



Parrocchia
Beata Vergine delle Grazie
via Rossetti 48 - 34141 Trieste
nuova email: bvgraziets@gmail.com
telefono: 0403728788
sito: www.bvgtrieste.com
IBAN: IT2800623002202000015095812

I Domenica di Quaresima – 22 febbraio 2026

Ascoltare e digiunare: il messaggio del papa per la Quaresima

In questo tempo in cui è così facile che il cuore si disperda in preoccupazioni e distrazioni, il papa ci invita innanzitutto ad ascoltare la Parola di Dio. La cosa migliore è ascoltarla assieme a dei fratelli, ma possiamo farlo anche a tu per tu col Signore. La liturgia è la fonte più naturale: la preghiera dei salmi, l'ascolto delle letture o per lo meno del Vangelo del giorno. La parola va poi meditata: ad esempio ripetendone durante la giornata un piccolo frammento che ci ha colpito. In questo modo è più facile ascoltare la realtà, in particolare il grido di chi si trova in qualche forma di povertà.

Il digiuno da una parte dispone all'ascolto, e dall'altra «non digiuna veramente chi non sa nutrirsi della Parola di Dio». Per il papa, coinvolgere il nostro corpo aiuta a disciplinare il desiderio e a farlo crescere, in modo che possa raggiungere Dio e venga orientato al bene. Ma il digiuno può avere altre forme, a cominciare dalla rinuncia alle parole che feriscono. Rinoveremo così anche la qualità delle nostre relazioni.

don Fabio

Omelia al Mercoledì delle Ceneri

Sentiamo nelle ceneri che ci sono imposte il peso di un mondo che brucia, di intere città disintegrate dalla guerra: le ceneri del diritto internazionale e della giustizia fra i popoli, le ceneri di interi ecosistemi e della concordia fra le persone, le ceneri del pensiero critico e di antiche sapienze locali, le ceneri di quel senso del sacro che abita in ogni creatura. «Dov'è il loro Dio?», si chiedono i popoli. Sì, carissimi, ce lo chiede la storia, e prima ancora la coscienza: chiamare per nome la morte, portarne su di noi i segni, ma testimoniare la risurrezione. Riconoscere i nostri peccati per convertirci è già presagio e testimonianza di risurrezione: significa infatti non fermarci fra le ceneri, ma rialzarci e ricostruire.

Dal libro della Genesi (Gen 2,7-9; 3,1-7)

Il Signore Dio plasmò l'uomo con polvere del suolo e soffiò nelle sue narici un alito di vita e l'uomo divenne un essere vivente.

Poi il Signore Dio piantò un giardino in Eden, a oriente, e vi collocò l'uomo che aveva plasmato. Il Signore Dio fece germogliare dal suolo ogni sorta di alberi graditi alla vista e buoni da mangiare, e l'albero della vita in mezzo al giardino e l'albero della conoscenza del bene e del male.

Il serpente era il più astuto di tutti gli animali selvatici che Dio aveva fatto e disse alla donna: «È vero che Dio ha detto: “Non dovete mangiare di alcun albero del giardino”?». Rispose la donna al serpente: «Dei frutti degli alberi del giardino noi possiamo mangiare, ma del frutto dell'albero che sta in mezzo al giardino Dio ha detto: “Non dovete mangiarne e non lo dovete toccare, altrimenti morirete”». Ma il serpente disse alla donna: «Non morirete affatto! Anzi, Dio sa che il giorno in cui voi ne mangiaste si aprirebbero i vostri occhi e sareste come Dio, conoscendo il bene e il male».

Allora la donna vide che l'albero era buono da mangiare, gradevole agli occhi e desiderabile per acquistare saggezza; prese del suo frutto e ne mangiò, poi ne diede anche al marito, che era con lei, e anch'egli ne mangiò. Allora si aprirono gli occhi di tutti e due e conobbero di essere nudi; intrecciarono foglie di fico e se ne fecero cinture.

Salmo responsoriale (Sal 50)

R: Perdonaci, Signore: abbiamo peccato.

Pietà di me, o Dio, nel tuo amore;
nella tua grande misericordia /cancella la mia iniquità.
Lavami tutto dalla mia colpa, /dal mio peccato rendimi puro.

Sì, le mie iniquità io le riconosco,
il mio peccato mi sta sempre dinanzi.
Contro di te, contro te solo ho peccato,
quello che è male ai tuoi occhi, io l'ho fatto.

Crea in me, o Dio, un cuore puro,
rinnova in me uno spirito saldo.
Non scacciarmi dalla tua presenza
e non privarmi del tuo santo spirito.

Rendimi la gioia della tua salvezza, /sostienimi con uno spirito generoso.
Signore, apri le mie labbra /e la mia bocca proclami la tua lode.

Dalla lettera ai Romani (Rm 5,12-19)

Fratelli, come a causa di un solo uomo il peccato è entrato nel mondo e, con il peccato, la morte, così in tutti gli uomini si è propagata la morte, poiché tutti hanno

peccato.

Fino alla Legge infatti c'era il peccato nel mondo e, anche se il peccato non può essere imputato quando manca la Legge, la morte regnò da Adamo fino a Mosè anche su quelli che non avevano peccato a somiglianza della trasgressione di Adamo, il quale è figura di colui che doveva venire.

Ma il dono di grazia non è come la caduta: se infatti per la caduta di uno solo tutti morirono, molto di più la grazia di Dio, e il dono concesso in grazia del solo uomo Gesù Cristo, si sono riversati in abbondanza su tutti. E nel caso del dono non è come nel caso di quel solo che ha peccato: il giudizio infatti viene da uno solo, ed è per la condanna, il dono di grazia invece da molte cadute, ed è per la giustificazione. Infatti se per la caduta di uno solo la morte ha regnato a causa di quel solo uomo, molto di più quelli che ricevono l'abbondanza della grazia e del dono della giustizia regneranno nella vita per mezzo del solo Gesù Cristo. Come dunque per la caduta di uno solo si è riversata su tutti gli uomini la condanna, così anche per l'opera giusta di uno solo si riversa su tutti gli uomini la giustificazione, che dà vita. Infatti, come per la disobbedienza di un solo uomo tutti sono stati costituiti peccatori, così anche per l'obbedienza di uno solo tutti saranno costituiti giusti.

Acclamazione al Vangelo (Mt 4,4b)

Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!

Non di solo pane vivrà l'uomo,
ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio.

Lode a te, o Cristo, re di eterna gloria!

Dal Vangelo secondo Matteo (Mt 4,1-11)

In quel tempo, Gesù fu condotto dallo Spirito nel deserto, per essere tentato dal diavolo. Dopo aver digiunato quaranta giorni e quaranta notti, alla fine ebbe fame. Il tentatore gli si avvicinò e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, di' che queste pietre diventino pane». Ma egli rispose: «Sta scritto: "Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio"».

Allora il diavolo lo portò nella città santa, lo pose sul punto più alto del tempio e gli disse: «Se tu sei Figlio di Dio, gettati giù; sta scritto infatti: "Ai suoi angeli darà ordini a tuo riguardo ed essi ti porteranno sulle loro mani perché il tuo piede non inciampi in una pietra"». Gesù gli rispose: «Sta scritto anche: "Non metterai alla prova il Signore Dio tuo"».

Di nuovo il diavolo lo portò sopra un monte altissimo e gli mostrò tutti i regni del mondo e la loro gloria e gli disse: «Tutte queste cose io ti darò se, gettandoti ai miei piedi, mi adorerai». Allora Gesù gli rispose: «Vattene, satana! Sta scritto infatti: "Il Signore, Dio tuo, adorerai: a lui solo renderai culto"».

Allora il diavolo lo lasciò, ed ecco degli angeli gli si avvicinarono e lo servivano.

A v v i s i

Oggi, I Domenica di Quaresima:

- . caffè sottochiesa dopo la Messa delle 10.30;
- . Vesperi con Adorazione Eucaristica, 17.30.
- In Quaresima, raccolta nella cassetta in fondo alla chiesa a favore del Fondo di Solidarietà Diocesano per le *Povertà invisibili*, che non si vedono ma sono tante.
- Per tutta la Quaresima, Lodi, Letture dell'Ufficio, preghiera silenziosa: lunedì-venerdì, 6.10-7.00, in cripta.
- Alcuni fratelli della V Comunità Neocatecumenale stanno visitando le famiglie portando un annuncio di pace.
- Incontro con la Parola del mercoledì: 19.00, Ufficio Parrocchiale.
- Il Venerdì di Quaresima è giorno di astinenza dalle carni. Adorazione silenziosa: 14.00-17.20, cripta, con possibilità di confessarsi all'inizio o 15.30-17.00; Via crucis: 17.30, in chiesa, a cura del Gruppo Famiglie; segue l'Eucaristia in chiesa.
- Catena eucaristica: in coordinamento coi paesi europei, mercoledì 4/3 in ogni parrocchia della Diocesi S. Messa per la pace; alla sera seguirà l'Adorazione Eucaristica; non ci sarà l'incontro con la Parola delle 19.00.
- Per i lavori da fare: busta ad un prete o nell'elemosina, bonifico.

Una Parola per ogni giorno

<i>lunedì 23</i>	Lv 19,1-2.11-18; Sal 18; Mt 25,31-46
<i>martedì 24</i>	Is 55,10-11; Sal 33; Mt 6,7-15
<i>mercoledì 25</i>	Gn 3,1-10; Sal 50; Lc 11,29-32
<i>giovedì 26</i>	Est 4,17n.p-r.aa-bb.gg-hh (NV); Sal 137; Mt 7,7-12
<i>venerdì 27</i>	Ez 18,21-28; Sal 129; Mt 5,20-26
<i>sabato 28</i>	Dt 26,16-19; Sal 118; Mt 5,43-48
<i>Domenica 1</i>	Gen 12,1-4a; Sal 32; 2Tm 1,8b-10; Mt 17,1-9 <i>Il di Quaresima</i>