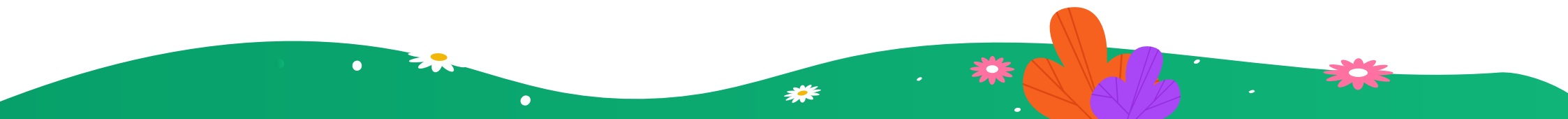


Quaresima Laudato Si':

**Pregchiere per un
Viaggio di Speranza**



QUARESIMA LAUDATO SI'



Índice

Introduzione alla Quaresima Laudato Si': Un Viaggio di Speranza	3
Pregghiera della Quaresima.....	4
Esame di coscienza ecologico	5
Coroncina Laudato Si'.....	6
Rosario Laudato Si'	12
Stazioni della Via Crucis	30
Esempio di riunione in piccoli gruppi	34

Introduzione alla Quaresima Laudato Si': Un Viaggio di Speranza

La Quaresima è un tempo di preparazione alla Pasqua e alla celebrazione del mistero pasquale. Durante questo periodo di digiuno e conversione, ci viene ricordato chi siamo: creature completamente dipendenti da Dio chiamate a vivere nell'amore e nella compassione con tutto il suo creato.

I cattolici di tutto il mondo si stanno unendo in questa Quaresima per un viaggio di conversione ecologica attraverso la riflessione, il pentimento e il rinnovamento. Insieme.

Riconosciamo di aver rovinato la nostra relazione con il creato ed esprimiamo il nostro dolore per le nostre azioni. Impegnandoci, però, in cambiamenti concreti, ridurremo la nostra impronta ecologica e

ispireremo i nostri fratelli e le nostre sorelle in tutto il mondo a unirsi a noi in questo cammino di conversione!

Di seguito sono riportate le preghiere che aiuteranno te, il tuo Circolo Laudato Si', i tuoi amici e la tua famiglia a vivere più pienamente la Quaresima Laudato Si' e ispirare coloro che ti circondano a unirsi in questo viaggio. Ti invitiamo anche a utilizzare [il calendario quaresimale](#) come riferimento, che puoi trovare su LaudatoSiLent.org.

Preghiera della Quaresima

Signore, veniamo davanti a te nelle tenebre
in cerca della tua alba.

Ascoltiamo la tua voce dolce e leggera
in mezzo alla tempesta.

Aiutaci ad ascoltare le Tue parole e
pronunciarle agli altri.

Aiutaci a cambiare il modo in cui viviamo,
affinché possiamo risplendere della luce
che conduce il mondo a te.

Mentre offri una nuova vita al mondo,
portaci nuova vita oggi,
per poterla condividere abbondantemente
con gli altri.

Uniti nella speranza,
legati dal nostro amore reciproco e dalla casa
che condividiamo,
ti preghiamo nel tuo nome, Gesù Cristo.

Amen.

Esame di coscienza ecologico

Inizia l'esame collocando te o il tuo gruppo in una posizione di apertura all'opera dello Spirito in te.

Ci sono sei passaggi nell'Esame. Segui un ritmo che funziona meglio per te: fermati nelle sezioni dell'Esame su cui vorresti riflettere maggiormente.

Se sei in un gruppo, come un Circolo Laudato Si', valuta la possibilità di discutere ciò che è emerso nel tuo esame personale una volta finita la riflessione, oppure pensa ad affrontare l'Esame in gruppo.

1. Rendo grazie a Dio per il creato e per essere stato fatto in maniera meravigliosa. Dove ho sentito la presenza di Dio nel creato oggi?
2. Chiedo la grazia di vedere il creato come lo vede Dio, in tutto il suo splendore e sofferenza. Vedo la bellezza del creato e ascolto il grido della terra e dei poveri?

3. Chiedo la grazia di guardare da vicino per vedere come le mie scelte di vita influiscano sul creato, sui poveri e sui vulnerabili. Quali sfide o gioie provo quando ricordo la mia cura per il creato? Come posso allontanarmi dalla cultura dello scarto e, invece, essere solidale con il creato e con i poveri?

4. Chiedo la grazia della conversione verso la giustizia ecologica e la riconciliazione. In cosa ho mancato nel prendermi cura del creato e dei miei fratelli e sorelle? Come chiedo una sincera conversione del cuore?

5. Chiedo la grazia di riconciliare il mio rapporto con Dio, il creato e l'umanità, e di essere solidale attraverso le mie azioni. Come posso riparare il mio rapporto con il creato e fare scelte coerenti con il mio desiderio di riconciliazione con il creato?

6. Offro una preghiera di chiusura per la terra e i vulnerabili nella nostra società.

Fonte: L'esame di coscienza ecologico è stato preparato dall'Ufficio di Giustizia ed Ecologia della Conferenza dei Gesuiti del Canada e degli Stati Uniti e dalla Rete di Solidarietà Ignaziana. L'esame completo è disponibile su <http://www.ecologica-lexamen.org/>

Coroncina Laudato Si'

Nota: Si consiglia di recitare la Coroncina all'aperto e con un rosario a portata di mano. I luoghi silenziosi immersi nella natura sono ideali, ma può essere pregata anche in un contesto urbano con elementi naturali a vista. Per risorse clicca qui [\(link\)](#)

**Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo.
Amen**

- **Canto introduttivo di lode** - Alcune opzioni: 1) [Laudato Si' mi Signore](#) (GCCM version) 2) [Laudate Omnes Gentes](#), 3) [Laudate Dominum](#), 4) Alleluia (qualsiasi versione), o 5) qualsiasi inno con tema relativo al creato.
Preghiera del Cantico delle Creature ([testo originale](#)).
- **Contemplazione del Creato:** trascorri un minimo di 5 minuti in silenzio orante, contemplando l'opera d'arte di Dio nel Creato e vivendo un'esperienza sensoriale.

Coroncina Laudato Si': recita i versetti del Cantico delle Creature che lodano Dio attraverso i 4 elementi, ognuna per 10 volte (seguendo i grani del Rosario):

- **Laudato si', mi Signore, cum tuće le tue creature** x10
Gloria + Ritornello del canto Laudato si'
- **Laudato si', mi Signore, per frate vento** x10
Gloria + Ritornello del canto Laudato si'
- **Laudato si', mi Signore, per sora aqua** x10
Gloria + Ritornello del canto Laudato si'
- **Laudato si', mi Signore, per frate focu** x10
Gloria + Ritornello del canto Laudato si'
- **Laudato si', mio Signore, per sora nostra madre terra.** x10
Gloria + Ritornello del canto Laudato si'

*Ogni decina viene introdotta da una breve riflessione e un esercizio sensoriale su ciascuno dei 4 elementi.
Ogni decina viene chiusa con il Gloria e il canto Laudato si'*

- **[Facoltativo] Versetti di Gratitudine e Versetti di Pentimento** (Allegato 2), e/o **Versetti Estes** (Allegato 3).
- **Preghiera finale:** Padre Nostro e/o il canto "[Preghiera per la nostra Terra](#)"
Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. Amen
- **Canto finale**

¹ Alleluia significa "Lode a Dio" in ebraico antico, quindi è un sinonimo dell'espressione "Laudato si'", una buona e ben nota scelta per introdurre il tema della "Lode" LS e del Cantico.

² I 4 elementi furono scelti da San Francesco perché ai suoi tempi servivano a rappresentare tutto il Creato, l'intero cosmo, in linea con la tradizione dell'Antica Grecia e di altre antiche culture.

³ Consigliamo il ritornello di [questo canto](#) appositamente composto per la Coroncina Laudato Si'.

Per un maggiore approfondimento sul Cantico e sui quattro elementi, vi suggeriamo [questo video](#) ([link](#)) o [questo libro](#) ([link](#)).

Rosario Laudato Si'

"Poi apparve un gran segno nel cielo: una donna rivestita del sole con la luna sotto i piedi, e sul capo una corona di dodici stelle. (Ap 12,1). Elevata al cielo, è Madre e Regina di tutto il creato. Nel suo corpo glorificato, insieme a Cristo risorto, parte della creazione ha raggiunto tutta la pienezza della sua bellezza." (LS 241).

Preghiera del Santo Rosario

1. Facciamo il segno della Croce
 2. Recitiamo l'Atto di Dolore
 3. Preghiamo i 5 Misteri a seconda del giorno
- Per ogni mistero

- Citiamo il Mistero
 - Leggiamo la meditazione
 - Recitiamo 1 Padre nostro
 - Recitiamo 10 Ave Maria
 - Recitiamo 1 Gloria al Padre
 - Recitiamo Maria, Madre di Grazia...
 - Recitiamo 1 Preghiera di Fatima ...
4. Recitiamo 1 Salve, Regina
 5. Recitiamo 1 Ave Maria per la Chiesa
 6. Recitiamo 1 Ave Maria per il Papa
 7. Recitiamo 1 Ave Maria per la nostra intenzione
 8. Recitiamo il Credo apostolico

Misteri Gaudiosi

di Frate Eduardo Agosta O. Cam.

Primo Mistero: L'annuncio Dell'angelo A Maria Vergine

Nel sesto mese, l'angelo Gabriele fu mandato da Dio in una città della Galilea, chiamata Nazaret, a una vergine, promessa sposa di un uomo della casa di Davide, chiamato Giuseppe. La vergine si chiamava Maria. Entrando da lei, disse: «Ti saluto, o piena di grazia, il Signore è con te»... . Ecco concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù. Allora Maria disse: «Eccomi, sono la serva del Signore, avvenga di me quello che hai detto»." (Luca 1, 26-28, 31, 38).

"Avvenga di me quello che hai detto."

È la libera risposta della creatura al dono del Creatore; esprime disponibilità e apertura affinché il "miracolo" avvenga attraverso il potere, la forza, dello Spirito di Dio. Il creato, opera dell'amore del Creatore, ha le sue leggi naturali che lui stesso rispetta: Dio non viola l'armonia naturale presente nella sua opera d'amore. Solo il libero arbitrio della creatura umana, che si rende disponibile alla volontà di Dio, rende possibile il cambiamento nella storia delle cose. Oggi i moti dello Spirito di Dio risvegliano in noi la consapevolezza di dover dare un "Sì" generoso, e talvolta con sacrificio, per preservare e curare l'armonia del creato. Come dice Papa Francesco: "... sappiamo che le cose possono cambiare. Il Creatore non ci abbandona, non fa mai marcia indietro nel suo progetto di amore, non si pente di averci creato. L'umanità ha ancora la capacità di collaborare per costruire la nostra casa comune." (LS 13). "... l'essere umano è ancora capace di intervenire positivamente. Essendo stato creato per amare, in mezzo ai suoi limiti germogliano inevitabilmente gesti di generosità, solidarietà e cura." (LS 58).

Siamo, dunque, annunciatori che "un nuovo cielo e una nuova terra" (Ap 21,1) sono possibili; portatori di speranza, mossi dallo Spirito; testimoni del cambiamento. Abbiamo il grande esempio di Maria.

Secondo Mistero: La Visita di Maria a Elisabetta

"In quei giorni Maria si mise in viaggio verso la montagna e raggiunse in fretta una città di Giuda. Entrata nella casa di Zaccaria, salutò Elisabetta. Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria...fu piena di Spirito Santo." (Luca 1, 39-41).

"Si è preparata e si è affrettata."

Maria, che vive l'esperienza del Dio vivente nel proprio essere, ci mostra il valore essenziale delle relazioni e della comunicazione nel dinamismo del creato. La vita naturale sulla terra è possibile solo attraverso l'instaurazione di relazioni armoniose e comunicazioni sane (ecologiche) tra ogni essere vivente e l'ambiente e tra gli esseri viventi.

La Vita che guida il dinamismo del creato si trasmette anche come forza spirituale con la parola che viene comunicata: "Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria...fu piena di Spirito Santo", che è la forza della nostra forza (vedi LS 40, 28-31).

Papa Francesco ci ricorda che Dio ha impresso il dinamismo della Santissima Trinità in tutto il creato, e ribadisce che "tutto è connesso" (LS 116, 91, 117, 138, 240). ... "Questo non solo ci invita ad ammirare i molteplici legami che esistono tra le creature, ma ci porta anche a scoprire una chiave della nostra propria realizzazione. Infatti la persona umana tanto più cresce, matura e si santifica quanto più entra in relazione, quando esce da sé stessa per vivere in comunione con Dio, con gli altri e con tutte le creature... Tutto è collegato, e questo ci invita a maturare una spiritualità della solidarietà globale che sgorga dal mistero della Trinità" (LS 240).

Siamo come Maria: pronti a comunicare la forza di Dio e trasformare il creato.

Terzo Mistero: La Nativita' Di Gesu'

Giuseppe e Maria da Nazareth andarono a Betlemme. "Ora, mentre si trovavano in quel luogo, si compirono per lei i giorni del parto. Diede alla luce il suo figlio primogenito, lo avvolse in fasce e lo depose in una mangiatoia, perché non c'era posto per loro nell'albergo" (Luca 2, 6-7).

L'inizio del Vangelo di Giovanni ci dà una chiave di lettura (Gv 1,1-3-9-11-14):

In principio era il Verbo ... e il Verbo era Dio ... Per mezzo di Lui tutte le cose furono create ... In Lui era la vita ... La vera luce che dà luce a tutti coloro che vengono al mondo ... Era nel mondo ... ma il mondo non lo ha riconosciuto.

Oggi possiamo ancora accogliere la Parola che è vera luce che illumina le nostre coscienze e ci fa capire la necessità di un cambiamento radicale, una conversione ecologica verso il

rispetto delle creature, la cura della casa comune e degli esseri più vulnerabili e svantaggiati di questa terra, oppure, possiamo guardare altrove e ignorare la realtà delle cose, negando la luce della verità (la Parola è venuta a casa sua, e il suo popolo non l'ha ricevuta). La prima opzione sarà la nostra nascita. Il secondo, la nostra morte, che è la nostra opzione, una condanna.

Ce lo ricorda Papa Francesco: "Dio, che ci chiama alla dedizione generosa e a dare tutto, ci offre le forze e la luce di cui abbiamo bisogno per andare avanti. Nel cuore di questo mondo rimane sempre presente il Signore della vita che ci ama tanto. Egli non ci abbandona, non ci lascia soli, perché si è unito definitivamente con la nostra terra, e il suo amore ci conduce sempre a trovare nuove strade. A Lui sia lode!" (LS 245).

Lascia che la Parola entri nella nostra storia, nasca nelle nostre coscienze, perché sappiamo che, nonostante tutto, le tenebre non vincono la luce della Parola (Gv 1,5).

Quarto Mistero: La Presentazione Di Gesù Al Tempio

"Quando venne il tempo della loro purificazione secondo la Legge di Mosè, portarono il bambino a Gerusalemme per offrirlo al Signore, come è scritto nella Legge del Signore: ogni maschio primogenito sarà sacro al Signore" (Luca 2, 22-23).

"Come è scritto nella Legge del Signore."

Nell'antichità il peccato aveva a che fare con la rottura: rottura del rapporto tra l'essere umano e Dio, tra la creatura e il suo Creatore. Quella rottura ha conseguenze cosmiche: l'armonia delle cose si perde. Questo è il peccato originale, che Genesi narra con la metafora della perdita del paradiso: Il Signore Dio prese l'uomo e lo pose nel giardino di Eden, perché lo coltivasse e lo custodisse. (Gen 2,15), ma l'essere umano ha disobbedito. Ecco perché per noi credenti cristiani, il recupero di quel legame è inteso come una Nuova Alleanza o alleanza, fatta da Gesù Cristo. Prima di Gesù,

un modo per redimersi dai propri peccati era attraverso la purificazione, attraverso riti stabiliti. La purificazione, quindi, ha mondato i peccati, cioè ti ha restaurato come una "creatura del suo Creatore". Consacrare, quindi, restituisce ritualmente a Colui al quale appartieni. Purificare e consacrare vanno di pari passo. La consacrazione ha a che fare con l'armonia vivente nel creato e con Dio.

La vita di Gesù è un chiaro esempio di consacrazione e purificazione. Papa Francesco ci ricorda: "Gesù visse in piena armonia con il creato e i presenti furono presi da stupore e dicevano: «Chi è mai costui al quale i venti e il mare obbediscono?»." (Mt 8,27). Il suo aspetto non era quello di un asceta separato dal mondo, né di un nemico delle cose piacevoli della vita. Di se stesso ha detto: "È venuto il Figlio dell'uomo, che mangia e beve, e dicono: Ecco un mangione e un beone, amico dei pubblicani e dei peccatori. Ma alla sapienza è stata resa giustizia dalle sue opere». (Mt 11,19) ... È degno di nota il fatto che la maggior parte della sua vita è stata dedicata a questo impegno, in un'esistenza semplice che non suscitava alcuna ammirazione: «Non è costui il falegname, il figlio di Maria?» » (Mc 6,3)" (LS 98).

Non abbiamo bisogno di fare grandi cose per consacrare la nostra vita alla salvezza della terra. Dobbiamo essere come Gesù, per assumere la sua spiritualità: vivere con semplicità, lavorare, gustare con moderazione i beni della terra e, soprattutto, riconoscere sempre che "meno è meglio" con convinzione (LS 212), cercando di ristabilire il solo i rapporti tra gli esseri umani, la terra e il Creatore. Questa è la conversione ecologica che può guarire (e salvare) il creato.

QUINTO MISTERO: IL RITROVAMENTO DI GESÙ TRA I DOTTORI DEL TEMPIO

"Il fanciullo Gesù rimase a Gerusalemme, senza che i genitori se ne accorgessero. Credendolo nella carovana, fecero una giornata di viaggio, e poi si misero a cercarlo tra i parenti e i conoscenti; non avendolo trovato, tornarono in cerca di lui a Gerusalemme. Dopo tre giorni lo trovarono nel tempio, seduto in mezzo ai dottori, mentre li ascoltava e li interrogava" (Luca 2, 43-46).

"... Seduto in mezzo ai dottori, mentre li ascoltava e li interrogava."

Gesù ci viene mostrato così com'è: vero uomo (e vero Dio) che ha bisogno di imparare, crescere, maturare e portare molto frutto. Si impara ascoltando e chiedendo agli altri. Di nuovo una relazione: l'apprendimento è una relazione di scambio di conoscenze, abilità, tecniche, cultura, arte, fede e così via. Richiede semplicità, il riconoscere chi siamo con umiltà (con i piedi per terra), senza crederci saggi ma senza pensare di essere inutili. Gesù ci mostra il significato di quella "umiltà (che) è

camminare nella verità", come direbbe santa Teresa di Gesù.

Papa Francesco ci mostra anche che dobbiamo imparare dagli altri per migliorare le cose. L'esempio migliore è il primo capitolo della lettera Laudato Si': il Papa usa le scienze per capire il danno che stiamo infliggendo a Sorella Madre Terra. Non sappiamo tutto, e gli strumenti della scienza possono essere utili per ottenere una buona diagnosi e poter agire con certezza nelle decisioni migliori. Negare i dati scientifici che rivelano lo stato delle cose, come ad esempio il Cambiamento Climatico, sta bloccando la possibilità di crescere, maturare e dare buoni frutti nel tempo. Il Papa ci mostra anche che la scienza deve lasciarsi insegnare e apprendere da altre saggezze che contribuiscono significato e direzione alla mera conoscenza scientifica, se vuole servire l'uomo integralmente:

"La frammentazione del sapere assolve la propria funzione nel momento di ottenere applicazioni concrete, ma spesso conduce a perdere il senso della totalità, delle relazioni che esistono tra le cose, dell'orizzonte ampio, senso che diventa irrilevante. Questo stesso fatto impedisce di individuare vie adeguate per risolvere i problemi più complessi del mondo attuale, soprattutto quelli dell'ambiente e dei poveri, che non si possono affrontare a partire da un solo punto di vista o da un solo tipo di interessi. Una scienza che pretenda di offrire soluzioni alle grandi questioni, dovrebbe necessariamente tener conto di tutto ciò che la conoscenza ha prodotto nelle altre aree del sapere, comprese la filosofia e l'etica sociale... Nella realtà concreta che ci interpella, appaiono diversi sintomi che mostrano l'errore, come il degrado ambientale, l'ansia, la perdita del senso della vita e del vivere insieme." (LS 110).

Cerchiamo, dunque, di essere come Gesù: capaci di ascoltare per imparare; chiedere di crescere; e crescendo, maturiamo per dare buoni frutti nel suo tempo (e nel tempo, per non arrivare in ritardo).

Misteri Dolorosi

di Sr. Teresa de la Cruz, O.S.C.

Primo Mistero: L'agonia Nel Getsemani

"La violenza che c'è nel cuore umano ferito dal peccato si manifesta anche nei sintomi di malattia che avvertiamo nel suolo, nell'acqua, nell'aria e negli esseri viventi. Per questo, fra i poveri più abbandonati e maltrattati, c'è la nostra oppressa e devastata terra, che « geme e soffre le doglie del parto »" (Rom 8, 22)" (LS 2).

Gesù porta tutti i nostri peccati, le nostre ferite, soffre per noi, amandoci fino a sudare sangue nel Getsemani: abbraccia il nostro dolore, ci salva e dona la sua vita per farci vivere in abbondanza. Maria, Madre della Chiesa, Aiuto dei cristiani, è rimasta in silenzio accanto a suo Figlio. Accettare la sua offerta ci aiuta a vivere in questo mondo riconciliati con Dio e ad essere fratelli e sorelle di tutti.

Secondo Mistero: La Flagellazione Di Gesù'

"...Dimentichiamo che noi stessi siamo terra (cfr Gen 2,7). Il nostro stesso corpo è costituito dagli elementi del pianeta, la sua aria è quella che ci dà il respiro e la sua acqua ci vivifica e ristora. O... Dio ha affidato il mondo all'essere umano, bensì perché la vita umana stessa è un dono che deve essere protetto da diverse forme di degrado." (LS 2-5)

Davanti al corpo martoriato di Gesù, il Messia innocente, che si consegna per il nostro amore, vogliamo meditare su quanto gli sia costato, quale prezzo abbia voluto pagare nella sua carne e quale valore non avremo per lui ... Consideriamo che ogni creatura è preziosa, tutta la vita un dono, che non può essere maltrattato. Chiediamo a Maria, Madre e Regina di tutto il creato, che lo ha accolto nel suo grembo verginale, di aiutarci ad essere difensori della vita, della dignità umana, del rispetto di ogni creatura, perché riflesso del Creatore.

Terzo Mistero: L'incoronazione Di Spine

"..l'ambiente naturale è pieno di ferite prodotte dal nostro comportamento irresponsabile. Anche l'ambiente sociale ha le sue ferite. Ma tutte sono causate in fondo dal medesimo male, cioè dall'idea che non esistano verità indiscutibili che guidino la nostra vita, per cui la libertà umana non ha limiti." (LS 6)

Contemplando Gesù coronato di spine, che si lascia incoronare il capo di spine, pieno di umiliazione e ignominia, ci riconosciamo in tanti momenti in cui abbiamo abusato della nostra libertà, danneggiando con i nostri atteggiamenti il creato, le relazioni, l'ambiente.

Si è lasciato umiliare così, anche se è veramente un Re, così che guardandolo non dimentichiamo che abbiamo un Padre, che siamo sue Creature, non autoreferenziali, ma dipendenti da questo l'amore che ci ha creati per il nostro bene. Con l'aiuto di Maria, l'aiuto dei cristiani, vogliamo imparare ogni giorno dalla sua mano, per usare meglio la nostra libertà per costruire un mondo più umano, ecologico, dove possiamo vivere in pace, aiutando a farlo insieme, la nostra casa comune dove possiamo veramente cantare come lei: "L'anima mia magnifica il Signore e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore, ..."

Quarto Mistero: La Salita Al Calvario Con La Croce

"La sfida urgente di proteggere la nostra casa comune comprende la preoccupazione di unire tutta la famiglia umana nella ricerca di uno sviluppo sostenibile e integrale, poiché sappiamo che le cose possono cambiare. Il Creatore non ci abbandona, non fa mai marcia indietro nel suo progetto di amore, non si pente di averci creato. L'umanità ha ancora la capacità di collaborare per costruire la nostra casa comune." (LS 13)

Gesù, prima della sua morte, porta la sua croce e la nostra. Porta con sé tutto ciò che abbiamo trascurato, lasciato per strada e, con infinito amore, affronta il Calvario, dove sa che la sua opera finirà. In questo modo si lascerà aiutare anche dal Cireneo, in lui sarà sua Madre, che lo accompagna con lo sguardo e con passo fermo, sofferente con lui, ma fedele e ferma. Gesù non ci abbandona, compie la sua opera. E ci invita a camminare insieme, per poter continuare nel nostro oggi, per poter continuare a costruire una civiltà dove l'amore regna prima dell'odio, il perdono prima dell'offesa, la pace e la solidarietà di fronte alla distruzione e all'egoismo. Maria, Madre e Regina del Creato, sorella nostra per poter portare avanti con lei e come lei, questo comune progetto d'amore che suo Figlio ha iniziato e portato avanti senza perdersi d'animo.

Quinto Mistero: La Crocifissione Di Gesù

"Queste situazioni provocano i gemiti di sorella terra, che si uniscono ai gemiti degli abbandonati del mondo, con un lamento che reclama da noi un'altra rotta. Mai abbiamo maltrattato e offeso la nostra casa comune come negli ultimi due secoli. Siamo invece chiamati a diventare gli strumenti di Dio Padre perché il nostro pianeta sia quello che Egli ha sognato nel crearlo e risponda al suo progetto di pace, bellezza e pienezza." (LS 53).

Che meravigliosa certezza è sapere che la vita di ogni persona non si perde in un disperante caos, in un mondo governato dalla pura casualità o da cicli che si ripetono senza senso! ... Siamo stati concepiti nel cuore di Dio e quindi « ciascuno di noi è il frutto di un pensiero di Dio. Ciascuno di noi noi è voluto, ciascuno è amato, ciascuno è necessario » (LS 65).

La morte di Cristo sulla Croce, atto supremo d'amore per noi, per salvarci, ha un senso. In Lui e attraverso di Lui, tutto il creato rinasce a nuova vita, e noi insieme a Lui. Chiediamo a Maria, aiuto dei cristiani, che è rimasta salda ai piedi della croce, che è stata sempre fedele a suo Figlio, di aiutarci a comprendere tanto amore e a corrispondere alla nostra vita, al servizio dei nostri fratelli, e della nostra madre terra, per amore suo.

Misteri Gloriosi

di Fr. Lluc Torcal O. Cist.

Primo Mistero: **La Resurrezione**

"Entrando nel sepolcro, videro un giovane, seduto sulla destra, vestito d'una veste bianca, ed ebbero paura. Ma egli disse loro: «Non abbiate paura! Voi cercate Gesù Nazareno, il crocifisso. È risorto, non è qui. Ecco il luogo dove l'avevano deposto.»" (Marco 16, 5-6).

All'inizio Dio creò la luce e la separò dalle tenebre. Ma le tenebre stavano guadagnando terreno fino a quel giorno, quando venne l'ora del Signore, quando le tenebre si diffusero in tutta la regione fino a metà pomerig-

gio. Dio aveva concesso loro l'ultima vittoria. L'oscurità accecata dalla propria oscurità, non si è accorta di aver inghiottito quella che è la vera luce, quella che illumina tutti coloro che vengono al mondo, e così, ingannati, sono stati essi stessi oscurati e inghiottiti.

Le tenebre sono già svanite e, senza sapere né quando né come; Cristo, tornando dai morti, è apparso glorioso agli uomini, come il sole in una giornata serena. Ci è stato dato il dono della luce nuova, di una luce migliore di quella che Dio aveva creato all'inizio e che era veramente buona: la luce che fa le feste in cielo, la luce che è Dio stesso, la luce di Cristo !

Secondo Mistero: L'ascensione Di Gesù' Al Cielo

"E Gesù, avvicinatosi, disse loro: «Mi è stato dato ogni potere in cielo e in terra. Andate dunque e ammaestrate tutte le nazioni, battezzandole nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito santo...» Poi...Mentre li benediceva, si staccò da loro e fu portato verso il cielo." (Matteo 28, 18-19; Luca 24, 50-51).

A volte siamo in paradiso, nelle grandi nuvole bianche che coprono e nascondono la terra, il mare e tutto ciò che lo circonda. Quelle nuvole che, pur nascondendosi, lasciano passare senza intralciare, senza resistere, sottilmente, muovendosi e utilizzando lo spazio che viene offerto a chi lo attraversa. Questo è il nostro cielo, l'azzurro con le sue nuvole bianche. Questo era anche il cielo che gli apostoli ei primi discepoli del Signore guardavano quando udirono quella voce angelica che li guidò a guardare verso la terra: uomini di Galilea, perché guardate il cielo?(LS 64)

Terzo Mistero : La Discesa Dello Spirito Santo

" Mentre il giorno di Pentecoste stava per finire, si trovavano tutti insieme nello stesso luogo... Apparvero loro lingue come di fuoco che si dividevano e si posarono su ciascuno di loro ed essi furono tutti pieni di Spirito Santo" (Atti 2, 1-3-4).

La Pentecoste è il giorno della festa dei frutti. La Pentecoste è la festa dell'abbondanza. Si conclude con il tempo pasquale che lo corona: celebriamo il dono dello Spirito Santo, dello Spirito promesso che ci riempie e porta all'abbondanza del Signore. Colui che era pieno, perché è Dio, ci dà il dono della sua pienezza, della sua vita, del suo amore. E questo dono di pienezza è lo Spirito Santo, Signore e datore di vita. Dalla pienezza del Signore riceviamo anche il dono di essere ricchi e il dono di vivere pienamente. Come dice il libro degli Atti ci dice: "Furono tutti pieni di Spirito." Dono di essere e dono della vita. (cf. LS 80)

Quarto Mistero: Assunzione Di Maria Al Cielo

"Il corpo purissimo della Vergine Maria, preservato ed esente da tutta la corruzione del sepolcro e innalzato a tanta gloria in cielo" (Definizione del Dogma, Papa Pio XII)

Maria, la donna che ha concepito colui che "si unì a questa terra quando prese forma nel seno di Maria" (cf. LS 238), ora porta la stessa terra al mistero di Dio. "Nel suo corpo glorificato, insieme a Cristo risorto, parte della creazione ha raggiunto tutta la pienezza della sua bellezza." (LS 241) Fa tesoro dell'intera vita di Gesù nel suo cuore: "si prende cura con affetto e dolore materno di questo mondo. (...) ora ha compassione della sofferenza dei poveri crocifissi e delle creature di questo mondo sterminate dal potere umano." (LS 241).

Quinto Mistero: L'incoronazione Di Maria

"Nel cielo apparve poi un segno grandioso: una donna vestita di sole, con la luna sotto i suoi piedi e sul suo capo una corona di dodici stelle." (Ap 12, 1).

Maria vive con Gesù completamente trasfigurata, e tutte le creature cantano la sua bellezza. È la Donna « vestita di sole, con la luna sotto i piedi e una corona di dodici stelle sul suo capo » (Ap 12,1). Elevata al cielo, è Madre e Regina di tutto il creato." (LS 241). Il sole, la luna e le stelle appaiono insieme a Maria come segni di una nuova creazione a cui Maria ha partecipato pienamente. Non facciamo parte della nuova creazione, ma siamo parte della prima, quindi non possiamo dimenticarci di prendercene cura: "Il nostro stesso corpo è costituito dagli elementi del pianeta, la sua aria è quella che ci dà il respiro e la sua acqua ci vivifica e ristora." (LS 2).

Misteri Luminosi

di Fr. Lluc Torcal O. Cist

Primo Mistero: Il Battesimo Nel Giordano

"In quei giorni Gesù venne da Nazaret di Galilea e fu battezzato nel Giordano da Giovanni. E, uscendo dall'acqua, vide aprirsi i cieli e lo Spirito discendere su di lui come una colomba. E si sentì una voce dal cielo: «Tu sei il Figlio mio prediletto, in te mi sono compiaciuto»."
(Marco 1, 9-11).

Senza acqua non c'è vita: la bellezza del nostro pianeta non sarebbe così impressionante senza questo meraviglioso dono; senza acqua non c'è rigenerazione: l'uomo non potrebbe risplendere della bellezza di Cristo, se attraverso l'acqua del battesimo non fosse introdotto nel cuore stesso della vita trinitaria. Pochi saranno gli sforzi che faremo per mantenere in vita l'acqua; così può raggiungere tutti; in modo che possa continuare ad annaffiare i nostri campi e le nostre foreste, in modo che scorrano fiumi puri! E, senza l'acqua viva, non ci può essere l'acqua viva dello Spirito nei nostri cuori.

Secondo Mistero: Le Nozze di Cana

" Nel frattempo, venuto a mancare il vino, la madre di Gesù gli disse: «Non hanno più vino». E Gesù rispose: «Che ho da fare con te, o donna? Non è ancora giunta la mia ora». La madre dice ai servi: «Fate quello che vi dirà». Così Gesù diede inizio ai suoi miracoli in Cana di Galilea, manifestò la sua gloria e i suoi discepoli credettero in lui." (Gv 2, 3-5,11).

L'acqua che si trasforma in vino è un simbolo dell'opera congiunta di Dio e dell'uomo. Il vino è il distillato dell'acqua, della terra, dell'uva ... dei prodotti naturali che Dio ci dona e dell'ingegno dell'uomo, anche il dono di Dio, che ricrea il creato e lo mette al servizio degli uomini: intelligenza e disponibilità a lavorare nel mondo e per il mondo, intelligenza e volontà di fare la volontà di Dio. E affinché il vino non manchi, Dio ci chiede di occuparci della casa comune.

Terzo Mistero: L'annuncio Del Regno di Dio

" Dopo che Giovanni fu arrestato, Gesù si recò nella Galilea predicando il vangelo di Dio e diceva: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete al vangelo»!" (Marco 1,14-15)

Il regno di Dio è il regno di giustizia e verità. Nel regno di Dio "In lui si riscontra fino a che punto sono inseparabili la preoccupazione per la natura, la giustizia verso i poveri, l'impegno nella società e la pace interiore." (LS 10). È giunto il momento di ristabilire i rapporti originari tra uomo e Dio, uomo e donna, uomo e natura, che il peccato ha distrutto lasciando sulla terra l'ingiustizia e l'avidità, che il pianeta e i suoi abitanti da allora hanno sfruttato. La richiesta di una profonda conversione ecologica è parte integrante del regno di Dio (LS 217).

Quarto Mistero: La Trasfigurazione

' E, mentre pregava, il suo volto cambiò d'aspetto e la sua veste divenne candida e sfolgorante.... Mentre parlava così, venne una nube e li avvolse; all'entrare in quella nube, ebbero paura. E dalla nube uscì una voce, che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'eletto; ascoltatelo». » (Luca 9, 29-35)

Il Vangelo della vita e della luce e dell'immortalità brillava tra tutti noi come luce materiale, di questo mondo, sotto forma di un'esplosione che risplendeva come il volto del Signore e che avviene all'inizio dell'ascesa del Signore a Gerusalemme, dove Egli va a morire sulla croce. La luce bianca e cristallina invita a non dimenticare che nel nostro cammino verso la conversione dobbiamo essere guidati solo da questa luce della risurrezione, perché questa è una luce di verità e di vita, possiamo essere trasfigurati e cambiare il nostro volto da Cristo (LS 217)

Quinto Mistero: L'eucaristia

"Ora, mentre essi mangiavano, Gesù prese il pane e, pronunciata la benedizione, lo spezzò e lo diede ai discepoli dicendo: «Prendete e mangiate; questo è il mio corpo». Poi prese il calice e, dopo aver reso grazie, lo diede loro, dicendo: «Bevetene tutti, questo è il mio sangue.»" (Mt 26, 26-27)

Cristo è presente nel pane e nel vino. Non sono stati scelti prodotti inutili per il benessere umano, ma quelli che ne costituiscono le basi. Dato che abbiamo la Comunione di questo Corpo e di questo Sangue, come possiamo permettere ai nostri fratelli di perdere questi prodotti essenziali della nutrizione umana? Perché i cereali più basilari per vivere sono a prezzi così alti da renderne privi la maggior parte degli abitanti di questo pianeta? La carità di Dio ci incoraggia a lavorare per la giustizia e la pace sulla Terra, specialmente per i nostri fratelli e sorelle bisognosi. Ognuno ha diritto al pane che rinnova le proprie forze.

Preghiere

Segno della Croce

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.

Atto di Dolore

*Mio Dio,
mi pento e mi dolgo con tutto il cuore dei miei
peccati,
perché peccando ho meritato i tuoi castighi,
e molto più perché ho offeso te,
infinitamente buono e degno d'essere amato sopra
ogni cosa.
Propongo con il tuo santo aiuto
di non offenderti mai più,
e di fuggire le occasioni prossime di peccato
Signore, misericordia, perdonami.*

Padre Nostro

*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. Amen.*

Ave Maria

*Ave, o Maria, piena di Grazia, il
Signore è con te. Tu sei
benedetta fra le donne, e
benedetto è il frutto del tuo seno,
Gesù. Santa Maria, Madre di Dio,
prega per noi peccatori, adesso
e nell'ora della nostra morte.
Amen.*

Gloria al Padre

Gloria al Padre al Figlio e allo Spirito Santo. Come era nel principio ora e sempre nei secoli dei secoli. Amen

Maria, Madre di Grazia

Maria Madre di Grazia, Madre di Misericordia, proteggici dal nemico e accogliaci nell'ora della morte.

Fatima Preghiera di Fatima

Gesù mio, perdona le nostre colpe, preservaci dal fuoco dell'inferno, porta in cielo tutte le anime, specialmente le più bisognose della tua misericordia.

Salve, Regina

Salve, Regina, Madre di misericordia, vita, dolcezza e speranza nostra, salve.

A te ricorriamo, noi esuli figli di Eva, a te sospiriamo, gementi e piangenti in questa valle di lacrime.

Orsù dunque, avvocata nostra, rivolgici a noi gli occhi tuoi misericordiosi.

E mostraci, dopo questo esilio, Gesù, il frutto benedetto del Tuo seno.

*O clemente, o pia,
o dolce Vergine Maria!*

Amen.

Credo apostolico

"Credo in un solo Dio, Padre onnipotente, Creatore del cielo e della terra, di tutte le cose visibili e invisibili. Credo in un solo Signore, Gesù Cristo, unigenito Figlio di Dio, nato dal Padre prima di tutti i secoli: Dio da Dio, Luce da Luce, Dio vero da Dio vero, generato, non creato, della stessa sostanza del Padre; per mezzo di lui tutte le cose sono state create. Per noi uomini e per la nostra salvezza discese dal cielo, e per opera dello Spirito Santo si è incarnato nel seno della Vergine Maria e si è fatto uomo. Fu crocifisso per noi sotto Ponzio Pilato, morì e fu sepolto. Il terzo giorno è risuscitato, secondo le Scritture, E' salito al cielo, siede alla destra del Padre, e di nuovo verrà, nella gloria, per giudicare i vivi e i morti, e il suo regno non avrà fine. Credo nello Spirito Santo, che è Signore e dà la vita, e procede dal Padre e dal Figlio; con il Padre e il Figlio è adorato e glorificato, e ha parlato per mezzo dei profeti. Credo la Chiesa, una santa cattolica e apostolica. Professo un solo Battesimo per il perdono dei peccati. Aspetto la risurrezione dei morti e la vita del mondo che verrà. Amen"

Contributi a cura di:

Suor Teresa de la Cruz, O.S.C

Clarissa, nata a Barcellona, è entrata a 24 anni in un monastero della provincia di Barcellona, dopo essere stata missionaria laica consacrata in Cile, Messico e Brasile. Attualmente vive nel Monastero di Santa Chiara a Roma, dove è venuta per aiutare a rinnovare questa comunità claustrale internazionale nel cuore della Chiesa, svolgendo il suo servizio comunitario come suora esterna: in tutte le questioni fuori dal chiostro, nell'accoglienza degli ospiti e nell'assistenza medica delle suore.

P. Lluc Torcal, O. Cist.

Nato a Sant Cugat del Vallès, laureato in Scienze Fisiche presso l'Universitat Autònoma di Barcellona, PhD in Filosofia presso la Pontificia Università Gregoriana di Roma e laureato in Teologia presso la Pontificia Università di San Tommaso d'Aquino, è entrato nel Monastero di Poblet nel 1995 dove è stato Priore fino al 2015, anno in cui è stato eletto Procuratore Generale dell'Ordine Cistercense, motivo per il quale attualmente risiede a Roma.

Frate Eduardo Agosta, O. Cam.

Sacerdote carmelitano nato a Mendoza, Argentina, è stato direttore della formazione della sua provincia religiosa e ha servito come priore nel convento a Lomas de Zamora, Argentina. Recentemente è entrato a far parte della comunità di formazione del Noviziato Internazionale di Salamanca, Spagna. E' laureato in Fisica e Dottore in Scienze Atmosferiche e Oceanografiche presso l'Università Nazionale di Buenos Aires, ricercatore del Consiglio Nazionale della Ricerca Scientifica e Tecnica dell'Argentina, professore della Pontificia Universidad Católica de Argentina. Appartiene alla Commissione Internazionale di Giustizia e Pace dell'Ordine del Carmelo ed è Consigliere in Ecologia Integrale del Dipartimento di Giustizia e Solidarietà del Consiglio Episcopale Latinoamericano (CELAM), è membro del Team di Coordinamento della ONG Carmelitana Internazionale a New York, ed è il suo rappresentante presso la Convenzione Quadro delle Nazioni Unite sui Cambiamenti Climatici. Ha collaborato con la Conferenza Episcopale Argentina sui temi della pastorale ambientale, e i suoi contributi hanno arricchito l'enciclica Laudato si' sulla cura del creato di Papa Francesco.

Stazioni della Via Crucis

Via Crucis Ecologica

INTRODUZIONE

Durante la Via Crucis, ripercorriamo i passi di Cristo e mettiamo in scena il racconto biblico della sua Passione, con ogni stazione che commemora una tappa del viaggio di Cristo verso la crocifissione. La Via Crucis ambientale colloca la sofferenza della passione di Cristo nel nostro tempo, mettendola in relazione con la sofferenza della terra e dei poveri.

PRIMA STAZIONE

Gesù è condannato a morte

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Dio della vita, tanti esseri umani hanno rischiato e perso la vita lavorando per proteggere questo bellissimo mondo che hai creato. Crediamo che si siano addormentati in te, Signore. Possa il loro sacrificio essere ricordato e onorato da coloro che essi hanno servito.

SECONDA STAZIONE

Gesù porta la sua croce

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Signore Gesù, proprio come hai abbracciato il fardello dei nostri peccati, preghiamo per coloro che saranno costretti a portare il fardello del disastro ambientale causato dall'oleodotto dell'Africa orientale. Preghiamo anche per coloro che rischiano la vita per rispondere alla chiamata della giustizia sociale e climatica.

TERZA STAZIONE

Gesù cade per la prima volta

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Preghiamo per gli esseri umani nascosti nell'oscurità della schiavitù moderna, nelle fabbriche e nelle case di tutto il mondo; costretti a lavorare in condizioni disumane e privati della loro libertà. Aiutaci a ricordare coloro che soffrono per i nostri stili di vita insostenibili e aiutaci per un cambiamento di cuore, affinché questo male possa essere allontanato dal nostro mondo.

QUARTA STAZIONE

Gesù incontra sua madre

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Signore, per il dolore che hai provato nell'incontrare tua madre, preghiamo di poter incontrare con compassione nostra madre che sostiene tutta la vita con aria, cibo e acqua.

QUINTA STAZIONE

Simone di Cirene aiuta Gesù a portare la croce

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Signore, aiutaci a riconoscere che siamo i custodi dei nostri fratelli e delle nostre sorelle e, come Simone di Cirene, aiutaci ad alleviare le sofferenze di coloro che sono sopraffatti dall'ingiustizia, dalla povertà e dalla violenza.

SESTA STAZIONE

Veronica asciuga il viso di Gesù

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Preghiamo affinché possiamo vedere il volto di Gesù nei volti di tutti coloro che soffrono di malattie, in particolare di coronavirus e, come Veronica, aiutaci ad essere fonte di compassione e conforto.

SETTIMA STAZIONE

Gesù cade per la seconda volta

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Signore, è il nostro consumismo indifferente a farti cadere una seconda volta. Aiutaci, preghiamo, ad essere consapevoli delle nostre decisioni di acquisto, a scegliere ciò che è fatto in modo etico e sostenibile e a difendere coloro che sopportano il pesante fardello di politiche economiche ingiuste.

OTTAVA STAZIONE

Gesù incontra le donne di Gerusalemme

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Come le donne di Gerusalemme, piangiamo per i nostri figli che supporteranno il peso della nostra distruzione ambientale. Dio della vita, aiutaci a resistere alla cultura della morte che cerca solo il proprio guadagno a discapito di tutti gli altri esseri umani, compresi quelli che devono ancora vivere.

NONA STAZIONE

Gesù cade per la terza volta

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Signore, il peso della croce ti ha fatto cadere una terza volta. Anche noi, intimoriti da uno sfruttamento sfrenato, cadiamo nell'angoscia e nella frustrazione. Dacci la forza di risorgere ancora e ancora nella nostra lotta per la giustizia sociale e climatica.

DECIMA STAZIONE

Gesù è spogliato delle sue vesti

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Gesù, sei stato spogliato delle tue vesti e della tua dignità. Così, anche la terra viene spogliata dei suoi minerali e del suolo ricco di sostanze nutritive. Aiutaci a cercare e sviluppare forme rinnovabili di energia e frenare il nostro consumo affinché la terra possa essere riportata alla sua gloriosa generosità.

UNDICESIMA STAZIONE

Gesù è inchiodato sulla croce

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Signore Gesù, i nostri modelli sbagliati di progresso ci hanno reso ciechi davanti alla meraviglia e al sacro destino del tu creato. Il conflitto sulle risorse naturali sono i chiodi con cui ti crocifiggiamo più e più volte. Perdona la nostra avidità e risveglia in noi la tua presenza costante in cui tutto si è compiuto.

DODICESIMA STAZIONE

Gesù muore sulla croce

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Gesù, morendo sulla croce arrendi la tua volontà al Padre per dare a noi la vita. Aiutaci, preghiamo, ad arrenderci alla nostra indifferenza per la difficile situazione delle persone sfollate dalle loro case a causa delle inondazioni, della carestia e della guerra indotte dal clima.

TREDICESIMA STAZIONE

Gesù cade per la terza volta

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Signore, anche se assistiamo all'estinzione di intere specie, aiutaci a mantenere fede, speranza e amore. Proprio come Giuseppe d'Arimatea e Nicodemo si fecero avanti per prendersi cura del tuo corpo senza vita, dacci il coraggio di essere una voce per i senza voce. Fà di noi strumenti di pace per tutto il creato.

QUATTORDICESIMA STAZIONE

Gesù è deposto nella tomba

Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo!

Perché con la tua santa croce hai redento il mondo

Preghiera

Creatore di tutte le cose, a te niente è impossibile; per te tutto è bello e prezioso. Aiutaci a vedere il creato come lo vedi tu. Aiutaci a mettere da parte le nostre differenze e ad abbracciarci come fratelli e sorelle.

Esempio di riunione in piccoli gruppi

Questo è un esempio di schema di 1 ora per i Circoli Laudato Si' o altri gruppi che potrebbero voler utilizzare i materiali quaresimali in una riunione settimanale in piccoli gruppi.

Preghiera Conclusiva

Signore Gesù, apri i nostri occhi e il nostro cuore alla tua passione e alla tua morte ancora continuano intorno a noi. Aiutaci a vedere che sei nuovamente condannato alla morte nell'estinzione delle specie; che il peso della croce che ancora porti è il nostro consumismo e la nostra cultura dello scarto; che stai ancora morendo con le vittime di condizioni meteorologiche estreme, guerre, conflitti e la nostra indifferenza. Mentre la tua passione continua nella storia e nel mondo, a noi dà la fiducia e il coraggio di essere come coloro che ti hanno confortato sulla via della croce: Veronica, Simone di Cirene, Giuseppe d'Arimatea e la tua Santissima Madre.

di Fr. Benedict Ayodi, OFM Cap.

19:00	Riunione e preghiera di apertura Guida il gruppo attraverso un giro di Coroncina Laudato Si'. Invita tutti a riflettere sulla propria connessione con gli elementi, compreso il nostro impegno per il Mercoledì delle Ceneri quando ricordiamo che "siamo polvere ... e in polvere torneremo". Termina con una preghiera per la nostra Terra.
19:10	Condivisione Invita tutti a condividere come sta andando la propria pratica quaresimale. Se questo è il tuo primo incontro, invita le persone a condividere la loro intenzione di partecipare a questo programma quaresimale e dai altre informazioni per consentire loro di conoscerti meglio. A seconda del numero di persone, potresti creare piccoli gruppi o impostare un limite di tempo per ciascuna persona.
19:20	Riflessione sul tema della settimana Mostra il video suggerito per la settimana (il lunedì nel calendario) e invita a riflettere su ciò che le persone hanno appena visto. — Quali sono 1 o 2 cose che ti hanno colpito dalla visione del video? — Con cosa ti connetti? C'è qualcosa a cui opponi resistenza? — Senti qualche chiamata per la tua vita? Per questa settimana? — Che domande hai?
19:45	Riflessione silenziosa e Impegno silenziosi Invita le persone a riflettere e scrivere come parteciperanno al digiuno di questa settimana.
19:55	Chiusura Concludi l'incontro leggendo insieme la preghiera della Quaresima.