

Mercoledì delle Ceneri (A) – 18 Febbraio 2026

Gioele 2,12–18; 2 Cor 5,20–6,2; Mt 6,1–6.16–18

INTRODUZIONE

Un viaggiatore una volta si fermò al bordo di un deserto e chiese a una vecchia guida:

“Quanto ci vorrà per attraversarlo?”

La guida rispose: “Cammina.”

“Ma quanto?” insistette il viaggiatore.

“Cammina,” ripeté la guida.

Solo quando il viaggiatore iniziò il cammino la guida disse finalmente: “Circa quaranta giorni.”

Oggi, cari amici, siamo sul bordo di un cammino simile.

Con il Mercoledì delle Ceneri entriamo nel deserto della Quaresima—quaranta giorni messi da parte, non per fuggire dalla vita, ma per riscoprirne la direzione. Sono giorni sottratti alla frenesia dell’anno, sottratti all’abitudine e alla routine, affinché Dio possa agire in noi e attraverso di noi.

Il Mercoledì delle Ceneri ci ricorda due verità che spesso dimentichiamo: La vita è fragile. Il tempo è prezioso.

Ma ci parla anche di speranza: Dio è vicino, e ora è il tempo della grazia.

Iniziamo questo tempo santo, consapevoli della sofferenza del nostro mondo—specialmente delle persone colpite da guerra, violenza e ingiustizia—e chiediamo a Dio di volgere i nostri cuori a lui, affinché possiamo diventare strumenti di pace, compassione e guarigione.

Poniamoci quindi onestamente davanti al Signore e chiediamo la sua misericordia.

ATTO PENITENZIALE

Riconosciamo il nostro bisogno della misericordia di Dio:

Signore Gesù, tu ci chiami quando i nostri cuori si allontanano e si distruggono. Signore, abbi pietà.

Cristo Gesù, tu ci inviti a cambiare vita e a fidarci del Vangelo. Cristo, abbi pietà.

Signore Gesù, tu vedi non solo le nostre azioni, ma le intenzioni dei nostri cuori. Signore, abbi pietà.

PREGHIERA DI ASSOLUZIONE

Che il Dio di compassione,
che mai si stanca di richiamarci, perdoni i nostri peccati,
guarisca ciò che è ferito dentro di noi
e ci conduca sul cammino della vita eterna. Amen.

COLLETTA

Dio fedele e misericordioso,
oggi ci chiami in un tempo di grazia,
un tempo di conversione, un tempo di rinnovamento
sincero. Mentre iniziamo questi quaranta giorni di
Quaresima, aiutaci a riconoscere ciò che veramente conta
davanti a te.

Liberaci da ciò che ci lega e ci distrae.

Apri i nostri cuori alla tua parola,
le nostre mani ai bisogni degli altri,
e le nostre vite al tuo amore trasformante.

Che questo tempo ci prepari
a celebrare il mistero della morte e risurrezione di Cristo
con rinnovata fede e gioiosa speranza.

Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore. Amen.

OMELIA – “Ritornate a Me con tutto il cuore”

Un uomo trovò una vecchia bussola nel cassetto del nonno. Curioso, la portò con sé durante un’escursione. Ma non importa in quale direzione si girasse, l’ago sembrava inaffidabile. Frustrato, stava per gettarla via quando un escursionista anziano gli disse:

“La bussola non è rotta. Sei troppo vicino al metallo. Allontanati, e punterà di nuovo a nord.”

La Quaresima è il modo di Dio di dirci: allontanati. Allontanati da tutto ciò che tira il tuo cuore fuori rotta—rumore, abitudini, distrazioni, false sicurezze—affinché la tua bussola interiore possa tornare a puntare verso Dio. Il Mercoledì delle Ceneri mette quella bussola nelle nostre mani.

1. Cenere: la verità senza illusioni

Le prime parole che sentiamo oggi sono sconcertanti: “Ricordati che sei polvere e in polvere ritornerai.”

In un mondo che ci dice continuamente di restare giovani, apparire forti ed evitare i limiti, questo suona quasi

offensivo. Ci insegnano a nascondere la debolezza, negare la mortalità e tenere la morte a distanza di sicurezza.

Eppure il Mercoledì delle Ceneri rifiuta di assecondare quell'illusione. Ci dice la verità—not per spaventarci, ma per liberarci.

C'è la storia di un CEO che, dopo aver superato un grave infarto, disse:

“Per la prima volta nella mia vita, ho capito che il mondo continuerà perfettamente bene senza di me.”

Quella consapevolezza lo cambiò. Trascorse meno tempo a inseguire il successo e più tempo a coltivare relazioni. La mortalità, una volta riconosciuta, riorganizzò le sue priorità.

La cenere fa lo stesso. Ci ricorda: la vita è breve, e quindi significativa. Come viviamo conta.

2. “Ritornate a me con tutto il cuore” (Gioele)

Il profeta Gioele non dice: “Miglioratevi” o “Sforzatevi di più.” Dice:

“Ritornate a me con tutto il cuore.”

Ritornare implica che apparteniamo già a Dio. La Quaresima non riguarda il guadagnarsi l'amore di Dio; riguarda il tornare a esso.

Anecdoto: un sacerdote chiese a un bambino in catechismo:

“Cos'è il pentimento?”

Il bambino rispose: “È quando stai andando nella direzione sbagliata e ti giri.”

Semplice—e profondamente teologico.

Il pentimento non è auto-condanna. È reorientamento. È lasciar che Dio riallinei la nostra bussola interiore.

3. L'urgenza di San Paolo: “Ora è il tempo”

San Paolo intensifica il messaggio:

“Ora è il tempo favorevole. Ora è il giorno della salvezza.”

Non quando la vita si calma.

Non quando ci ritiriamo.

Non dopo Pasqua.

Ora.

Un uomo disse una volta: “Pregherò quando avrò più tempo.” Anni dopo, guardando indietro, ammise: “Il tempo non arrivò mai, ma le scuse sì.”

La Quaresima interrompe le nostre scuse. Insiste che la grazia non è qualcosa da rimandare. Dio ci incontra nel presente, non in un futuro ideale che continuiamo a immaginare.

4. Gesù e il pericolo di fare il bene per la ragione sbagliata

Nel Vangelo, Gesù nomina tre pratiche sacre: preghiera, digiuno e elemosina. Non le critica; evidenzia un pericolo sottile—la performance.

C'è un detto noto:

“L'ego può trasformare anche la santità in uno specchio.”

Gesù sa quanto facilmente le pratiche religiose possano diventare ricerca di riconoscimento, controllo o autocompiacimento. Per questo ripete più volte:

“Il Padre tuo che vede nel segreto.”

Dio non è impressionato dalle apparenze. Dio guarda l'intenzione.

Un monaco fu chiesto perché pregasse così silenziosamente. Rispose:

“Perché Dio non è sordo—ma il mio cuore sì.”

La Quaresima riguarda la guarigione di quel cuore.

5. Preghiera, digiuno, elemosina: un solo cammino, tre direzioni

Queste pratiche non sono progetti separati; formano un unico movimento d'amore.

La preghiera ci rivolge verso Dio.

L'elemosina ci rivolge verso gli altri.

Il digiuno ci rivolge verso l'interno—verso la libertà.

Il digiuno, soprattutto, è spesso frainteso. Non riguarda la dieta o la disciplina. Nel profondo, il digiuno chiede: cosa mi controlla?

Qualcuno disse: “Ho provato a digiunare dal cibo e ho capito quanto spesso mangio per noia, stress o abitudine—non per fame.”

Quella scoperta è già grazia.

Il vero digiuno crea spazio—spazio per Dio, spazio per la compassione, spazio per ascoltare.

E se il digiuno non ci rende più gentili, più pazienti, più attenti ai poveri, allora ha fallito il suo scopo.

6. La cenere non è l'ultima parola

La cenere che riceviamo oggi proviene dalle palme bruciate—le palme del trionfo, ora ridotte in polvere. Non è un caso. Ci dice: anche i nostri successi svaniscono. Ma ci dice anche: Dio può far nascere nuova vita da ciò che sembra finito.

Le ceneri sono poste a forma di croce, non di cerchio o linea. Quella croce proclama speranza: la nostra polvere è stata toccata da Cristo.

Un giardiniere disse una volta:

“Il miglior terreno nasce da ciò che è morto.”

Dio non spreca i nostri fallimenti, le nostre perdite, le nostre ferite. Nelle sue mani diventano terreno fertile.

C'è la storia di un insegnante di violino che disse al suo studente:

“Non pratici per evitare errori. Pratici affinché gli errori non ti spaventino più.”

La Quaresima è così. Non si tratta di diventare impeccabili. Si tratta di diventare coraggiosi davanti a Dio—onesti, aperti e pronti a ricominciare.

Mentre percorriamo questi quaranta giorni, segnati dalla cenere, non indossiamo volti cupi, ma cuori pieni di speranza. Perché il Dio che ci chiama indietro è grazioso e misericordioso, lento all'ira e ricco di compassione.

Il Mercoledì delle Ceneri ci dice chi siamo: polvere.

La Quaresima ci dice chi è Dio: fedele.

E la Pasqua ci dirà dove stiamo andando: vita.

“Crea in noi, o Dio, un cuore puro,
e rinnova dentro di noi uno spirito saldo.” Amen.

OMELIA BREVE

C'è la storia di un famoso violinista che suonò una volta in incognito in una stazione della metropolitana affollata. La gente passava frettolosamente, quasi senza notare la musica. Solo pochi si fermarono. Giorni dopo, lo stesso musicista riempì una sala da concerto, e la gente pagò somme considerevoli per ascoltarlo.

La musica non era cambiata.

Ciò che cambiò fu l'attenzione data ad essa.

Il Mercoledì delle Ceneri è Dio che suona la sua musica silenziosa nel mezzo della nostra vita frenetica. La Quaresima ci invita a fermarci, ascoltare e chiederci: cosa sto passando troppo velocemente?

Riflessione centrale

Le letture di oggi tracciano una linea chiara nel cuore della Quaresima.

Il profeta Gioele grida:

“Ritornate a me con tutto il cuore.”

Non a metà strada. Non solo esteriormente. Ma con il cuore.

San Paolo lo rende urgente:

“Ora è il tempo favorevole. Ora è il giorno della salvezza.”

Non domani. Non quando la vita si calma. Ora.

E Gesù, nel Vangelo, parla con realismo gentile. Ci avverte che è possibile fare le cose giuste—pregare, digiunare, dare—per motivi sbagliati. Non critica queste pratiche; le purifica.

Anecdoto: un bambino chiese una volta,

“Perché la gente rinuncia al cioccolato per la Quaresima?”

La madre rispose: “Per ricordare Gesù.”

Il bambino pensò un momento e disse:

“Allora non dovrebbe renderci più gentili anche?”

Quella domanda va dritta al cuore del Vangelo.

La preghiera che non ci trasforma,

il digiuno che non ci libera,

l'elemosina che non ci rende compassionevoli—

manca il punto.

La cenere che riceviamo oggi ci dice la verità su di noi: siamo fragili, limitati, dipendenti.

Ma è tracciata a forma di croce, ricordandoci che la nostra debolezza è abbracciata dalla misericordia di Dio.

Un monaco disse una volta:

“La Quaresima non serve a diventare qualcun altro, ma a diventare chi Dio già vede.”

Se questi quaranta giorni ci aiutano a pregare con più sincerità,
vivere con semplicità,
e amare con generosità,
allora la Pasqua non sarà solo una festa da celebrare—
sarà una vita da ricominciare. Amen.

INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE

Cari fratelli e sorelle,
portiamo davanti al Signore non solo pane e vino,
ma anche il nostro desiderio di rinnovamento,
fiduciosi che Dio possa trasformare ciò che mettiamo nelle
sue mani.

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Dio generoso,
tuo Figlio si è donato completamente
per la vita del mondo.
Mentre offriamo questi doni di pane e vino,
accogli anche i nostri sforzi di ritornare a te con cuore
sincero.
Possa questo sacrificio fortificarci
a vivere non per noi stessi,
ma nell'amore e nel servizio agli altri.
Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore. Amen.

PREFACIO

Sì, è veramente giusto e necessario,
nostro dovere e nostra salvezza,
renderti sempre e dovunque grazie,
Padre santo, Dio onnipotente ed eterno.
Tu ci chiami in questo tempo di Quaresima
a una vita più profonda del conforto,

più vera del successo,
più ricca del possesso.

Tuo Figlio Gesù ha rivelato cosa sia la vita vera:
una vita donata nell'amore.
Non cercò onore,
eppure sollevò gli dimenticati.
Possedeva poco,
eppure rese molti ricchi di speranza.
Accettò la morte stessa,
e attraverso di essa aprì la via alla vita senza fine.

Nella tua misericordia ci inviti ancora
a percorrere il cammino della conversione,
affinché con preghiera, digiuno e carità
possiamo rinnovarci nel cuore e nello spirito.

E così, con angeli e arcangeli,
e con tutti i santi che ci hanno preceduto,
cantiamo l'inno della tua gloria:
Santo, Santo, Santo...

EUCCHARISTIC PRAYER II

(Testo originale invariato; solo inserimenti per meditazione personale)

Inserimento prima dell'Epiclesi:

Signore, mentre ci troviamo all'inizio di questo cammino
quaresimale,
ti chiediamo di inviare il tuo Spirito non solo su questi doni,
ma anche su di noi.

Possa lo stesso Spirito che ha risuscitato Gesù dai morti
rinnovare i nostri cuori,
purificare le nostre intenzioni,
e avvicinarci a te e gli uni agli altri.

(Epiclesi – invariata)

(Narrazione dell'Istituzione – invariata)

(Anamnesi – invariata)

Inserimento dopo l'Anamnesi:

Ricorda, Signore,
che siamo polvere, ma da te amati.
Mentre proclamiamo la morte del tuo Figlio

e attendiamo la sua venuta in gloria,
fortificaci durante questi quaranta giorni
a vivere come persone riconciliate,
pronte a perdonare,
e desiderose di servire,
affinché le nostre vite testimonino
la speranza della risurrezione.

INVITO AL PADRE NOSTRO

Affidandoci alla misericordia di Dio,
che accoglie sempre chi ritorna a lui,
preghiamo con fiducia come Gesù stesso ci ha insegnato:

EMBOLISMO

Liberaci, Signore, ti preghiamo, da ogni male,
specialmente dai cuori induriti e dalle intenzioni divise.
Concedi pace nei nostri giorni,
affinché sostenuti dalla tua misericordia,
possiamo percorrere questo cammino quaresimale con
coraggio e speranza
in attesa del beato compimento
della risurrezione di Cristo e della nostra salvezza.

PREGHIERA PER LA PACE

Signore Gesù Cristo, tu sei la nostra pace.
Non guardare ai nostri peccati,
ma alla fede del tuo popolo,
e concedici la pace che nasce dalla conversione del
cuore— pace dentro di noi,
pace nelle nostre famiglie e comunità,
e pace in un mondo ferito dal conflitto e dalla guerra.

INVITO ALLA COMUNIONE

Ecco l'Agnello di Dio,
che toglie i peccati del mondo.
Beati quelli che sono chiamati
al banchetto dell'Agnello.

MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE

Nel silenzio di questo momento,
ricordiamo: Dio non ci ha chiesto di essere perfetti,
ma solo di essere aperti.
Possa il Cristo che abbiamo ricevuto
modellare silenziosamente i nostri cuori
in questi quaranta giorni.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Dio misericordioso,
ci hai nutrito
con il Pane della Vita
all'inizio di questo cammino quaresimale.
Possa questo sacramento fortificarci
a percorrere il cammino della conversione con
perseveranza.
Guida le nostre vite con la tua parola,
sostienici con il tuo Spirito,
e attiraci sempre più vicino a te e gli uni agli altri.
Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore. Amen.

BENEDEZIONE

Il Signore che ti chiama a sé
cammini con te in questi giorni di conversione.
Apra i tuoi occhi a ciò che veramente conta,
sostenga i tuoi passi quando il cammino è difficile,
e rinnovi i tuoi cuori con speranza.
E possa Dio onnipotente benedirti,
il Padre, il Figlio e lo Spirito Santo. Amen.

CONGEDO

Andate in pace,
e lasciate che questo cammino quaresimale
porti frutto nella vostra vita.

PENSIERO DA PORTARE A CASA

La Quaresima non riguarda il fare di più,
ma il diventare di più—
più attenti,
più compassionevoli,
più aperti a Dio.

GIOVEDÌ DOPO LE CENERI – 19 FEBBRAIO 2026

Deut 30,15–20; Luca 9,22–25

INTRODUZIONE

Immaginate un giovane viaggiatore, smarrito in una vasta foresta. Ogni sentiero sembrava invitante: uno prometteva conforto, un altro sicurezza, un altro ancora tesori. Ma solo un sentiero conduceva a un prato illuminato dal sole, dove la vita poteva fiorire. Il viaggiatore esitava, incerto su quale direzione prendere, finché una voce gentile sussurrò: “Scegli la vita”. Improvvisamente, la via divenne chiara.

Oggi, il Signore pronuncia le stesse parole a ciascuno di noi: “Io pongo davanti a te la vita e la morte, la benedizione e la maledizione. Scegli la vita.” La Quaresima è la nostra foresta, e ogni giorno è un sentiero. Le decisioni che prendiamo—come amiamo, come agiamo, cosa lasciamo andare—sono i passi che ci conducono verso la vita o ci allontanano da essa. Apriamo il nostro cuore per ascoltare il dolce sussurro di Dio e prepariamoci a seguire Cristo sul cammino della vera vita.

ATTO PENITENZIALE

Signore Gesù Cristo, tu ci chiami alla vita e all'amore.
Signore, pietà.

Cristo Gesù, tu porti i nostri pesi e ci chiami a seguirti.
Cristo, pietà.

Signore Gesù, tu ci dai la forza di scegliere la vita ogni giorno. Signore, pietà.

PREGHIERA DI ASSOLUZIONE

Il Dio onnipotente abbia misericordia di noi, ci perdoni i peccati e ci fortifichi per scegliere la vita e l'amore in ogni momento. Amen.

COLLETTA

Signore nostro Dio, guidaci in questo cammino quaresimale. Ispira i nostri cuori a rinunciare a ciò che ci impedisce di vivere pienamente, ad abbracciare ciò che dona vita e a camminare nelle tue vie con coraggio e gioia. Fa' che i nostri sacrifici ci avvicinino a te, e che il nostro amore rifletta la tua misericordia nel mondo. Per Cristo nostro Signore. Amen.

OMELIA: Scegliere la vita nella Quaresima

Un uomo una volta ereditò un bellissimo frutteto. Passava le sue giornate a contare le mele, riparare le recinzioni e mostrare i frutti per impressionare gli altri. Così facendo, dimenticò di godersi il frutteto stesso: assaporare le mele, camminare sotto gli alberi, respirare l'aria fresca. Un giorno, uno straniero gli disse: "Tutte le mele che hai contato non possono darti gioia se il tuo cuore è vuoto."

Le parole di Gesù oggi ci ricordano questa verità: guadagnare il mondo ma perdere se stessi è follia. La vera vita non viene dall'accumulo, ma dall'amore e dal donarsi.

Mosè, parlando al popolo nella prima lettura di oggi, li esorta: "Scegli la vita, perché tu e i tuoi discendenti possiate vivere." Queste parole non sono solo consigli antichi: parlano direttamente a noi nelle nostre case, nei luoghi di lavoro e nelle comunità. Scegliere la vita significa scegliere l'amore: l'amore per Dio, per il prossimo e per noi stessi. La Quaresima ci chiama a praticarlo ogni giorno, chiedendoci in ogni momento: "Qual è la scelta più amorevole che posso fare qui?"

Gesù ci invita a rinunciarci, un richiamo che va contro la cultura intorno a noi. Ci insegnano a indulgere, a cercare il conforto, a metterci al primo posto. Eppure la rinuncia di sé non è punizione; è libertà. Ogni volta che lasciamo andare ciò che ci lega—rabbia, orgoglio, avidità o paura—facciamo spazio all'amore di Dio per modellare i nostri cuori. Proprio come Gesù a Getsemani scelse di abbracciare la missione di Dio piuttosto che la sicurezza personale, anche noi siamo chiamati a seguire la via di Dio, anche quando sfida la nostra comodità.

Gesù ci avverte: "Che giova a un uomo guadagnare il mondo intero e perdere se stesso?" La nostra anima—il nostro vero sé, fatto a immagine di Dio—è preziosa. Il mondo spesso ci tenta con status, ricchezza e riconoscimento, ma queste cose possono distrarci da ciò che conta davvero. La Quaresima ci invita a esaminare a cosa ci aggrappiamo e a tornare alla vita in Cristo, coltivando ciò che è eterno rispetto a ciò che è effimero.

Seguire Cristo non è un atto unico, ma un cammino quotidiano. Ogni mattina ci offre la possibilità di prendere la

nostra croce e scegliere la vita. Ogni giorno, Dio ci dona la forza per seguirlo, la grazia per rialzarci dopo le cadute e il coraggio di amare in piccoli gesti significativi. Pensiamo agli eroi silenziosi intorno a noi: un insegnante, un'infermiera, un genitore—persone che donano se stesse quotidianamente senza riconoscimento. Le loro vite rispecchiano l'insegnamento di Cristo: nel dare, trovano la vita. La Quaresima ci chiama a imitare questo, ogni giorno, nelle nostre realtà.

Tornando al nostro viaggiatore nella foresta: raggiunse il prato illuminato solo scegliendo il sentiero giusto. Allo stesso modo, in Cristo troviamo la pienezza della vita non accumulando o indulgendo, ma scegliendo l'amore, rinunciando a ciò che ci impedisce di vivere e seguendolo ogni giorno. La Quaresima è la nostra foresta; che i nostri cuori seguano il sentiero della vita, un passo alla volta.

INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE

Fratelli e sorelle, offriamo i nostri doni al Signore, segni del nostro impegno a scegliere la vita e a seguire Cristo in ogni aspetto della nostra vita.

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Signore, offriamo questi doni di pane e vino, segni della nostra volontà di rinunciare a ciò che ci trattiene e di abbracciare la vita in te. Possano rafforzarci nel seguire il tuo Figlio, portare le nostre croci quotidiane e vivere nell'amore ogni giorno. Per Cristo nostro Signore. Amen.

PREFACIO

È veramente giusto e conveniente renderti grazie sempre e dovunque, Padre santo, attraverso il nostro Signore Gesù Cristo.

Hai posto davanti a noi la scelta tra vita e morte e nel tuo amore ci chiami ancora e ancora a scegliere la vita.

Non ci dai solo comandamenti, ma la via che conduce alla vita—la via dell'amore, del dono di sé e della fedeltà.

In questa santa stagione quaresimale ci inviti a esaminare i nostri cuori e a lasciare andare tutto ciò che ci separa da te.

Ci insegni che la vera vita non si trova nell'aggrapparsi, ma nel donare, non nel cercare se stessi, ma nel seguire tuo

Figlio sulla via della Croce.

Cristo stesso ha percorso questa via. Ha dato la sua vita affinché noi potessimo avere vita in abbondanza.

In ogni scelta d'amore, in ogni piccolo sacrificio della vita quotidiana, ci avvicini a te e ci prepari alla gioia del tuo Regno eterno.

Perciò, con cuori grati, ti rendiamo grazie e uniamo la nostra voce agli Angeli e agli Arcangeli, ai Principati e alle Potestà, e a tutti i cori celesti, cantando l'inno della tua gloria: Santo, Santo, Santo...

PREGHIERA EUCARISTICA II

Prima dell'epiclesi, per meditazione personale:

Signore, manda il tuo Spirito su di noi e su questi doni. Rafforza i nostri cuori affinché ogni scelta—ogni parola, ogni azione, ogni sacrificio—rifletta il tuo amore. Possano questa Eucaristia ispirarci alla rinuncia quotidiana per la vita in Cristo.

Dopo l'anamnesi, per meditazione personale:

Signore Gesù, ricordiamo il tuo sacrificio e la tua

risurrezione. Possa questo pane e vino, tuo Corpo e Sangue, nutrire la nostra anima, così da abbracciare la via dell'amore e del discepolato quotidiano. Le nostre vite diventino offerte viventi, mostrando che donandoci a te, acquisiamo davvero la vita.

INVITO AL PADRE NOSTRO

Con fiducia e confidenza, rivolgiamoci al nostro Padre amorevole, che conosce i nostri cuori e i nostri bisogni, e preghiamo come ci ha insegnato Gesù:

EMBOLISMO

Liberaci, Signore, da tutto ciò che nuoce alla nostra anima, da ogni distrazione, tentazione e peso che ci impedisce di seguirti pienamente. Mantienici saldi nella fede, fermi nella speranza e vivi nell'amore, affinché il tuo Spirito ci guidi ogni giorno lungo sentieri di misericordia, giustizia e vera vita.

PREGHIERA PER LA PACE

Signore Gesù, tu sei il nostro unico Principe della Pace. Porti riconciliazione dove c'è conflitto, guarigione dove c'è dolore e speranza dove c'è disperazione. Rafforza i nostri cuori per perdonare come tu perdoni, servire come tu servi e diventare strumenti della tua pace nelle nostre famiglie, comunità e nel mondo. Possa il tuo Spirito muoversi attraverso di noi, affinché la pace di Cristo dimori in ogni cuore. Amen.

INVITO ALLA COMUNIONE

Ecco l'Agnello di Dio, che toglie i peccati del mondo. Beati gli invitati alla cena dell'Agnello.

Tutti: Signore, non sono degno che tu entri sotto il mio tetto, ma di' solo una parola e la mia anima sarà guarita.

MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE

Ricevendo Cristo in questa Eucaristia, ricordiamo: scegliere la vita spesso significa abbandonare l'interesse personale per amore di Dio e del prossimo. La Quaresima ci chiama a gesti quotidiani di rinuncia, gentilezza e

generosità. Lasciamo questa mensa rinnovati nel cuore, pronti a seguire il cammino di vita e amore di Cristo.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Signore, possa la grazia di questo sacramento guidarci nel nostro cammino quaresimale. Aiutaci a prendere la nostra croce con coraggio, rinunciare a ciò che ci ostacola e scegliere la vita in te, ora e sempre. Per Cristo nostro Signore. Amen.

BENEDEZIONE

Possa Dio, che ci chiama alla vita e all'amore, benedirvi e custodirvi; possa Cristo Gesù guidare i vostri passi e darvi coraggio; e possa lo Spirito Santo ispirarvi ogni giorno a scegliere la vita in tutte le cose. Amen.

CONGEDO

Andate in pace, per scegliere la vita e seguire Cristo.

Tutti: Rendiamo grazie a Dio.

PENSIERO DA PORTARE A CASA

Ogni giorno, il Signore ci chiede: "Cosa sceglierai?" Con amore, sacrificio, gentilezza e fedeltà, scegliamo sempre la vita.

Venerdì dopo il Mercoledì delle Ceneri (II) – 20

Febbraio 2026 - Is 58,1-9; Mt 9,14-15

INTRODUZIONE

Alcuni anni fa, un'insegnante notò che uno dei suoi studenti veniva sempre a scuola senza pranzo. Un giorno, silenziosamente, mise un panino extra sulla sua scrivania. Il ragazzo non disse una parola—si limitò a sorridere. Più tardi, l'insegnante scoprì che il bambino era tornato a casa e aveva diviso il panino a metà per dividerlo con la sorella più piccola.

Quell'insegnante aveva digiunato—non dal cibo, ma dall'indifferenza.

Mentre iniziamo questo venerdì dopo il Mercoledì delle Ceneri, la Chiesa ci invita a riscoprire il vero significato del digiuno. Il profeta Isaia ci ricorda che Dio non gioisce di rituali vuoti, ma di cuori che scelgono giustizia, misericordia e compassione. Gesù, nel Vangelo, parla di sé come dello Sposo—la sua presenza porta gioia, ma la sua assenza ci chiama alla nostalgia e alla conversione.

Oggi, mentre ricordiamo anche la Giornata Mondiale di Preghiera, sottolineando in particolare la speranza e il futuro delle donne in tutto il mondo, ci presentiamo davanti a Dio consapevoli che la nostra fede deve essere vissuta non solo nella preghiera, ma nell'amore reso visibile. Poniamoci ora onestamente davanti al Signore.

ATTO PENITENZIALE

Fratelli e sorelle, riconosciamo i nostri peccati e così prepariamoci a celebrare questi santi misteri.

Pausa

Signore Gesù, ci chiami a digiunare dall'ingiustizia e dalla durezza di cuore: Signore, pietà.

Cristo Gesù, ci inviti alla fedeltà gioiosa come amici dello Sposo: Cristo, pietà.

Signore Gesù, ci mandi a guarire, condividere e liberare: Signore, pietà.

PREGHIERA DI ASSOLUZIONE

Il Dio onnipotente abbia pietà di noi, perdoni i nostri peccati e ci conduca sul cammino della giustizia e della compassione alla vita eterna. Amen.

COLLETTA

Dio di verità e tenerezza,

tu non guardi le apparenze, ma il cuore.

In questo tempo santo, liberaci dall'osservanza vuota e plasma in noi uno spirito di generosità e misericordia.

Che il nostro digiuno faccia spazio alla giustizia, la nostra preghiera ci apra alla speranza, e il nostro sacrificio ci avvicini a chi ha bisogno.

Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore. Amen.

OMELIA

Un viaggiatore una volta chiese a un monaco perché i cancelli del monastero fossero sempre aperti. Il monaco rispose: "Perché Dio non chiude mai la sua porta—e nemmeno noi dovremmo farlo."

Quella semplice saggezza riassume il cuore delle letture di oggi.

Isaia parla con forza contro una religione che appare devota, ma volta le spalle alla sofferenza. Il popolo digiuna, prega e abbassa il capo, ma ignora i poveri, gli oppressi e i

feriti. La risposta di Dio è chiara: questo non è il digiuno che io desidero.

Gesù, nel Vangelo, offre un'altra immagine—un banchetto nuziale. La sua presenza porta gioia, vita e festa. Il digiuno, allora, non è tristezza fine a se stessa, ma desiderio nato dall'amore. Quando lo Sposo viene tolto, i cuori soffrono—e quella sofferenza diventa preghiera.

Riflessione

Molti di noi associano il digiuno al cibo. Eppure oggi siamo invitati a porci domande più profonde:

- A cosa mi aggrappo che mi impedisce di amare liberamente?
- Quali abitudini mi rendono indisponibile a Dio o agli altri?

Una donna decise una volta di digiunare dal telefono per la Quaresima. Ciò che la sorprese non fu quanto fosse difficile—ma quante persone notò veramente per la prima volta: un vicino, un collega solo, le domande del proprio figlio. Il suo digiuno divenne un banchetto di presenza. Isaia insiste: il vero digiuno scioglie catene, nutre gli

affamati, ospita i senza tetto e veste i nudi. Gesù conferma tutto questo vivendo una fede che guarisce, include e ridona dignità. Un digiuno che non conduce all'amore è rumore senza senso.

Una candela una volta si lamentò di essere consumata. La fiamma rispose: "Sì—ma solo donandoti puoi dare luce."

La Quaresima ci invita a bruciare dolcemente, fedelmente, affinché altri possano vedere speranza.

Che il nostro digiuno crei spazio per la gioia, i nostri sacrifici risvegliano la compassione, e la nostra vita proclami che lo Sposo vale l'attesa.

INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE

Pregate, fratelli e sorelle, affinché il nostro sacrificio di conversione e compassione sia gradito a Dio, Padre onnipotente.

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Signore Dio, accogli queste offerte, segni del nostro desiderio di rinnovamento nel cuore e nelle opere.

Che ci ricordino che il culto senza giustizia è vuoto,

e la preghiera senza misericordia è incompleta.

Trasforma questi doni—e noi con essi—

affinché la nostra vita diventi un'offerta gradita a te.

Per Cristo nostro Signore. Amen.

PREFACIO

È veramente giusto e conveniente,

dovere e salvezza nostra, renderti sempre grazie, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno.

Perché ci chiami in questo tempo di grazia

a distaccarci da ciò che ci schiaccia e a riscoprire la gioia

dei cuori liberati. Ci insegni che il digiuno ti piace

quando conduce alla giustizia, la preghiera ti rallegra

quando ci apre alla misericordia, e il sacrificio porta frutto

quando diventa amore per i poveri.

Nel cammino verso la Pasqua, ci formi come popolo di

speranza, pronto ad accogliere lo Sposo con una vita

rinnovata. E così, con gli angeli e i santi,

con uomini e donne di ogni nazione che operano per la

pace, cantiamo l'inno della tua gloria, proclamando senza

fine: Santo, Santo, Santo...

EUCCHARISTIC PRAYER II

(Il testo originale della Preghiera Eucaristica II rimane completamente invariato.)

Inserzione prima dell'Epiclesi per meditazione personale:

Sacerdote (prima di "Tu sei veramente Santo, Signore..."):

Radunati attorno a questo altare, ricordiamo che il tuo Spirito si muove non solo sul pane e sul vino, ma nei cuori disposti a cambiare.

Possa questa offerta portare con sé il nostro desiderio di digiunare dall'ingiustizia, di desiderare la giustizia, e di avere sete del tuo regno di pace.

Inserzione dopo l'Anamnesi (paragrafo aggiunto) per meditazione personale:

Sacerdote (dopo "Ti offriamo, Signore, il Pane della vita..."):

In questo sacrificio di riconciliazione, insegnaci a riconoscere Cristo nei feriti, nei dimenticati e nei poveri. Mentre attendiamo la sua venuta nella gloria,

che le nostre vite proclamino la sua presenza attraverso atti di misericordia, coraggio e speranza.

(Il resto della Preghiera Eucaristica II continua invariato.)

INVITO AL PADRE NOSTRO

Confidando nel Dio che ascolta il grido dei poveri e nutre i suoi figli con speranza, preghiamo con fiducia come ci ha insegnato il Signore stesso:

EMBOLISMO

Liberaci, Signore, da ogni male, soprattutto dall'indifferenza e dalla paura. Concedi pace nei nostri giorni, affinché, con l'aiuto della tua misericordia, siamo liberi dal peccato e desiderosi di servirci gli uni gli altri, in attesa della beata speranza e della venuta del nostro Salvatore, Gesù Cristo.

PREGHIERA PER LA PACE

Signore Gesù Cristo, ti sei chiamato lo Sposo della gioia e della pace.

Non guardare ai nostri peccati, ma alla fede della tua Chiesa, e concedile con grazia pace e unità secondo il tuo volere.

Che vive e regna nei secoli dei secoli. Amen.

INVITO ALLA COMUNIONE

Ecco l'Agnello di Dio,
che toglie il peccato del mondo.

Beati gli invitati alla mensa dell'Agnello.

Signore, non sono degno...

MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE

In questo sacro silenzio,
ricordiamo che Cristo ci ha nutriti
non solo con il pane,
ma con la promessa di una vita trasformata.
Che la forza che riceviamo qui
diventi generosità nelle nostre mani,
gentilezza nelle nostre parole,
e giustizia nelle nostre scelte.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Dio di compassione, ci hai nutriti con il Pane di Vita.
Possa questo sacramento approfondire la nostra fame
per ciò che conta veramente e mandarci a vivere il digiuno
che desideri— un digiuno che guarisce,
libera e ridona speranza.

Per Cristo nostro Signore. Amen.

BENEDEZIONE

Che Dio, che ti chiama alla giustizia, ti benedica.

Che Cristo, lo Sposo, ti riempia di gioia.

Che lo Spirito Santo ti guidi nell'amore reso visibile.

E che Dio onnipotente ti benedica,

Padre, Figlio e Spirito Santo. Amen.

CONGEDO

Andate in pace, glorificando il Signore
con vite di misericordia e speranza.

PENSIERO DA PORTARE A CASA

“Il digiuno che Dio desidera non è uno stomaco vuoto,
ma un cuore aperto.” (cfr. Isaia 58)

Sabato dopo le Ceneri (II) – 21 febbraio 2026

Is 58,9-14; Lc 5,27-32

INTRODUZIONE

Un uomo una volta visitò un medico e disse con orgoglio:

“Non mi ammalo mai.”

Il medico sorrise e rispose: “Quella potrebbe essere la tua malattia più grande: non vieni mai per essere guarito.”

Cari amici, la Quaresima non inizia con la perfezione, ma con l'onestà. Le letture di oggi ci ricordano che la guarigione di Dio non comincia quando sembriamo giusti, ma quando ammettiamo il nostro bisogno. Levi, il pubblicano, non ha sistemato la sua vita prima che Gesù lo chiamasse; si è semplicemente alzato e ha seguito.

Mentre ci raduniamo in questa Eucaristia, non veniamo come persone perfette, ma come chi è disposto a essere guarito. Questo tempo sacro ci invita a lasciare andare vecchie abitudini, orgoglio nascosto e ingiustizie silenziose, affinché misericordia, riconciliazione e nuova vita possano radicarsi.

Poniamoci davanti al Signore che dice a ciascuno di noi: “Seguimi.”

ATTO PENITENZIALE

Il Signore non ci chiama lontano dai peccatori, ma fuori dal peccato. Riconosciamo il nostro bisogno di misericordia e prepariamo il cuore a ricevere la guarigione.

- Signore Gesù, ci chiami anche quando gli altri ci rifiutano: Signore, pietà.
- Cristo Gesù, condividi la tavola con i peccatori e restituisci loro dignità: Cristo, pietà.
- Signore Gesù, ci inviti a percorrere un nuovo cammino di compassione e giustizia: Signore, pietà.

PREGHIERA DI ASSOLUZIONE

Il Dio della misericordia,
che non si stanca mai di richiamarci a sé,
perdoni i nostri peccati, guarisca ciò che è ferito dentro di noi e ci conduca a una vita di libertà e amore,
per Cristo nostro Signore. Amen.

COLLETTA

Dio di paziente compassione,
tu non guardi al nostro passato, ma alle nostre possibilità.
Liberaci dalle abitudini che ci legano
e dai giudizi che induriscono il cuore.
Insegnaci a digiunare dall'ingiustizia,
a banchettare nella misericordia
e a seguire tuo Figlio con cuore indiviso.
Per il nostro Signore Gesù Cristo, tuo Figlio,
che vive e regna con te nell'unità dello Spirito Santo,
Dio, per tutti i secoli dei secoli. Amen.

OMELIA

Una maestra chiese una volta ai suoi studenti di scrivere i nomi delle persone che non sopportavano su un foglio e di portarlo con loro tutto il giorno. La sera, i bambini si lamentarono di quanto fossero pesanti le tasche. La maestra disse: "Quel peso è ciò che portate nel cuore quando rifiutate la misericordia."

Nel Vangelo di oggi, Gesù passa davanti al banco delle imposte di Levi. Levi è appesantito, non solo dalle monete,

ma dalla vergogna, dal rifiuto e dal fatto che gli altri lo hanno già escluso. Eppure Gesù non lo rimprovera, non lo minaccia, non lo mette alla prova. Dice semplicemente: "Seguimi."

E Levi fa qualcosa di sorprendente: si alza. Nessuna scusa. Nessun ritardo. Nessuna condizione. Lascia una vita che gli dava ricchezza, ma non pace.

Qui c'è un avvertimento silenzioso per i farisei—e per noi. È possibile obbedire alla legge e perdere l'amore. È possibile essere religiosi e temere la misericordia. I farisei digiunavano, pregavano e seguivano le regole, ma non sapevano gioire quando un peccatore era guarito.

Vediamo questo anche oggi. Un parrocchiano torna dopo anni di assenza e invece di gioia c'è sospetto. Qualcuno lotta apertamente e invece della compassione c'è pettegolezzo. La Quaresima sfida questo atteggiamento. Isaia ci ricorda che il digiuno che Dio desidera non è puntare il dito, ma sciogliere i legami dell'ingiustizia.

Gesù si definisce medico. Un medico non aspetta che i pazienti guariscano da soli. Entra nella malattia.

Un vecchio parroco diceva: “La Chiesa non è un museo per santi, ma una clinica per peccatori.” Levi lo capì—e così organizzò un banchetto, perché la misericordia conduce sempre alla gioia.

Concludo con un'altra storia. Un uomo chiese una volta a Dio: “Perché continui a perdonarmi?” Dio rispose: “Perché tu continui ad alzarti quando ti chiamo.”

In questa Quaresima, possiamo avere il coraggio di alzarci come Levi, di fidarci della chiamata e di lasciarci guarire.

INVITO ALLA PREGHIERA SULLE OFFERTE

Preghiamo, fratelli e sorelle,
affinché il nostro sacrificio di pentimento e speranza
diventi un'offerta gradita a Dio,
che chiama i peccatori a una vita nuova.

PREGHIERA SULLE OFFERTE

Dio di misericordia, ti presentiamo questi doni,
segni del nostro desiderio di cambiare.

Accogli non solo il pane e il vino,
ma anche la nostra disponibilità a lasciare ciò che ci
imprigiona. Possa questa offerta aprire i nostri cuori
al potere garante del tuo amore.

Per Cristo nostro Signore. Amen.

PREFACIO

È veramente giusto e salutare,
nostro dovere e nostra salvezza,
renderti grazie sempre e in ogni luogo,
Padre santo, Dio onnipotente ed eterno.

In questo tempo di grazia
ci chiami lontano dalla religiosità vuota
e ci conduci a vite di misericordia e verità.

Non ti allontani dai peccatori, ma siediti con loro a tavola,
affinché vite spezzate siano restaurate
e cuori feriti rinnovati.

Con il digiuno che libera gli oppressi,

con la preghiera che apre gli occhi,
e con la generosità che guarisce le divisioni,
ci plasmi in un popolo di compassione.
E così, con angeli e santi,
con tutti coloro che si sono alzati alla tua chiamata,
proclamiamo la tua gloria
e cantiamo senza fine: Santo, Santo, Santo...

EUCCHARISTIC PRAYER II

(Il testo originale rimane invariato)

Inserimento PRIMA dell'Epiclesi per meditazione personale:

Signore, tu raduni a questa mensa non i perfetti,
ma coloro che vogliono trasformarsi.
Come una volta chiamasti Levi dal suo compromesso,
così ora ci chiami dalle nostre paure, scuse e fede tiepida.
Che questa Eucaristia sia per noi non una ricompensa,
ma un rimedio.

(Epiclesi originale segue invariata)

(Anamnesi originale segue invariata)

Inserimento DOPO l'Anamnesi per meditazione personale:

Ricorda, Signore,
che siamo un popolo bisognoso di guarigione.
Rendici forti nel vivere ciò che celebriamo,
cercare i perduti, perdonare generosamente,
e costruire comunità dove la misericordia prevale sul
giudizio.

INVITO AL PADRE NOSTRO

Gesù chiamava Dio Padre
e insegnava ai peccatori a fare lo stesso.
Con cuore fiducioso, preghiamo:

EMBOLISMO

Liberaci, Signore, da ogni male,
specialmente dall'orgoglio che acceca
e dalla paura che ci impedisce di amare.
Concedi pace nei nostri giorni, e aiutati dalla tua
misericordia, possiamo essere liberi dal peccato e
coraggiosi nella compassione,
mentre attendiamo la beata speranza
e la venuta del nostro Salvatore, Gesù Cristo.

PREGHIERA PER LA PACE

Signore Gesù Cristo, non hai evitato le persone spezzate,
ma hai fatto pace avvicinandoti a loro.

Non guardare i nostri peccati, ma la fede della tua Chiesa,
e concedile con grazia pace e unità
secondo la tua volontà.

Che vive e regna nei secoli dei secoli. Amen.

INVITO ALLA COMUNIONE

Ecco l'Agnello di Dio,
che toglie il peccato del mondo.

Beati quelli chiamati alla mensa del Signore.

MEDITAZIONE DOPO LA COMUNIONE

Come Levi,
siamo stati invitati a tavola.

Non perché stiamo bene,
ma perché siamo amati.

Possa questo pane rafforzare i nostri passi
mentre ci alziamo e seguiamo.

PREGHIERA DOPO LA COMUNIONE

Dio di misericordia guarente,
ci hai nutrito con il pane della vita.

Possa questo sacramento
avvicinarci al tuo Figlio
e mandarci rinnovati,
pronti a percorrere il cammino della compassione e della
giustizia.

Per Cristo nostro Signore. Amen.

BENEDEZIONE

Che Dio, che chiama i peccatori al pentimento,
vi dia coraggio di alzarvi e seguire.

Che Cristo, guaritore dei cuori,
cammini accanto a voi sulla via della misericordia.

Che lo Spirito Santo vi fortifichi
a vivere ciò che avete ricevuto.

E possa Dio onnipotente benedirvi,
il Padre, e il Figlio, ✠ e lo Spirito Santo. Amen.

CONGEDO

Andate in pace,
glorificando il Signore con la vostra vita.

PENSIERO DA PORTARE A CASA

Gesù non aspetta che diventiamo degni.
Aspetta che ci alziamo.