

IN CAMMINO VERSO LA PASQUA

8 MARZO 2026 – TERZA DOMENICA DI QUARESIMA

N.B. In questa domenica, alle ore 9.00 a Follina, si tiene l'incontro di formazione per tutti gli operatori Caritas



DAL VANGELO SECONDO GIOVANNI

In quel tempo, Gesù giunse a una città della Samaria chiamata Sicar, vicina al terreno che Giacobbe aveva dato a Giuseppe suo figlio: qui c'era un pozzo di Giacobbe. Gesù dunque, affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo. Era circa mezzogiorno. Giunge una donna samaritana ad attingere acqua. Le dice Gesù: «Dammi da bere». I suoi discepoli erano andati in città a fare provvista di cibi. Allora 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. Gesù 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». Gli dice la donna: «Signore, non hai un secchio e il pozzo è profondo; da dove prendi dunque quest'acqua viva? Sei 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?». Gesù le risponde: «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete; ma 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». «Signore - gli dice la donna -, dammi quest'acqua, perché io non abbia più sete e non continui a venire qui ad attingere acqua. Vedo che tu sei un profeta! I nostri padri hanno adorato su questo monte; voi invece dite che è a Gerusalemme il luogo in cui bisogna adorare». Gesù le dice: «Credimi, donna, viene l'ora in cui né su questo monte né a Gerusalemme adorerete il Padre. Voi adorate ciò che non conoscete, noi adoriamo ciò che conosciamo, perché la salvezza viene dai Giudei. Ma 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. Dio è spirito, e quelli che lo adorano devono adorare in spirito e verità». Gli rispose la donna: «So che deve venire il Messia, chiamato Cristo: quando egli verrà, ci annuncerà ogni cosa». Le dice Gesù: «Sono io, che parlo con te».

Molti Samaritani di quella città credettero in lui. E quando giunsero da lui, lo pregavano di rimanere da loro ed egli rimase là due giorni. Molti di più credettero per la sua parola e 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».

Per aprire il cuore all'ascolto della Parola di Dio

- Il pozzo è da sempre una “soglia” di sosta e di incontro, ma anche un luogo vitale, come vitale è l’acqua che da lì viene attinta. Gesù, affaticato, si siede al pozzo di Sicar a mezzogiorno: l’ora è insolita. **È l’ora in cui fa più caldo, è l’ora della prova, della fatica del cammino.** E proprio perché insolita quella è anche l’ora in cui la donna samaritana viene al pozzo: proprio per non rischiare di trovare altra gente che possa giudicarla o parlare mai di lei, vista la sua condotta morale un po’ sopra le righe (“Ho avuto cinque mariti e quello con cui sto adesso non è mio marito”). Eppure **quel giorno per la samaritana avviene un incontro, perché ha potuto incontrare Gesù nell’ora più insolita** e, stando in dialogo con lui, **ha potuto scendere nel pozzo profondo della sua interiorità e dei suoi desideri più autentici.**

Anche per noi la Quaresima può diventare il tempo della sosta, dell’incontro con Gesù, in cui sperimentare l’acqua vitale che è la sua Parola, e con essa andare in profondità nel “pozzo” del nostro cuore e ascoltare i nostri desideri più veri, e quelli di tutta l’umanità in questo momento segnato ancora da ferite e violenza.

- Il riconoscimento dell’identità di Gesù da parte della donna samaritana non avviene in modo istantaneo: avviene solamente nel dialogo con lui, e in modo progressivo. Dapprima lo riconosce come uomo, poi come profeta, infine come Messia, il Figlio di Dio. E, d’altra parte, questo percorso di conoscenza graduale è reso possibile solo dal fatto che anche Gesù non si ferma a giudicare l’esteriorità di quella donna; non si ferma cioè a un giudizio sulla sua vita morale, ma la ascolta, le parla, valorizza la relazione con lei. È questo che suscita nella donna una vera e propria scelta di fede in Gesù.

Anche per noi la Quaresima può propiziare un incontro con Cristo, riconoscendolo nella comunità che celebra, nel cuore che prega, nel fratello che incontriamo. E restando dentro a questo incontro con il Signore, anche noi possiamo gustare la bellezza di un dialogo con lui che diventa via via sempre più intimo, al punto da coinvolgerci pienamente. Non ci sentiamo giudicati per le nostre incoerenze e fragilità. Ci sentiamo semplicemente “a casa”, chiamati a riscoprire, sotto la dura scorza dei nostri peccati, la dignità battesimale che abbiamo ricevuto e che non verrà mai meno.

- Dopo l’incontro con Gesù che le ha toccato il cuore, la donna diventa missionaria: lascia la giara al pozzo (ha smesso di cercare l’acqua che disseta il corpo, perché ha trovato la fonte d’acqua viva che zampilla per la vita eterna!) per annunciare Gesù ai samaritani, propiziando a sua volta il loro incontro con il Cristo. **Sentire la freschezza dissetante del Vangelo spinge a mettere in movimento la propria vita: non si può stare immobili** – esteriormente, certo, ma soprattutto interiormente – dopo avere incontrato il Signore Gesù.

Anche per noi la Quaresima può diventare il tempo in cui riscoprire la vitalità della nostra fede, il coraggio della nostra testimonianza, la gioia di chi annuncia una speranza anche in un mondo segnato da lotte, divisioni e guerre, ma che rimane pur sempre nella logica escatologica del compimento del Regno di Dio.

Per rileggere il nostro servizio in Caritas

- C’è un mondo di dolore dentro il cuore della donna samaritana, che si intuisce dal suo desiderio di non voler incontrare nessuno (va al pozzo nell’ora più calda), dalla polemica con Gesù (“Come mai tu chiedi da bere a me?”), da una faticosa appartenenza a un culto e a una cultura (“Voi dite che è Gerusalemme il luogo in cui invocare Dio”). **Quante volte capita anche a noi di incontrare persone cariche di dolore e di ferite! E quante volte le ferite altrui ci rimandano alle nostre stesse ferite!** La povertà richiama la povertà: e non si tratta sempre di una povertà economica, ma di una povertà ad ampio raggio: morale, culturale, spirituale, relazionale, cognitiva. **La Parola di Gesù è terapeutica per la Samaritana: guarisce lo spirito, e rende disponibile a un nuovo percorso di integrazione e di accoglienza** (torna al villaggio per annunciare

a tutti l'incontro con Cristo). Ma **frequentare Gesù è terapeutico anche per noi operatori della carità**: ci insegna a guardare con misericordia anche alle nostre povertà.

Come posso essere “balsamo terapeutico” per le ferite altrui? E di quale guarigione ho bisogno anch'io?

- **La carità ha bisogno di nutrirsi dell'assenza del giudizio: Gesù non giudica, semplicemente offre. Offre ascolto, dialogo, comprensione.** Offre quell'acqua viva che è dono dello Spirito Santo, che viene effuso grazie alla sua Pasqua. **Offre sé stesso per dissetare la sete di senso più profonda.** Certo, tutto ciò richiede a Gesù di **“perdere del tempo”** con quella donna: come in ogni relazione, c'è bisogno di una lenta maturazione.

So “perdere tempo” per gli altri? Li so davvero ascoltare? So fare spazio nel mio cuore, sgombrandolo dal pregiudizio? Di cosa invece avrei bisogno di liberarmi, per essere un buon conduttore di “acqua viva che zampilla per la vita eterna”?

Dal Messaggio di papa Leone XIV per la Quaresima 2026 – “DIGIUNARE”

[...] Se la Quaresima è tempo di ascolto, **il digiuno costituisce una pratica concreta che dispone all'accoglienza della Parola di Dio.** L'astensione dal cibo, infatti, è un esercizio ascetico antichissimo e insostituibile nel cammino di conversione. **Proprio perché coinvolge il corpo, rende più evidente ciò di cui abbiamo “fame” e ciò che riteniamo essenziale per il nostro sostentamento.** Serve quindi a discernere e ordinare gli “appetiti”, a mantenere vigile la fame e la sete di giustizia, sottraendola alla rassegnazione, istruendola perché si faccia preghiera e responsabilità verso il prossimo.

[...] Tuttavia, affinché il digiuno conservi la sua verità evangelica e rifugga dalla tentazione di inorgoglire il cuore, dev'essere sempre vissuto nella fede e nell'umiltà. **Esso domanda di restare radicato nella comunione con il Signore, perché «non digiuna veramente chi non sa nutrirsi della Parola di Dio».** In quanto segno visibile del nostro impegno interiore di sottrarci, con il sostegno della grazia, al peccato e al male, il digiuno deve includere anche altre forme di privazione volte a farci acquisire uno stile di vita più sobrio, poiché «solo l'austerità rende forte e autentica la vita cristiana».

Vorrei per questo invitarvi a una forma di astensione molto concreta e spesso poco apprezzata, cioè quella dalle parole che percuotono e feriscono il nostro prossimo. Cominciamo a disarmare il linguaggio, rinunciando alle parole taglienti, al giudizio immediato, al parlar male di chi è assente e non può difendersi, alle calunnie. Sforziamoci invece di imparare a **misurare le parole e a coltivare la gentilezza**: in famiglia, tra gli amici, nei luoghi di lavoro, nei social media, nei dibattiti politici, nei mezzi di comunicazione, nelle comunità cristiane. Allora tante parole di odio lasceranno il posto a parole di speranza e di pace. [...]

RACCOLTA FONDI: INSIEME PER SMIRNE

Durante questo tempo di Quaresima vogliamo sostenere la Caritas di Smirne (Izmir) in Turchia nel servizio quotidiano a favore dei poveri e dei migranti che dal Medio Oriente tentano di cercare un futuro in Europa verso la via dei Balcani e del Mar Mediterraneo.

PER LA DONAZIONE

Si possono consegnare le offerte direttamente presso gli uffici della Caritas diocesana di Vittorio Veneto. Oppure tramite bonifico a:

FONDAZIONE CARITAS VITTORIO VENETO ONLUS

Iban: **IT 30 L 02008 62196 000104583709**

Causale: **Insieme per Smirne**