



Arcidiocesi di Milano

**QUARESIMA  
2020  
DI FRATERNITÀ**

**PROGETTI DI  
SOLIDARIETÀ E  
CONDIVISIONE  
NEL MONDO**



Messa  
ad Agliate  
con  
l'Arcivescovo,  
diretta su

Rai3

**Ore 11**

**Domenica 8 marzo,**

tutti i fedeli della Diocesi di Milano, riuniti in casa con i loro familiari, potranno unirsi in preghiera all' Arcivescovo, monsignor Mario Delpini, che dalla Basilica di Agliate (Carate Brianza) presiederà la celebrazione eucaristica della seconda Domenica di Quaresima. La celebrazione sarà trasmessa per tutto il territorio regionale in diretta a partire dalle 11 su Rai 3 (digitale terrestre, non satellite, non hd) e sul sito della [TgrLombardia](http://TgrLombardia), interpretando così il suo ruolo di servizio pubblico.

Come già avvenuto nella prima Domenica di Quaresima per la Messa celebrata nella Cappella Iemale del Duomo di Milano, l'iniziativa ottempera alle misure emanate dalle autorità in merito all'emergenza epidemiologica da CODIV-19, alle quali i Vescovi lombardi si sono uniformati prevedendo celebrazioni eucaristiche senza la presenza di fedeli **.-1-**

**1a domenica di Quaresima  
Milano – 1 marzo 2020**

*Ecco ora  
il momento  
favorevole!*



DOMENICA 01 MARZO  
ore 11.00 in onda su Rai 5  
**SANTA MESSA ALL'INIZIO DELLA QUARESIMA**  
CELEBRATA A PORTE CHIUSE DALLA CRIPTA DEL DUOMO DI MILANO  
PRESIEDE LA CELEBRAZIONE L'ARCIVESCOVO DI MILANO MONS. MARIO DELPINI

### **1. La parola inopportuna.**

Ci viene rivolta oggi una parola che suona inopportuna. Risuona una di quelle parole che possono mettere di malumore, come un intervento maldestro, come di un richiamo che sconcerta. Una parola inopportuna mette a disagio, sembra venire da chi non comprende la situazione.

E la parola inopportuna è quella di Paolo: *ecco ora il momento favorevole, ecco ora il giorno della salvezza!*

È inopportuna questa parola, ma non possiamo tacerla. Suona come maldestra e sconcertante, ma non possiamo rifiutarla.

Questo inizio di Quaresima, così strano, senza messa, senza ceneri, senza prediche, questo è il momento favorevole.

Questo momento di allarme e di malumore, di strade quasi deserte e di attività rallentate proprio nella città frenetica, questo è il momento favorevole.

È una parola inopportuna, ma è stata proclamata. Non possiamo lasciarla cadere come un seme che vada perduto. Risuoni dunque ancora, illumini questo nostro momento, chiamami a conversione, se è una parola che viene da Dio.

ARCIDIOCESI DI MILANO  
**LA PAROLA OGNI GIORNO  
CONDIZIONE DIVINA  
E SVUOTARE  
SE STESSI**  
*La gioia del dono*

QUARESIMA  
E PASQUA  
2020  
CENTRO AMBROSIANO

In Quaresima Santa Madre Chiesa ci propone un cammino molto bello che in cinque tappe ci porta alla Settimana Santa, al cuore dell'Anno Liturgico, quando facciamo memoria del punto più importante della nostra fede: Gesù che muore e risorge per la nostra salvezza.

Iniziamo questo cammino, aiutati dall'ascolto della Parola di Dio che ci viene proposta ogni domenica e dalla contemplazione della "Vocazione di Matteo" dipinta dal Caravaggio.

La Parola che sentiremo ogni domenica cercheremo di assimilarla, passo dopo passo, durante i singoli giorni della settimana, cercando di farla fruttificare così da rispondere veramente alla chiamata di Gesù e lasciare che il suo sguardo ci cambi la vita, trasformando ogni situazione esistenziale (anche la più buia e drammatica) in occasione di salvezza (Cfr. MARIO DELPINI, La situazione e occasione, Piano pastorale 2019-2020).

LO SGUARDO  
DI CRISTO  
TI CAMBIA  
LA VITA

CAMMINO  
DI  
QUARESIMA  
SEGUENDO I VANGELI  
DELLA DOMENICA  
E CONTEMPLANDO  
LA "VOCAZIONE DI MATTEO"  
DI CARAVAGGIO

*Strumenti per la preghiera  
personale o familiare  
per il periodo di quaresima*



**Costo 2,00 €ur o  
ogni libretto.**

**Da mettere nella bussola di ferro. GRAZIE**

Un consumo alimentare essenziale, senza spreco con una giusta regola:

perché non provare?

L'attenzione all'uso eccessivo di bevande alcoliche, fumo, azzardo:

perché non farne a meno?

La ricerca incessante di cose superflue, sollecitati dalla pubblicità:

perché non una stretta a livello di spese?

L'attenzione alle parole che "spandono" il profumo del male, del pettegolezzo:

perché non provare il silenzio-stampa?

La corsa all'occupazione frenetica, che non lascia spazio alla riflessione:

perché non ritagliare tempo per pregare?

Il ricorso esagerato alla tv e ai social che può creare dipendenza:

se si usasse con criterio cellulare e altro?

Eccetera

## Il digiuno gradito a Dio

Astieniti dal giudicare gli altri	Scopri Cristo che vive in loro
Astieniti dal dire parole offensive	Riempiti la bocca di frasi che sanano
Astieniti dalla scontentezza	Riempi il cuore di gratitudine
Astieniti dalle arrabbiature	Riempiti di pazienza
Astieniti dal pessimismo	Riempiti di speranza cristiana
Astieniti dalle eccessive preoccupazioni	Riempiti di confidenza in Dio
Astieniti dal lamentarti	Riempiti di apprezzamento per le meraviglie della vita
Astieniti dallo stress	Riempi la vita di preghiera
Astieniti dal risentimento	Riempiti di perdono
Astieniti dai dardi delle arie	Riempiti di compassione per gli altri
Astieniti dallo scoraggiamento	Riempiti dell'entusiasmo della fede
Astieniti da ciò che ti separa da Gesù	Riempiti di ciò che ti avvicina a LUI

## .2 Il momento favorevole.

Vorrei perciò giungere a tutti, farmi vicino a ogni fratello e sorella che ascolta, entrare in ogni casa, visitare ogni solitudine, guardare negli occhi ciascuno di coloro che vivono male questo momento, accompagnarli a tutti coloro che sono preoccupati per i loro cari, per i programmi di studio, di lavoro che sono saltati, per gli affari che sono sfumati... Vorrei ripetere per tutti la parola inopportuna: ecco ora il momento favorevole!

Ecco il momento favorevole per cercare Dio: *vi supplichiamo in nome di Cristo: lasciatevi riconciliare con Dio*. Non c'è niente che possa sostituire la partecipazione corale all'assemblea domenicale. La differenza tra partecipare alla messa in Chiesa e seguire la messa in televisione è la stessa che c'è tra stare vicino al fuoco che scalda e rallegra e guardare una fotografia del fuoco. Ma in questo momento in cui non è senza pericolo radunarsi in assemblea è possibile dedicare lo stesso tempo che si dedicherebbe alla messa al silenzio, alla meditazione della Parola di Dio, alla preghiera. Sono certo che lo Spirito di Dio ci aiuterà ad ascoltare l'appello di Paolo, ci incoraggerà alla conversione, ci darà ragioni per partecipare con intensità inedita alla prossima celebrazione eucaristica.

Ecco ora il momento favorevole per abitare il deserto, per esercitare la libertà, riconoscere l'insidia del tentatore e prendere posizione. È il momento favorevole per dire sì e per dire no: chi vuoi adorare, Satana o Dio? di che cosa vuoi sfamarti: della sazietà che intontisce o della parola che illumina? Quale immagine vuoi costruirti: quella che esibisce la vanità o quella che cerca la verità propria e altrui?

Ecco il momento favorevole per essere liberi.  
Ecco ora il momento favorevole per esplorare le vie del digiuno gradito al Signore. Ecco il momento favorevole per cercare la riconciliazione, per praticare il buon vicinato, per spezzare il pane con l'affamato, per farsi vicini a coloro dai quali tutti si allontanano.

Ecco il momento favorevole per essere uniti nella lotta contro il male. L'allarme dei medici, le decisioni delle autorità, le pressioni mediatiche si sono rivelate di straordinaria efficacia nel lottare per contenere la diffusione del virus. E se noi fossimo tutti uniti, con tutte le forze della scienza, della amministrazione pubblica, della pressione mediatica per combattere la diffusione di ciò che rovina la vita di troppa gente? Se noi fossimo così uniti nel contrastare le dipendenze, la diffusione della droga, dell'alcol, del bullismo forse cambieremmo il volto della società.

Ecco il momento favorevole per diventare saggi ed evitare lo sperpero. Se abbiamo tempo perché sono interrotte o ridotte le attività ordinarie, possiamo evitare lo sperpero: possiamo usare il tempo per fare del bene, per pregare, per studiare, pensare, dare una mano.

Se abbiamo parole, invece di parlare dell'unico argomento imposto in questo momento, possiamo usarle per dire parole buone, per dire parole intelligenti, sagge, costruttive

- 4 -

IL DIGIUNO E  
IL SUO

SIGNIFICATO

Quando si è in una esperienza straordinaria... mi passa la fame. Quando si vive un momento di grande difficoltà... mi è passata pure la fame. Ciò che di bello o di triste mi capita è capace di "governare" anche il corpo. Attratti dagli occhi di quel Dio che mi guarda con amore, che mi cerca nel mio peccato ed io mi lascio prendere, si perde la testa e anche il corpo partecipa a questa attrazione: è la Pasqua di Dio in me. Poi si fa festa. Ecco il senso del digiuno cristiano in Quaresima perché... attratto dal crocifisso risorto. Dopo il Triduo pasquale... la grande festa di Pasqua!

È bello sapere che tanti fratelli e sorelle, vivranno la Quaresima "come Dio vuole", come un periodo serio ma anche stimolante nella lotta contro la parte di me legata ancora all'istinto del male.

In concreto: **PRIMO VENERDÌ DI QUARESIMA** e il **VENERDÌ SANTO**, ma... si può fare tutti i venerdì!

Il digiuno cristiano allora vuole imprimere nel corpo un cammino di liberazione. Per fare questo occorre saper dire dei "no", fare opera di resistenza e di lotta, sapersi privare di qualcosa anche se buona e vivere tutto questo non solo a livello di pensiero, ma anche con il corpo. Se siamo più liberi da queste dominanti, siamo anche più disposti ad ascoltare la Parola di Dio, a pensare con Dio, più capaci di opporre dei rifiuti a tutto ciò che ci seduce illusoriamente. Ma il digiuno cristiano ha anche un altro significato che riguarda i rapporti dei credenti con i fratelli, diventando gesto di carità e di attenzione. È il senso della raccolta che faremo la domenica delle Palme a partire da una busta che ci verrà consegnata la seconda domenica di Quaresima.

Diamo qui di seguito qualche suggerimento

