**Scheda 0 - Mercoledì delle Ceneri**

**La Voce della Parola annuncia: il Padre tuo ti ricompenserà!**

Segno di croce e Canto di Quaresima

**Dal Vangelo secondo Matteo (6,16-18)**

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, profùmati 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.

*Commento (del don o del catechista)*

Inizia oggi la Quaresima. È un tempo della durata di quaranta giorni che ci accompagna alla Pasqua. In questo giorno, durante la celebrazione, il sacerdote mette sul nostro capo un po’ di cenere. Cosa significa questo gesto? Ci abbiamo mai pensato? La cenere ci ricorda che noi tutti siamo piccoli e fragili e molto amati dal Signore. Egli ci accoglie e fa’ di noi un magnifico capolavoro. Ma non senza il nostro impegno che chiede anche piccole rinunce per fare spazio agli altri.

*Preghiera*

Gesù,

ci insegni a vivere come figli.

Il Padre tuo

è anche il Padre nostro:

grazie per questo immenso dono!

Fa’ che in questa Quaresima,

scegliamo di impegnarci

per costruire insieme con Te

la nostra vita.

Amen.

*Impegno della settimana*

Vivi bene lo stare a tavola con la tua famiglia. Spegni la TV e non sprecare il cibo.

Padre nostro e segno di croce