

La Pasqua del Signore

3ª DOMENICA DI QUARESIMA
ANNO A (viola)

8 MARZO 2026



«**D**ammi da bere». Anche senza saperlo, portiamo nel cuore una profonda sete di amore e di verità, di giustizia e di pace, e come la donna di Samaria al pozzo di Sicar non siamo per niente consapevoli di incontrare Gesù nel Vangelo e nel Pane spezzato e nella nostra comunità. Questo desiderio di Gesù, di vita, di gioia, di felicità, di bene, di pace, di amore, è dono di grazia, perché è il Signore stesso che l'ha posto dentro di noi. A poco a poco, come per la Samaritana al pozzo di Giacobbe, anche per noi avverrà lo svelamento, ossia una crescita progressiva nella rivelazione e nella conoscenza del Signore come il Salvatore del mondo. È lo stesso cammino di Quaresima che stiamo compiendo che ci permette di crescere nell'amore e nella conoscenza della fede. Siamo partiti dal deserto, luogo della Parola, per poi intraprendere la salita sulla collinetta del Tabor, luogo di luce, per giun-

gere oggi, assetati, alla memoria d'Israele, ossia al pozzo di Giacobbe. Qui è Gesù, il Messia, che parla alla donna che ha avuto più mariti e le offre l'acqua della vita, il suo stesso Spirito; ed è ancora Gesù che parla a noi oggi nonostante le nostre infedeltà e contraddizioni... Per questo, apriamo i nostri cuori e ascoltiamo: sia lui a darci da bere con il suo sangue.

RITI DI INTRODUZIONE



ANTIFONA D'INGRESSO

in piedi

I miei occhi sono sempre rivolti al Signore, perchè libera dal laccio i miei piedi. Volgiti a me e abbi misericordia, Signore, perchè sono povero e solo. (Sal 24,15-16)

Oppure

Quando mostrerò in voi la mia santità, vi raccoglierò da tutta la terra; vi aspergerò con acqua pura e sarete purificati da tutte le vostre sozzure e io vi darò uno spirito nuovo, dice il Signore. (Ez 36,23-26)

Cel. Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

Ass. Amen

Cel. La grazia del Signore nostro Gesù Cristo, l'amore di Dio Padre e la comunione dello Spirito Santo siano con tutti voi.

Ass. E con il tuo spirito

ATTO PENITENZIALE

Cel. Umili e pentiti come il pubblicano al tempio, accostiamoci al Dio giusto e santo, perchè abbia misericordia di noi peccatori. *(Breve pausa di silenzio)*

Cel. Pietà di noi, Signore.

Ass. Contro di te abbiamo peccato

Cel. Mostraci, Signore, la tua misericordia.

Ass. E donaci la tua salvezza

Cel. Dio onnipotente abbia misericordia di noi, perdoni i nostri peccati e ci conduca alla vita eterna.

Ass. Amen

Cel. Kyrie, eleison

Ass. Kyrie, eleison

Cel. Christe, eleison

Ass. Christe, eleison

Cel. Kyrie, eleison

Ass. Kyrie, eleison

Non si dice il Gloria

COLLETTA

Cel. O Dio, fonte di misericordia e di ogni bene, che hai proposto a rimedio dei peccati il digiuno, la preghiera e le opere di carità fraterna, accogli la confessione della nostra miseria perchè, oppressi dal peso della colpa, siamo sempre sollevati dalla tua misericordia. Per il nostro Signore Gesù Cristo...

Ass. Amen

Oppure

Cel. O Dio, sorgente della vita, che offri all'umanità l'acqua viva della tua grazia, concedi al tuo popolo di confessare che Gesù è il salvatore del mondo e di adorarti in spirito e verità. Per il nostro Signore...

Ass. Amen

LITURGIA DELLA PAROLA



La *prima lettura* ci riporta sulla strada della terra promessa, quando il popolo ebreo credette che fosse giunta la sua ultima ora. Attanagliato dalla sete, dubitò di Dio. Mosè, condotto dal Signore, scoprì una sorgente inaspettata. Questa fonte rimase, per lunghi secoli, il simbolo della mancanza di fiducia d'Israele nel Signore, suo alleato, che abitava in mezzo a lui.

La *seconda lettura* descrive il rinnovamento che lo Spirito porta nell'uomo. Ripieno della sua luce, il credente scopre un universo di grazia, nel quale si manifesta la gloria divina. Così può vi-

vere nella speranza. Lo Spirito è la vera sorgente della vita.

Il **Vangelo**, attraverso il racconto di una semplice conversazione attorno a un pozzo, ci mostra l'apertura progressiva della Samaritana alla fede. Sollecitando questa donna, disprezzata dai suoi compatrioti, Gesù suscita prima di tutto lo stupore. Poi, conducendola a riflettere sulla sua vita, la porta a una nuova percezione dei suoi bisogni profondi...

PRIMA LETTURA

Seduti

Dal libro dell'Esodo

(17,3-7)

In quei giorni, ³il popolo soffriva la sete per mancanza di acqua; il popolo mormorò contro Mosè e disse: «Perché ci hai fatto salire dall'Egitto per far morire di sete noi, i nostri figli e il nostro bestiame?». ⁴Allora Mosè gridò al Signore, dicendo: «Che cosa farò io per questo popolo? Ancora un poco e mi lapideranno!». ⁵Il Signore disse a Mosè: «Passa davanti al popolo e prendi con te alcuni anziani d'Israele. Prendi in mano il bastone con cui hai percosso il Nilo, e va'! ⁶Ecco, io starò davanti a te là sulla roccia, sull'Oreb; tu batterai sulla roccia: ne uscirà acqua e il popolo berrà».

Mosè fece così, sotto gli occhi degli anziani d'Israele. ⁷E chiamò quel luogo Massa e Meriba, a causa della protesta degli Israeliti e perché misero alla prova il Signore, dicendo: «Il Signore è in mezzo a noi sì o no?». Parola di Dio. **Ass. Rendiamo grazie a Dio**

SALMO RESPONSORIALE

(Sal 94)

Rit. Ascoltate oggi la voce del Signore: non indurite il vostro cuore



Venite, cantiamo al Signore, acclamiamo la roccia della nostra salvezza. Accostiamoci a lui per rendergli grazie, a lui acclamiamo con canti di gioia. **Rit.**

Entrate: prostrati, adoriamo, in ginocchio davanti al Signore che ci ha fatti. È lui il nostro Dio e noi il popolo del suo pascolo, il gregge che egli conduce. **Rit.**

Se ascoltaste oggi la sua voce! «Non indurite il cuore come a Meriba, come nel giorno di Massa nel deserto, dove mi tentarono i vostri padri: mi misero alla prova pur avendo visto le mie opere». **Rit.**

SECONDA LETTURA

Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Romani

(5,1-2.5-8)

Fratelli, ¹giustificati per fede, noi siamo in pace con Dio per mezzo del Signore nostro Gesù Cristo. ²Per mezzo di lui abbiamo anche, mediante la fede, l'accesso a questa grazia nella quale ci troviamo e ci vantiamo, saldi nella speranza della gloria di Dio. ⁵La speranza poi non delude, perché l'amore di Dio è stato riversato nei nostri cuori per mezzo dello Spirito Santo che ci è stato dato.

⁶Infatti, quando eravamo ancora deboli, nel tempo stabilito Cristo morì per gli empi. ⁷Ora, a stento qualcuno è disposto a morire per un giusto; forse qualcuno oserebbe morire per una persona buona. ⁸Ma Dio dimostra il suo amore verso di noi nel fatto che, mentre eravamo ancora peccatori, Cristo è morto per noi.

Parola di Dio. **Ass. Rendiamo grazie a Dio**

CANTO AL VANGELO

in piedi

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

Signore, tu sei veramente il salvatore del mondo; dammi dell'acqua viva, perché io non abbia più sete.

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

VANGELO

Dal Vangelo secondo Giovanni

(4,5-42)

[forma breve 4,5-15.19b-26.39a.40-42]

Ass. Gloria a te, o Signore

[In quel tempo, ⁵Gesù giunse a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: ⁶qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. ⁷Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». ⁸I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi. ⁹Allora la donna Samaritana gli dice: «Come mai tu, che sei giudeo, chiedi da bere a me, che sono una donna samaritana?». I Giudei infatti non hanno rapporti con i Samaritani.

¹⁰Gesù le risponde: «Se tu conoscessi il dono di Dio e chi è colui che ti dice: "Dammi da bere!", tu avresti chiesto a lui ed egli ti avrebbe dato acqua viva». ¹¹Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? ¹²Sei tu forse più grande del nostro padre Giacobbe, che ci diede il pozzo

e ne bevve lui con i suoi figli e il suo bestiame?». ¹³Gesù le risponde: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ¹⁴ma chi berrà dell'acqua che io gli darò, non avrà più sete in eterno. Anzi, l'acqua che io gli darò diventerà in lui una sorgente d'acqua che zampilla per la vita eterna». ¹⁵«Signore - gli dice la donna -, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua».]

¹⁶Le dice: «Va' a chiamare tuo marito e ritorna qui». ¹⁷Gli risponde la donna: «Io non ho marito». Le dice Gesù: «Hai detto bene: "Io non ho marito"». ¹⁸Infatti hai avuto cinque mariti e quello che hai ora non è tuo marito; in questo hai detto il vero».

¹⁹Gli replica la donna: «Signore, [vedo che tu sei un profeta! ²⁰I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare». ²¹Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. ²²Voi adorate ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. ²³Ma viene l'ora - ed è questa - in cui i veri adoratori adoreranno il Padre in spirito e verità: così infatti il Padre vuole che siano quelli che lo adorano. ²⁴Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità». ²⁵Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa».

²⁶Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con te».]

²⁷In quel momento giunsero i suoi discepoli e si meravigliavano che parlasse con una donna. Nessuno tuttavia disse: «Che cosa cerchi?», o: «Di che cosa parli con lei?». ²⁸La donna intanto lasciò la sua anfora, andò in città e disse alla gente: ²⁹«Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Che sia lui il Cristo?». ³⁰Uscirono dalla città e andavano da lui.

³¹Intanto i discepoli lo pregavano: «Rabbì, mangia». ³²Ma egli rispose loro: «Io ho da mangiare un cibo che voi non conoscete». ³³E i discepoli si domandavano l'un l'altro: «Qualcuno gli ha forse portato da mangiare?». ³⁴Gesù disse loro: «Il mio cibo è fare la volontà di colui che mi ha mandato e compiere la sua opera. ³⁵Voi non dite forse: ancora quattro mesi e poi viene la mietitura? Ecco, io vi dico: alzate i vostri occhi e guardate i campi che già biondeggiano per la mietitura. ³⁶Chi miete riceve il salario e raccoglie frutto

per la vita eterna, perché chi semina gioisca insieme a chi miete. ³⁷In questo infatti si dimostra vero il proverbio: uno semina e l'altro miete. ³⁸Io vi ho mandati a mietere ciò per cui non avete faticato; altri hanno faticato e voi siete subentrati nella loro fatica».

³⁹[Molti Samaritani di quella città credettero in lui] per la parola della donna, che testimoniava: «Mi ha detto tutto quello che ho fatto». ⁴⁰[E quando i Samaritani giunsero da lui, lo pregavano di rimanere da loro ed egli rimase là due giorni. ⁴¹Molti di più credettero per la sua parola ⁴²e alla donna dicevano: «Non è più per i tuoi discorsi che noi crediamo, ma perché noi stessi abbiamo udito e sappiamo che questi è veramente il salvatore del mondo».]

Parola del Signore. **Ass. Lode a te, o Cristo**

PROFESSIONE DI FEDE

in piedi

Credo in un solo Dio, Padre onnipotente, creatore del cielo e della terra, di tutte le cose visibili ed invisibili.

Credo in un solo Signore, Gesù Cristo, unigenito Figlio di Dio, nato dal Padre prima di tutti i secoli: Dio da Dio, Luce da Luce, Dio vero da Dio vero, generato, non creato, della stessa sostanza del Padre; per mezzo di Lui tutte le cose sono state create. Per noi uomini e per la nostra salvezza discese dal cielo, (*si china il capo*) e per opera dello Spirito Santo si è incarnato nel seno della Vergine Maria e si è fatto uomo. Fu crocifisso per noi sotto Ponzio Pilato, morì e fu sepolto. Il terzo giorno è risuscitato, secondo le Scritture, è salito al cielo, siede alla destra del Padre. E di nuovo verrà, nella gloria, per giudicare i vivi e i morti, e il suo regno non avrà fine.

Credo nello Spirito Santo, che è Signore e dà la vita, e procede dal Padre e dal Figlio. Con il Padre e il Figlio è adorato e glorificato, e ha parlato per mezzo dei profeti.

Credo la Chiesa, una santa cattolica e apostolica. Professo un solo battesimo per il perdono dei peccati. Aspetto la risurrezione dei morti e la vita del mondo che verrà. Amen.

PREGHIERA DEI FEDELI

Cel. Carissimi, Gesù è il Salvatore del mondo, il Messia che ha dato la sua vita per noi e che ogni giorno ci offre l'acqua della vita, il dono dello Spirito Santo.

Lettore Diciamo insieme:

**Ass. DONACI, SIGNORE,
IL TUO SPIRITO!**

1. Signore, il tuo popolo soffre per le sue stesse infedeltà e mancanze: dona alla tua Chiesa l'acqua viva che sgorga dal tuo costato. Per questo ti preghiamo.

2. Signore, il mondo ha bisogno di pace e di giustizia, di fraternità e di perdono: aiuta i reggitori dei popoli e tutti i nostri governanti a praticare la via del dialogo e il sentiero della solidarietà. Per questo ti preghiamo.

3. Signore, le nostre infedeltà ci appesantiscono: purifica i nostri cuori e rinnovaci nella potenza del tuo amore misericordioso. Per questo ti preghiamo.

4. Signore, tante persone che non ti conoscono portano nel cuore il desiderio di te, del bene, della pace: aiutaci a costruire un mondo migliore e a prenderci cura della Terra attraverso uno stile di vita più semplice e responsabile. Per questo ti preghiamo.

5. Signore siamo impotenti innanzi a malattie, povertà e ingiustizie: il tuo amore misericordioso consoli gli afflitti, guarisca i malati, sostenga gli ultimi e protegga le donne e i bambini dalla violenza. Per questo ti preghiamo.

Cel. Accogli, o Padre buono, la preghiera di questa famiglia che è in cammino verso la Pasqua: te lo chiediamo per Cristo nostro Signore.

Ass. Amen

LITURGIA EUCARISTICA



SULLE OFFERTE

in piedi

Cel. Per questo sacrificio di riconciliazione, o Padre, rimetti i nostri debiti e donaci la forza di perdonare ai nostri fratelli. Per Cristo nostro Signore.

Ass. Amen

PREFAZIO

La Samaritana

È veramente cosa buona e giusta, nostro dovere e fonte di salvezza, rendere grazie sempre e in ogni luogo a te, Signore, Padre santo, Dio onnipotente ed eterno, per Cristo Signore nostro. Egli, chiedendo alla Samaritana l'acqua da bere, già aveva suscitato in lei il dono della fede e di questa fede ebbe sete così grande da accendere in lei il fuoco del tuo amore. Per questo mistero, anche noi ti rendiamo grazie e, uniti agli angeli, proclamiamo con il canto le tue meraviglie.

PREGHIERA DEL SIGNORE

Cel. Guidati dallo Spirito di Gesù e illuminati dalla sapienza del Vangelo, osiamo dire.

Tutti: Padre nostro...

ANTIFONA ALLA COMUNIONE

«Chi beve dell'acqua che io gli darò», dice il Signore, «avrà in sé una sorgente che zampilla per la vita eterna».

DOPO LA COMUNIONE

in piedi

Cel. O Dio, che ci nutri in questa vita con il pane del cielo, pegno della tua gloria, fa' che manifestiamo nelle nostre opere la realtà presente nel sacramento che celebriamo. Per Cristo nostro Signore.

Ass. Amen

RITI DI CONCLUSIONE



ORAZIONE SUL POPOLO

Cel. Guida, o Signore, i cuori dei tuoi fedeli: nella tua bontà concedi loro la grazia di rimanere nel tuo amore e nella carità fraterna per adempiere la pienezza dei tuoi comandamenti. Per Cristo nostro Signore.

Ass. Amen

Cel. E la benedizione di Dio onnipotente, Padre e Figlio ✠ e Spirito Santo, discenda su di voi e con voi rimanga sempre.

Ass. Amen

Cel. Nel nome del Signore, andate in pace.

Ass. Rendiamo grazie a Dio

Attualizzare la Parola

Oggi il Signore Gesù ci chiede di ascoltare la sua Parola e di riconoscerlo vivo in mezzo a noi, soprattutto nel pane che mangiamo. Lasciamoci illuminare dal Vangelo, dalla luce che viene dallo Spirito Santo appena invocato. La sete del bene che ci portiamo dentro è dono del Signore, dono di grazia.

Meditazione

«Com'è diverso Dio da come a volte lo abbiamo immaginato noi: è un Dio che si perde negli incontri! Così strano per noi che abbiamo teorizzato l'essere impassibili, misurati, programmati. E la donna si apre. Sente che non c'è un giudizio, quel giudizio che si era sentita addosso come un vestito per tutti quegli anni, lei che in precedenza di mariti ne aveva avuti cinque. E mette a nudo la sua sete, che era quella di incontrare uno - un uomo di Dio - per il quale il fatto dei cinque mariti non fosse un pregiudizio. Agli occhi di quel profeta - lo sente! - lei conta di più. Più di tutti i suoi smarrimenti. E anche lei dimentica la brocca. Dimentica la sete. "Chissà! - pensa - sarà questo il Messia?". Si è trovata, dentro, un'altra sete, che aveva ingenuamente pensato di spegnere con una serie di pillole preconfezionate» (Angelo Casati).