza e le ridona la dignità.

## **6ª DOMENICA di Quaresima 13 aprile (Palme) - Processione e Passione**

### **Benedetto colui che viene nel nome del Signore - CANTARE/LODARE**

*Dal Vangelo secondo Luca - Lc 19,28-40*

In quel tempo, Gesù camminava davanti a tutti salendo verso Gerusalemme. Quando fu vicino a Bètfrage e a Betània, presso il monte detto degli Ulivi, inviò due discepoli dicendo: «Andate nel villaggio di fronte; entrando, troverete un puledro legato, sul quale non è mai salito nessuno. Slegatelo e conducetelo qui. E se qualcuno vi domanda: Perché lo slegate? risponderete così: Il Signore ne ha bisogno».

Gli inviati andarono e trovarono come aveva loro detto. Mentre slegavano il puledro, i proprietari dissero loro: «Perché slegate il puledro?». Essi risposero: «Il Signore ne ha bisogno».

Lo condussero allora da Gesù; e gettati i loro mantelli sul puledro, vi fecero salire Gesù. Mentre egli avanzava, stendevano i loro mantelli sulla strada. Era ormai vicino alla discesa del monte degli Ulivi, quando tutta la folla dei discepoli, pieni di gioia, cominciò a lodare Dio a gran voce per tutti i prodigi che avevano veduto, dicendo: «Benedetto colui che viene, il re, nel nome del Signore. Pace in cielo e gloria nel più alto dei cieli!».

Alcuni farisei tra la folla gli dissero: «Maestro, rimprovera i tuoi discepoli». Ma egli rispose: «Io vi dico che, se questi taceranno, grideranno le pietre».

**CANTARE/ LODARE:** partecipare con la propria voce, cantando e pregando, facendo del nostro meglio per invocare e lodare il Signore con tutto il nostro cuore.

---

*Per gli impegni di digiuno, elemosina e preghiera credo sia necessario spiegarle ai ragazzi, perché non sono delle cose fare fine a se stesse, ma sono delle azioni che ci preparano anche interiormente a celebrare con gioia la Pasqua di Gesù.*

*Possiamo concretamente pensare assieme delle modalità adatte ai ragazzi ad esempio ..*

- **Digiuno** da qualcosa che mi piace particolarmente e riempio quel vuoto che ho creato con una buona azione.
- **Elemosina:** rinuncio a comprarmi o a farmi regalare qualcosa e i soldi che avrei utilizzato li dono per qualche situazione particolarmente bisognosa.
- **Preghiera:** cerco di allenarmi a stare con Gesù ogni giorno, pregando un po' di più per qualche persona che soffre.