

## La vita nuova, in abbondanza (Giovanni 4,5-42)

In questa terza domenica di Quaresima ascoltiamo le parole di Gesù, rivolte ad una donna di Samaria. Gesù è «**affaticato per il viaggio, sedeva presso il pozzo**» e chiede da bere alla samaritana, ma davanti alla sua reazione meravigliata coglie l'occasione per annunciare **la salvezza e la vita eterna**, usando il simbolo dell'acqua viva: «**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**».

È straordinario il modo in cui Gesù riesce ad **aprire alla fede il cuore di quella donna**. «Acqua viva» è l'immagine che Gesù ha scelto, per annunciare la **vita nuova** che lui è venuto a portarci, una vita come figli di Dio.

In tanti altri modi il Signore ha poi continuato ad aprire la nostra mente ed il nostro cuore a questa stessa realtà:

- «**Se uno mi ama, osserverà la mia parola e il Padre mio lo amerà e noi verremo a lui e prenderemo dimora presso di lui**» (Giov. 14,23). È la nostra **relazione d'amore** con Gesù, che **ci fa nascere ad una vita nuova** in Dio e addirittura Dio viene ad abitare con noi.
- L'identico messaggio, ci viene dato con l'immagine **della vite e dei tralci**: «**Rimanete in me e io in voi. Come il tralcio non può portare frutto da se stesso se non rimane nella vite, così neanche voi se non rimanete in me ... chi rimane in me, e io in lui, porta molto frutto**».
- Lo stesso annuncio, viene fatto da Gesù a Nicodemo, nel famoso dialogo notturno: «**In verità, in verità io ti dico, se uno non nasce da acqua e Spirito, non può entrare nel regno di Dio ... Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna**» (Giov. cap. 3).
- La **vita nuova** che Gesù ci dona è una vita eterna, che la morte non può interrompere, una vita da figli di Dio, come Giovanni proclama nel Prologo, all'inizio del suo Vangelo: «**A quanti però lo hanno accolto ha dato il potere di diventare figli di Dio: a quelli che credono nel suo nome**» (Giov. 1,12).

È questo che Gesù mette al centro del suo dialogo con la samaritana e lei, a sua volta, diventa subito annunciatrice e testimone. Anche noi siamo chiamati a non tenere i doni di Dio chiusi nel nostro cuore, ma siamo chiamati a donarli, a testimoniare la nostra fede. Una **vita nuova** che rinnova il nostro rapporto con il Padre e rinnova il nostro pregare: «**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**».

Cristo si contrappone al culto collegato ad un luogo, sia esso il santuario sul monte Garizim o il tempio a Gerusalemme. Ci propone il culto in «**spirito e verità**», che non ha niente di «spiritualistico» o di «intimistico», ma è collegato alla concretezza della nostra vita ed al tempo stesso è universale. Come figli di Dio ci presentiamo al Padre con quello che viviamo, così come siamo, con tutta **la fede, la fiducia** in Colui che da sempre ci ama ed è venuto a dare a tutti **la vita in abbondanza**: «**Io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza**» (Giov. 10,10).

### III DOMENICA DI QUARESIMA (ANNO A)

Grado della Celebrazione: DOMENICA  
Colore liturgico: Viola

### **Antifona d'ingresso**

“Quando manifesterò 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)

### **Colletta**

Dio misericordioso, fonte di ogni bene,  
tu ci hai proposto a rimedio del peccato  
il digiuno, la preghiera e le opere di carità fraterna;  
guarda a noi che riconosciamo la nostra miseria  
e, poiché ci opprime il peso delle nostre colpe,  
ci sollevi la tua misericordia.  
Per il nostro Signore Gesù Cristo...

### **PRIMA LETTURA** (*Es 17,3-7*)

*Dacci acqua da bere.*

Dal libro dell'Esodo

In quei giorni, il 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?». Allora Mosè gridò al Signore, dicendo: «Che cosa farò io per questo popolo? Ancora un poco e mi lapideranno!».

Il 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'! Ecco, 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. E 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

### **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.

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.

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».

### **SECONDA LETTURA** (*Rm 5,1-2.5-8*)

*L'amore di Dio è stato riversato nei nostri cuori per mezzo dello Spirito che ci è stato dato.*

Dalla lettera di san Paolo apostolo ai Romani

Fratelli, giustificati per fede, noi siamo in pace con Dio per mezzo del Signore nostro Gesù Cristo. Per 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.

La 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.

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

Parola di Dio

### **Canto al Vangelo** (Gv 4,42.15)

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** (Gv 4,5-42)

*Sorgente di acqua che zampilla per la vita eterna.*

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

Gli replica la donna: «Signore, 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 adorarete 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».

In 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?». La donna intanto lasciò la sua anfora, andò in città e disse alla gente: «Venite a vedere un uomo che mi ha detto tutto quello che ho fatto. Che sia lui il Cristo?». Uscirono dalla città e andavano da lui.

Intanto i discepoli lo pregavano: «Rabbi, mangia». Ma egli rispose loro: «Io ho da mangiare un cibo che voi non conoscete». E i discepoli si domandavano l'un l'altro: «Qualcuno gli ha forse portato da mangiare?». Gesù disse loro: «Il mio cibo è fare la volontà di colui che mi ha mandato e compiere la sua opera. Voi 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. Chi miete riceve il salario e raccoglie frutto per la vita eterna, perché chi semina gioisca insieme a chi miete. In questo infatti si dimostra vero il proverbio: uno semina e l'altro miete. Io vi ho mandati a mietere ciò per cui non avete faticato; altri hanno faticato e voi siete subentrati nella loro fatica».

Molti Samaritani di quella città credettero in lui per la parola della donna, che testimoniava: «Mi ha detto tutto quello che ho fatto». E quando i Samaritani 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».

Parola del Signore.

Forma breve: Gv 4, 5-15.19b-26.39a.40-42

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».

Parola del Signore

### **Preghiera dei fedeli**

Fratelli e sorelle, preghiamo il Padre affinché colmi la sete di verità e di amore che anima il nostro cuore, donandoci lo Spirito di Cristo che sostiene la nostra speranza nel suo amore infinito.

Preghiamo dicendo: Ascoltaci Signore.

1. Perché la Chiesa sappia parlare al cuore di ogni uomo, risvegliando in ciascuno il desiderio di Dio e placando la sua sete con la parola del Vangelo, preghiamo.

2. Per coloro che attingono alle fonti inquinate del peccato, perché sorga in loro la fede di Cristo e il desiderio di una conversione che li trasformi in uomini nuovi, preghiamo.

3. Perché coloro che sono emarginati e oppressi trovino nella solidarietà dei cristiani la speranza di un mondo di giustizia e di pace, preghiamo.

4. Per i sapienti e i dotti, perché assumano un atteggiamento di umiltà, riconoscendo in Cristo la vera guida verso la salvezza e l'acqua viva che disseta ogni sete di senso, preghiamo.

5. Per noi, perché ricevendo il dono di questa Eucaristia, sappiamo essere cristiani autentici e testimoni credibili dell'amore di Dio per ogni uomo, preghiamo.

Esaudisci o Padre le nostre preghiere e fa' che, in questa Eucaristia, come la samaritana al pozzo di Sicar possiamo godere dell'acqua viva che spegne ogni sete e che zampilla per la vita eterna. Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore.

### **Preghiera sulle offerte**

Per questo sacrificio di riconciliazione

perdona, o Padre, i nostri debiti

e donaci la forza di perdonare ai nostri fratelli.

Per Cristo nostro Signore.

PREFAZIO

La Samaritana e l'acqua viva.

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 nostro Signore.  
Egli chiese alla Samaritana l'acqua da bere,  
per farle il grande dono della fede,  
e di questa fede ebbe sete così ardente  
da accendere in lei la fiamma del tuo amore.  
E noi ti lodiamo e ti rendiamo grazie  
e, uniti agli angeli,  
celebriamo la tua gloria: Santo...

#### **Antifona di comunione**

"Chi beve dell'acqua che io gli darò",  
dice il Signore,  
"avrà in sé una sorgente che zampilla  
fino alla vita eterna". (Gv 4,13-14)

#### **Preghiera dopo la comunione**

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.

#### **Commento**

*La conversazione di Gesù con la Samaritana si svolge sul tema dell'"acqua viva". Quest'acqua è indispensabile alla vita, e non è sorprendente che, nelle regioni del Medio Oriente dove regna la siccità, essa sia semplicemente il simbolo della vita e, anche, della salvezza dell'uomo in un senso più generale.*

*Questa vita, questa salvezza, si possono ricevere solo aprendosi per accogliere il dono di Dio. È questa la convinzione dell'antico Israele come della giovane comunità cristiana. E l'autore dei Salmi parla così al suo Dio: "È in te la sorgente della vita" (Sal 036,10). Ecco la sua professione di fede: "Come la cerva anela ai corsi d'acqua, così l'anima mia anela a te, o Dio" (Sal 042,2). La salvezza che Dio porta viene espressa con l'immagine della sorgente che zampilla sotto l'entrata del tempio e diventa un grande fiume che trasforma in giardino il deserto della Giudea e fa del mar Morto un mare pieno di vita (Ez 47,1-12). Gesù vuole offrire a noi uomini questa salvezza e questa vita. Per calmare definitivamente la nostra sete di vita e di salvezza. "Io, sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza" (Gv 10,10).*