

*3 minuti con Te*

# Mercoledì delle Ceneri

Chiese di Macerata  
UP 6 e 8



Mercoledì  
delle Ceneri  
2 Marzo 2022

## CAMMINIAMO

Con il rito delle ceneri entriamo nella Quaresima. **Dio ha la possibilità di far spuntare nuovi germogli anche dai nostri deserti e di ristabilire quella dignità a cui ci ha destinati.**

Ci attende un'esperienza decisiva:

**passare insieme a Gesù dalla morte alla vita e conoscere una vita da Risorti.**



## VANGELO MT 6, 1-6. 16-18

### Dal Vangelo secondo Matteo

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli:

«State attenti a non praticare la vostra giustizia davanti agli uomini per essere ammirati da loro, altrimenti non c'è ricompensa per voi presso il Padre vostro che è nei cieli.

Dunque, **quando fai l'elemosina, non suonare la tromba davanti a te**, come fanno gli ipocriti nelle sinagoghe e nelle strade, per essere lodati dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, **mentre tu fai l'ELEMOSINA, non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra**, perché la tua elemosina resti nel segreto; e *il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.*

**E quando pregate, non siate simili agli ipocriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente.** In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, **quando tu PREGHI, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.**

E **quando digiunate, non diventate malinconici** come gli ipocriti, che assumono un'aria disfatta per far vedere agli altri che digiunano. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, **quando tu DIGIUNI, profumati la testa e làvati il volto**, perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo il Padre tuo, che è nel segreto; e *il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà».*

Parola del Signore

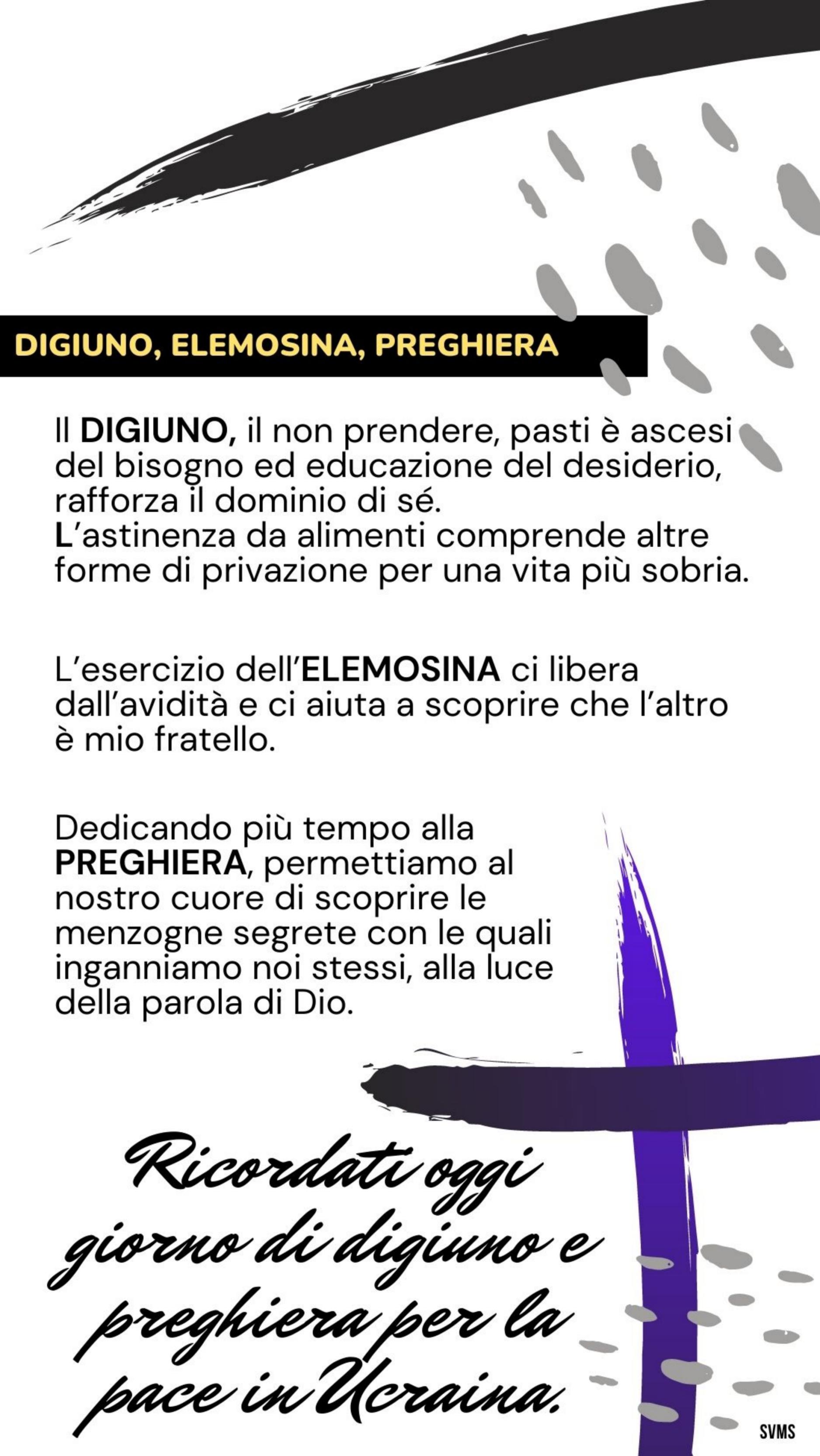


## IMPOSIZIONE DELLE CENERI

«**Ricordati uomo, che polvere sei e polvere ritornerai**». Queste parole compaiono in Genesi 3,19 allorché Dio, dopo il peccato originale, cacciando Adamo dal giardino dell'Eden lo condanna alla fatica del lavoro e alla morte: «Con il sudore della fronte mangerai il pane; finché tornerai alla terra, perché da essa sei stato tratto: polvere tu sei e in polvere tornerai!».

*Questa frase veniva recitata il giorno delle Ceneri quando il sacerdote imponeva le ceneri – ottenute bruciando i rami d'ulivo benedetti la domenica delle Palme dell'anno precedente – ai fedeli.*

Dopo la riforma liturgica, seguita al Concilio Vaticano II, la frase è stata mutata con la locuzione: «**Convertitevi e credete al Vangelo**» (Mc 1,15) che esprime, oltre a quello penitenziale, l'aspetto positivo della **Quaresima che è tempo di conversione, preghiera assidua e ritorno a Dio.**



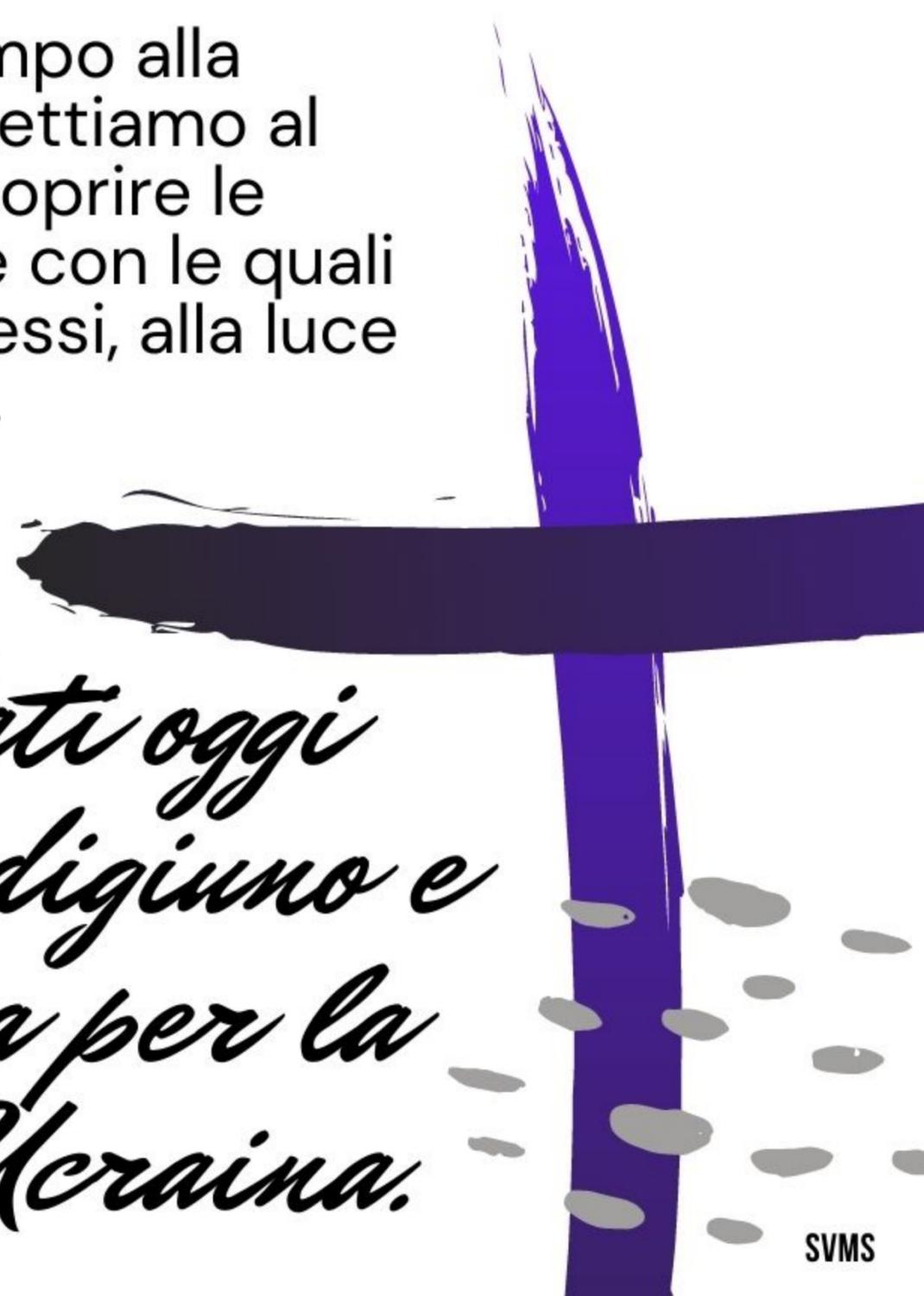
## **DIGIUNO, ELEMOSINA, PREGHIERA**

Il **DIGIUNO**, il non prendere, pasti è asceti del bisogno ed educazione del desiderio, rafforza il dominio di sé.

L'astinenza da alimenti comprende altre forme di privazione per una vita più sobria.

L'esercizio dell'**ELEMOSINA** ci libera dall'avidità e ci aiuta a scoprire che l'altro è mio fratello.

Dedicando più tempo alla **PREGHIERA**, permettiamo al nostro cuore di scoprire le menzogne segrete con le quali inganniamo noi stessi, alla luce della parola di Dio.



*Ricordati oggi  
giorno di digiuno e  
preghiera per la  
pace in Ucraina.*