



Arcidiocesi  
di Milano

## Celebrazione della Parola all'inizio della Quaresima

**L'attenzione a chi è solo, povero, malato.  
Benedici, Signore, e infondi forza e saggezza  
in tutti coloro che si dedicano al servizio del bene comune e a tutti noi:  
le sconfitte non siano motivo di umiliazione o di rassegnazione,  
le emozioni e le paure non siano motivo di confusione,  
per reazioni istintive e spaventate.  
La vocazione alla santità ci aiuti anche in questo momento  
a vincere la mediocrità, a reagire alla banalità, a vivere la carità  
a dimorare nella pace.  
Amen.**

*Terminato il pasto si leggono gli ultimi versetti del Vangelo di oggi*

La donna lasciò la sua anfora, andò in città e disse alla gente: “Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Che sia lui il Cristo?”. Uscirono dalla città e andavano da lui.

Molti Samaritani di quella città credettero in lui per la parola della donna, che testimoniava: “Mi ha detto tutto quello che ho fatto”.

G: Il Signore ci ha rivolto il suo sguardo colmo di perdono e ora proviamo a esprimere il desiderio di essere suoi testimoni. Pensiamo, confrontandoci fra noi, ad una persona a cui potremmo farci vicini. Chi ci viene in mente?

*Nei modi che riteniamo più opportuni (visita, chiamata, messaggio con lo smartphone, lettera...) proveremo a farci vivi, nelle prossime ore, con lei (o con lui).*

**Tutti: Dal tuo cuore, Signore Gesù, fiumi d'acqua viva scorreranno.  
Ascolta pietoso il grido di questo popolo  
e aprici il tesoro della tua grazia che santifica il cuore dei credenti.  
Amen.**



Arcidiocesi  
di Milano

## 2ª domenica di Quaresima Rito Ambrosiano



## DAMMI DELL'ACQUA VIVA PERCHÉ NON ABBA PIÙ SETE!

*per celebrare la fede nelle nostre case*

Questa proposta di preghiera domenicale accompagna il momento dei pasti: può iniziare qualche minuto prima di sedersi a tavola – come momento a sé stante – o essere inserita nella celebrazione con il vescovo Mario. Una persona viene scelta come guida della preghiera.

*Da soli, con propri familiari o con amici, ci si siede intorno alla tavola, prima che sia apparecchiata per il pranzo o la cena. Al centro del tavolo c'è solo un bicchiere vuoto. Dopo qualche istante di silenzio, ciascuno dei presenti legge una riga:*

Sono pozzo senz'acqua quando mi ritrovo senza vita  
*Sono pozzo senz'acqua quando non mi accorgo dei germogli che crescono attorno a me*  
Sono pozzo senz'acqua quando chi mi è vicino passa oltre  
*Sono pozzo senz'acqua quando mi rinchiudo nei miei pensieri e nei miei vizi*  
Sono pozzo senz'acqua quando Dio sembra lontano  
Sono pozzo senz'acqua, quando... *(si possono aggiungere altre situazioni)*

**Tutti: Tu sei il nostro Dio e noi ti cerchiamo.  
Siamo assetati di te, ti desideriamo  
come terra arida, secca, senz'acqua.  
Ti benediremo per tutti i nostri giorni,  
a braccia alzate invocheremo il tuo nome.**

Se si partecipa alla messa alla tv, si può seguire il consueto foglietto "Celebriamo la domenica" e provare, al termine della celebrazione, a trascrivere la frase del Vangelo che è stata più significativa; in alternativa una persona scelta come guida invita tutti a compiere il segno di croce

Guida: Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito santo. **Amen.**

*Poi si canta*

Berrete con gioia alle fonti, alle fonti della salvezza  
e quel giorno voi direte: lodate il Signore invocate il suo nome.

**Il Signore è la mia salvezza e con Lui non temo più  
perché ho nel cuore la certezza: la salvezza è qui con me**

*Uno dei presenti si alza e proclama*

**Ascoltiamo il Vangelo secondo Giovanni!**

Gesù giunse così a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: "Dammi da bere". I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi.

Allora la donna samaritana gli dice: "Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?". I Giudei infatti non hanno rapporti con i Samaritani.

Gesù le risponde: "Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: "Dammi da bere!", tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva". Gli dice la donna: "Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?". Gesù le risponde: "Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno. Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna".

*Si invita al silenzio: ognuno può scrivere l'espressione che trova più significativa e, se vuole, pronunciarla ad alta voce.*

*Poi, chi legge, continua*

La samaritana riprese: "I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare". Gesù le dice: "Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorate ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma viene l'ora - ed è questa - in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così infatti il Padre vuole che siano quelli che lo adorano.

*Dopo qualche secondo di silenzio la guida legge*

G: La parola di Gesù alla samaritana ci consola e ci educa: riscopriamo che la nostra casa, come ogni situazione, è luogo sacro per lasciarci raggiungere da Dio e divenire donne e uomini che lo cercano in spirito e verità. Dio parla a noi come ad amici e dona lo Spirito nel quale diciamo:

**Padre nostro...**

*Al termine, si apparecchia insieme la tavola, lasciando però il bicchiere vuoto, come se occupasse uno dei posti: è segno di Gesù che, seduto a tavola, chiede ancora: "Dammi da bere" e si riesce appena a rispondergli: "Rabbi, mangia!"*

*L'incomprensione dei discepoli è ancora la nostra...*

G: Prima di mangiare, ricordiamo tutti coloro che mancano alla nostra tavola: malati, emarginati, familiari lontani e chi è isolato. Possa il Signore renderci strumenti della sua benedizione.

**Benedici, Signore, la nostra terra, le nostre famiglie, le nostre attività.  
Infondi nei nostri animi e nei nostri ambienti la fiducia  
e l'impegno per il bene di tutti,**