

MERCOLEDÌ DELLE CENERI

Impegno

Digiuna dal giudicare gli altri:

scopri Cristo che vive in loro.

Digiuna dal dire parole che feriscono:

riempiti di frasi che risanano.

Digiuna dall'essere scontento:

riempiti di gratitudine.

Digiuna dalle arrabbiate:

riempiti di pazienza.

Digiuna dal pessimismo:

riempiti di speranza cristiana.

Digiuna dalle preoccupazioni inutili:

riempiti di fiducia in Dio.

Digiuna dal lamentarti:

riempiti di stima per quella meraviglia che è la vita.

Digiuna dalle pressioni e insistenze:

riempiti di una preghiera incessante.

Digiuna dall'amarezza:

riempiti di perdono.

Digiuna dal dare importanza a te stesso:

riempiti di compassione per gli altri.

Digiuna dall'ansia per le tue cose:

compromettiti nella diffusione del Regno.

Digiuna dallo scoraggiamento:

riempiti di entusiasmo.

Preghiera del mattino

Introduzione

Carissimi, incomincia il periodo dell'anno più ricco di grazia, che dal mercoledì delle Ceneri ci porta alla Pasqua della Resurrezione. Dovrebbe essere l'identikit del nostro itinerario cristiano. Si parte con l'anima piena di rimorsi, di peccati e di stanchezza e si giunge nell'estuario della luce e della speranza.

Perché tutti sappiamo che il dolore, la morte, la malattia non sono stagioni permanenti della vita, ma sono passaggi che ci introducono nella gioia che non ha tramonti. La mia esortazione quindi, di amico e di vescovo, è che **affrontiate sin dall'inizio, con animo deciso al cambiamento.**



**IL NOSTRO
VERO DIGIUNO
NON STA
NELLA SOLA
ASTENSIONE
DAL CIBO;
NON VI È MERITO
A SOTTRARRE
ALIMENTO AL CORPO
SE IL CUORE
NON RINUNCIA ALL'INGIUSTIZIA
E SE LA LINGUA
NON SI ASTIENE DALLA CALUNNIA.**

Leone Magno

Preghieria

Le mie mani, coperte di cenere,
segnate dal mio peccato e da fallimenti,
davanti a te, Signore, io le apro,
perché ridiventino capaci di costruire
e perché tu ne cancelli la sporcizia.

Le mie mani, avvinghiate
ai miei possessi e alle mie idee già assodate,
davanti a te, o Signore, io le apro,
perché lascino andare i miei tesori...

Le mie mani, pronte a lacerare e a ferire,
davanti a te, o Signore,
io le apro, perché ridiventino capaci di accarezzare.

Le mie mani,
chiuse come pugni di odio e di violenza,
davanti a te, o Signore,
io le apro, deponi in loro la tua tenerezza.
Le mie mani, si separano dal loro peccato,
davanti a te, o Signore,
io le apro: attendo il tuo perdono.

Preghieria del pomeriggio/sera

Preghieria prima dell'imposizione

Ti preghiamo, Signore Gesù,
fa' che questa cenere
che scenda sulle nostre teste
con la forza della grandine
e ci svegli dal torpore del peccato.
Fa' che questi quaranta giorni
siano un'occasione speciale



Charles Singer

per cambiare cuore e mente,
Sintonizzarci sul tuo messaggio
Donaci di saper riconoscere che tu credi in noi
e di vivere ogni istante
con la certezza che tu cammini in mezzo a noi,
che tu sai aspettare il nostro passo lento e insicuro;
che tu sai vedere in noi
quello che nemmeno sappiamo immaginare.

Imposizione delle ceneri

Preghieria dopo l'imposizione

Io non capisco
come non ti stanchi di me.
Tu sei continuamente
alla mia presenza
ed io ti guardo
solo per qualche tratto,
poi scappo
e riprendo la mia libertà,
perché credo che solo così
sono me stesso.
Io non capisco
perché tu non ti stanchi di me
e non mi lasci al mio destino,
ma poi so
che solo tu sei il mio destino,
solo in te mi posso rispecchiare,
solo in te sono me stesso.
Solo in te posso riposare,
solo in te posso crescere.
Senza di te posso solo seccare.

