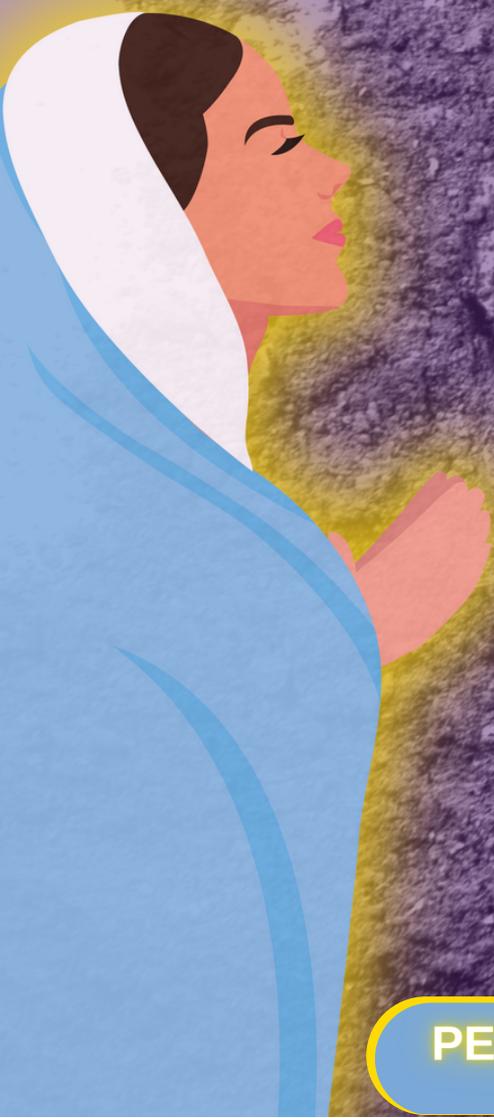


"GRANDI COSE HA FATTO IN ME
L'ONNIPOTENTE"



PENITENZIALE PER GIOVANI QUARESIMA 2023

A cura di Giovani & Riconciliazione – Vela di Salerno

"GRANDI COSE HA FATTO IN ME L'ONNIPOTENTE"

Durante la Quaresima proponiamo di vivere la penitenziale con adolescenti e giovani in chiave mariana, partendo dal Vangelo del Magnificat (Lc 1,45-56) per dare continuità al cammino verso la GMG di Lisbona 2023 che ha come tema: "Si alzò e andò in fretta".

Per la riflessione invitiamo ad attingere direttamente dal sito di [Giovani & Riconciliazione](https://giovani.riconciliazione.it) nella sezione dei percorsi penitenziali, molto utili anche per una riflessione personale o una condivisione di gruppo. Il percorso sul tema proposto è scaricabile al seguente link:

<https://giovani.riconciliazione.it/wp-content/uploads/2017/12/Percorso-Penitenziale-Lc-1-45-56-Magnificat.pdf>

Sul medesimo testo del Magnificat di Maria proponiamo anche un breve esame di coscienza da consegnare ai ragazzi/giovani per il loro momento personale.

Invitiamo a curare particolarmente la preparazione di questo momento dedicando tempo sufficiente perché possa essere vissuto con calma e serenità in tutti i suoi passaggi, anche dando particolare attenzione alla cura del luogo (predisponendo candele accese, drappi o fiori). Invitiamo a vivere la penitenziale in stile "Giovani & Riconciliazione" cioè con la presenza degli animatori o della comunità per rendere così concretamente presente il volto della Chiesa che attende, accompagna, prega per te e fa festa con te per il perdono ricevuto.

La penitenziale potrebbe essere così strutturata:

- **Accoglienza** dei giovani con la consegna di un cartoncino bianco
- **Introduzione e Canto** per aiutare il raccoglimento
- **Proclamazione del Vangelo** Lc 1,45-56

«Elisabetta esclamò: "E beata colei che ha creduto nell'adempimento di ciò che il Signore le ha detto"

Allora Maria disse:

«L'anima mia magnifica il Signore
e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,
perché ha guardato l'umiltà della sua serva.

Ha spiegato la potenza del suo braccio,
ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;
ha rovesciato i potenti dai troni,

ha innalzato gli umili;
ha ricolmato di beni gli affamati,
ha rimandato i ricchi a mani vuote.
Ha soccorso Israele, suo servo,
ricordandosi della sua misericordia,
come aveva detto ai nostri padri,
per Abramo e la sua discendenza, per sempre».
Maria rimase con lei circa tre mesi, poi tornò a casa sua.



"GRANDI COSE HA FATTO IN ME L'ONNIPOTENTE"

- Proposta di riflessione oppure condivisione in piccoli gruppi sulla Parola ascoltata.
- Consegna dell'esame di coscienza predisposto sul medesimo testo evangelico, per la riflessione personale in un tempo sufficiente di silenzio.
- Mentre i giovani si preparano e si accostano alla confessione sarebbe bello che qualcuno degli animatori o della comunità si mettesse in preghiera per loro. Anche un sottofondo musicale o canti possono accompagnare la preghiera.
- Per le confessioni individuali si può consigliare una preghiera del penitente al posto del tradizionale atto di dolore, come previsto anche dal rito (v. di seguito quella proposta per l'Agorà dei giovani a Loreto). È opportuno e significativo che il sacerdote renda ben visibili i gesti che accompagnano l'assoluzione, alzandosi in piedi e stendendo le mani.
- Dopo la confessione ciascuno può scrivere sul cartoncino bianco ricevuto il suo personale Magnificat di ringraziamento.
- Al termine della confessione ogni giovane, accompagnato da un animatore, può andare davanti a Gesù (Eucaristia o Crocifisso) per leggere il suo Magnificat (oppure semplicemente consegnarlo), mentre accende una candela o offre dell'incenso. L'abbraccio dell'animatore suggella questo momento di ringraziamento.
- Al termine tutto il gruppo conclude con un canto di lode e può vivere un momento di festa.



"GRANDI COSE HA FATTO IN ME L'ONNIPOTENTE"

ESAME DI COSCIENZA SUL MAGNIFICAT

*L'anima mia magnifica il Signore
e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore*

- Sono capace di ringraziare il Signore per tutti i suoi doni?
- Vivo l'Eucaristia domenicale (che è il vero rendimento di grazie) come culmine della mia settimana?

e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,

- Il rapporto con Dio mi dà gioia? Come lo alimento?
- Riconosco Gesù come mio Salvatore? Cioè colui che dà senso alla mia vita e la strappa da ciò che la sminuisce, che la fa morire?
- Sento il bisogno della sua presenza nella mia giornata?

perché ha guardato l'umiltà della sua serva.

D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata.

- Sento lo sguardo paterno di Dio sulla mia vita? Riconosco il mio essere creatura amata? Vivo momenti di angoscia, disperazione, rabbia...?
- Cerco l'umiltà del cuore? O mi sento superiore agli altri?

*Grandi cose ha fatto per me l'Onnipotente
e Santo è il suo nome;*

- So esprimere riconoscenza per quanto Dio ha fatto e continua a fare per me? Sono capace di testimoniare?
- Santifico il suo nome? Oppure lo ridicolizzo, lo calpesto, me ne vergogno?

*di generazione in generazione la sua misericordia
per quelli che lo temono.*

- Ho paura di Dio? Oppure vivo il timore di Dio nel suo vero significato: cioè nel desiderio di non perderlo con il peccato, di non allontanarmi da Lui?
- Cerco la sua misericordia? Come vivo il sacramento della confessione?
- E come so essere segno di misericordia per gli altri? Sono capace di chiedere perdono e di offrirlo?



"GRANDI COSE HA FATTO IN ME L'ONNIPOTENTE"

ESAME DI COSCIENZA SUL MAGNIFICAT

*Ha spiegato la potenza del suo braccio,
ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;*

- Cosa abita i miei pensieri? Quali sentimenti muovono le mie azioni, le mie scelte?
- Cosa nutre la mia interiorità? Cosa cerco, dove mi ristoro, a cosa dedico il mio tempo libero?
- Mi confronto con la Parola di Dio?

*ha rovesciato i potenti dai troni,
ha innalzato gli umili;*

- Mi capita di essere prepotente, orgoglioso, individualista?
- So aiutare chi è più debole? Mi interesso di chi fa più fatica?

*ha ricolmato di beni gli affamati,
ha rimandato i ricchi a mani vuote.*

- Come gestisco le mie cose materiali, i miei beni, i miei soldi? E il mio corpo?
- So condividere i miei beni con gli altri?
- E come tratto le cose degli altri?
- Ho fame e sete di giustizia, di solidarietà, di condivisione?

*Ha soccorso Israele, suo servo,
ricordandosi della sua misericordia,
come aveva detto ai nostri padri,
per Abramo e la sua discendenza, per sempre».*

- Riconosco che la mia storia è un dono ricevuto da altri?
- So essere riconoscente verso chi mi ha preceduto?
- Come mi comporto verso le persone più grandi, più autorevoli?
- Vivo con fedeltà i miei impegni? So essere responsabile dei compiti che mi sono affidati?



"GRANDI COSE HA FATTO IN ME L'ONNIPOTENTE"

PREGHIERA DEL PENITENTE VERSIONE DELL'AGORÀ DEI GIOVANI, LORETO 2007

*Padre misericordioso,
è in Te il senso della mia vita.
Nel Tuo Figlio Gesù hai posato su di me il Tuo sguardo
e il Tuo Santo Spirito mi ha riempito di grazia.
Io, (nome di Battesimo), non mi sono fidato del Tuo amore,
e ora il mio cuore è arido e infelice.
Perdona il mio tradimento:
so che sei più forte del mio peccato
e puoi salvarmi così come sono adesso.
Eccomi! Si compia in me la Tua parola.*

