



Gesù ci chiama alla **conversione**: sa che ci può capitare di mancare il bersaglio, di imboccare una strada sbagliata... ma quando ce ne accorgiamo dobbiamo fare una bella *inversione a U* e tornare sui nostri passi.

La conversione che Gesù ci chiede riguarda però anzitutto il nostro cuore! È la **conversione del cuore**. Dobbiamo cambiare il nostro modo di vivere, cercando di amare Lui sopra ogni cosa!



LA PENITENZA



Questa conversione si può operare con la **penitenza**, che non è una *punizione*, ma è un allenamento per divenire sempre più amici di Gesù. La penitenza è soprattutto interiore, è la dinamica del cambiare il nostro cuore.

Gesù ci indica tre forme di penitenza, che ci aiutano a mettere ordine con **noi stessi**, con **l'altro** e con **Dio**:

DIGIUNO



No capricci!

Rinunciare a qualche cibo che ci piace, o mangiare qualcosa che non ci piace



ELEMOSINA



Donare!

Dare ad altri, senza interessi, qualcosa di mio (es. il tempo)



PREGHIERA



Stare con Lui!

Dedicare a Gesù un po' del mio tempo (magari la sera...)

