

# LECTIO DIVINA IN TEMPO DI QUARESIMA

11 Marzo 2025

Martedì della I Settimana di Quaresima

Lectio di Lucia Proietti

*Voi dunque pregate così*



Disegno di Annabel Maria Radu - Classe 3<sup>a</sup> A - Scuola secondaria di primo grado - IC "Valle del Velino" - Plesso di Cittaducale.

## Dal Vangelo secondo Matteo (6,7-15)

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:

«Pregando, non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole. Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che gliele chiediate.

Voi dunque pregate così:

Padre nostro che sei nei cieli,  
sia santificato il tuo nome,  
venga il tuo regno,  
sia fatta la tua volontà,  
come in cielo così in terra.

Dacci oggi il nostro pane quotidiano,  
e rimetti a noi i nostri debiti  
come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori,  
e non abbandonarci alla tentazione,  
ma liberaci dal male.

Se voi infatti perdonerete agli altri le loro colpe, il Padre vostro che è nei cieli perdonerà anche a voi; ma se voi non perdonerete agli altri, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe».

## Medita

Nel Vangelo di oggi, Gesù ci invita alla preghiera, una preghiera detta con il cuore, con le braccia protese verso l'alto. Ci invita a pregare il Padre in maniera diretta, esplicita, senza compromessi. Non come fanno i pagani con parole vuote, ma con il cuore aperto, pieno di fiducia e di amore. Parole che chiedono a Dio d'istruirci sul comportamento, sul modo di vivere, su come chiedere il pane quotidiano. Quindi, la nostra preghiera non deve orientarsi solo al primario bisogno di

mettere qualcosa sotto ai denti, ma anche all'istruzione del cuore al sentimento. Sì, il sentimento della speranza, che fa allargare il cuore e ci aiuta a vivere con e per gli altri. Cristo, dunque, ci invita a seguire il suo esempio, ad essere pane per i fratelli, ci invita a servire Dio, per essere membra vive del suo corpo divenuto pane. La vita può essere una continua preghiera se tutti riusciamo a poco a poco a chiedere il giusto a Dio, ossia gli strumenti per essere quelle molliche che insieme formano l'intero pane, il pane del servizio, del perdono, della fiducia reciproca.

+ Concretamente, come possiamo vivere il Vangelo? Come possiamo essere pane e lievito di perdono? Come possiamo impegnarci ad aprire il cuore al perdono?

## Prega

*O Signore, come il buon Francesco  
fa' di me uno strumento del tuo amore,  
aiutami a perdonare, ad essere paziente,  
a vivere per te e la tua gloria in Cielo  
e non per gli occhi del mondo.*

*Aiutami ad umiliarmi, come Maria,  
che ha fatto dell'umiltà la sua dimora  
ed è vissuta santamente nella quotidianità.*

*Sorreggi le mie debolezze e perdona le mancanze.  
O Signore ti prego, dove non arrivo io, arriva Tu,*

*dammi quello che mi manca per esserti vicino ed essere utile.  
Donami la costanza e la pazienza  
quando le prove della vita mi sfiancano.  
Non come voglio io, ma come vuoi Tu, Signore.*

## **Agisci**

Affidati a Dio come un bambino nelle braccia del padre, medita su quante volte agisci d'impeto senza pensare, trascuri o fai le cose a metà, non dedichi tempo a qualcuno, preghi di fretta. E agisci ora, in questo periodo di grazia quaresimale, per riconciliarti con Dio e con tutto quello che trascuri.

## **NOTE PERSONALI**