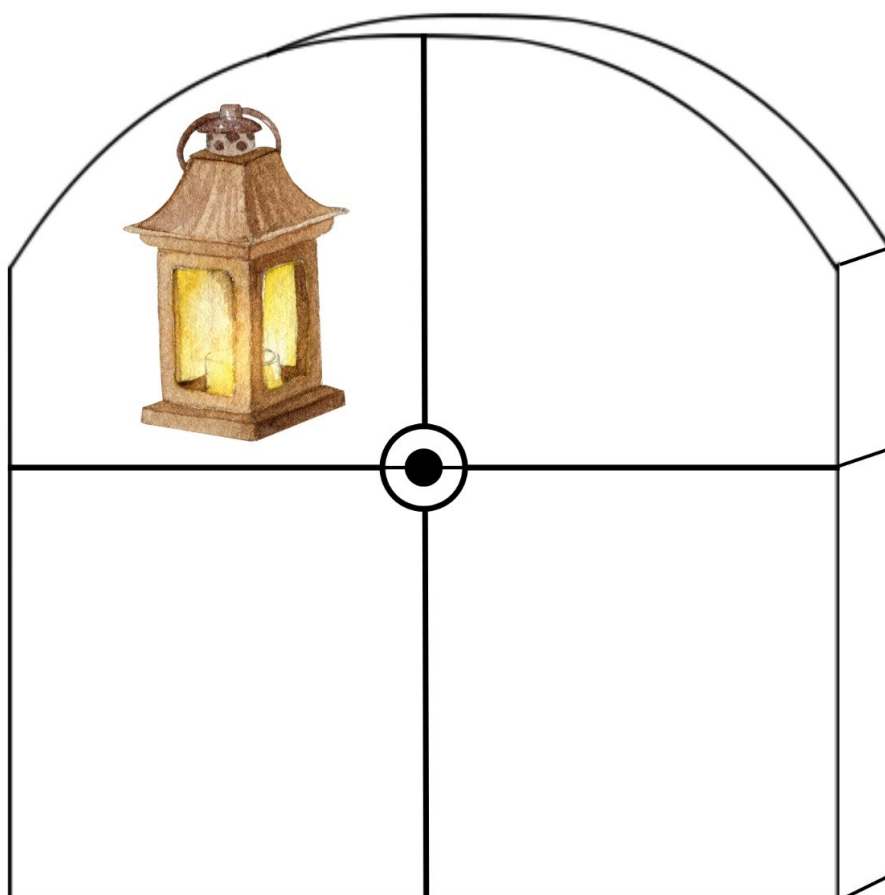




Diocesi MASSA CARRARA-PONTREMOLI
Ufficio EVANGELIZZAZIONE E CATECHESI

Prima Veglia di Avvento

PRIMA SETTIMANA 25 novembre – 1 dicembre



VEGLIAMO

Carissimi amici ed amiche,

tenuto conto che il prossimo dicembre, subito dopo Natale, prenderà l'avvio l'anno giubilare "Pellegrini di Speranza"

La Speranza sarà il tema centrale del prossimo Giubileo e come dice Papa Francesco nella bolla di indizione *Spes Non Confundit* "Tutti sperano. Nel cuore di ogni persona è racchiusa la speranza come desiderio e attesa del bene, pur non sapendo che cosa il domani porterà con sé. L'imprevedibilità del futuro, tuttavia, fa sorgere sentimenti a volte contrapposti: dalla fiducia al timore, dalla serenità allo sconforto, dalla certezza al dubbio."

E in un altro punto dice ancora "Nell'epoca di internet, inoltre, dove lo spazio e il tempo sono soppiantati dal "qui ed ora", la pazienza non è di casa. Se fossimo ancora capaci di guardare con stupore al creato, potremmo comprendere quanto decisiva sia la pazienza."

*Proprio a sottolineare questo cammino le commissioni dell'Ufficio Evangelizzazione e Catechesi che si occupano della Catechesi Adulti, dello 0-6 anni e dell'Inclusione, propongono un itinerario composto da 4 **veglie di preghiera** per gli adulti delle parrocchie della nostra diocesi.*

*Il titolo del percorso scelto per questo Avvento sarà **"PREPARIAMOCI AD ESSERE PELLEGRINI DI SPERANZA"**.*

I temi delle singole veglie sono gli stessi di quelli proposti per questo tempo per i bambini e i ragazzi dell'Iniziazione Cristiana.

Inoltre per sottolineare il tema, proponiamo per ogni veglia un segno che verrà posto davanti all'altare.

NUMERO	PERIODO	TEMA DELLA VEGLIA	SEGNO
1° VEGLIA	25 nov. – 1 dic.	VEGLIAMO	LANTERNA
2° VEGLIA	2 – 8 dicembre	FIDIAMOCI	MAGNIFICAT o CORONA del ROSARIO
3° VEGLIA	9 – 15 dicembre	GIOIAMO	PIANTA FIORITA
4° VEGLIA	16 – 22 dicembre	ANDIAMO	SANDALI

Questa proposta vuole essere un semplice percorso di preghiera e riflessione per giungere più consapevolmente alla celebrazione del Natale e del grande evento del Giubileo.

Indicazioni per tutte le veglie:

- Tutte le veglie inizieranno con la consegna all'ingresso di un segno che faccia sentire le persone accolte, grani di incenso profumato (o bastoncini)
- Ai piedi dell'altare sarà posto ad ogni veglia il segno scelto per sottolineare il tema [ogni settimana si aggiungeranno, in progressione, gli altri segni]
- Durante la veglia i partecipanti saranno invitati ad andare verso l'altare e mettere il proprio grano di incenso (o bastoncino) ed esprimere a voce alta o nel proprio cuore una preghiera

La **struttura delle veglie** è molto semplice:

- All'entrata accoglienza e consegna dei grani di incenso profumato (o bastoncini) a tutti i partecipanti
- Canto d'ingresso
- Introduzione al tema di quella specifica veglia (segno da porre ai piedi dell'altare)
- Invocazione allo Spirito Santo
- Lettura del brano del Vangelo della domenica di riferimento.
- Canone per aiutare l'interiorizzazione
- Momento di riflessione guidata sul tema della veglia intervallata da domande e momenti di silenzio [i brani saranno tratti da riflessioni, omelie di Papa Francesco]
- I presenti si recano presso l'altare con il proprio bastoncino o grano di incenso ponendolo in un contenitore appositamente predisposto e dopo averlo acceso faranno una preghiera spontanea ad alta voce o interiore
- Preghiera del Padre Nostro
- Preghiera finale [del Giubileo]
- Canto finale

Come sempre all'interno delle veglie saranno indicati dei canti o dei canoni, ma ogni comunità è libera di scegliere i canti che più pensa adatti al momento.

Questa proposta vuole semplicemente essere uno strumento a servizio delle parrocchie affinché questo tempo di Avvento sia un cammino che ci conduce verso la maturità del nostro essere cristiani, autentici "pellegrini di speranza", senza la pretesa di stravolgere consuetudini già consolidate.

All'entrata due persone accolgono i partecipanti e consegnano a ciascuno un grano di incenso profumato (o bastoncino).

Vicino all'altare, ben visibile ci sarà un contenitore appositamente predisposto per accogliere i grani di incenso (o bastoncini) che i partecipanti, durante la veglia, andranno a deporre.

CANTO: I cieli narrano

**I cieli narrano la Gloria di Dio
e il firmamento annunzia l'opera Sua
Alleluja, alleluja, alleluja, alleluja**

*Il giorno al giorno ne affida il messaggio,
la notte alla notte ne trasmette notizia,
non è linguaggio, non sono parole
di cui non si oda il suono. **RIT.***

*Là pose una tenda per il sole che sorge,
è come uno sposo dalla stanza nuziale,
esulta come un prode che corre
con gioia la sua strada. **RIT.***

*Lui sorge dall'ultimo estremo del cielo
e la sua corsa l'altro estremo raggiunge.
Nessuna delle creature potrà
mai sottrarsi al Suo calore. **RIT.***

*La legge di Dio rinfranca l'anima mia,
la testimonianza del Signore è verace,
gioisce il cuore ai Suoi giusti precetti
che danno la luce agli occhi. **RIT.***

INTRODUZIONE AL TEMA

Mentre viene letta l'introduzione al tema viene portato ai piedi dell'altare il segno scelto per questa veglia, una lanterna.

L'Avvento è alle porte e la liturgia del tempo, preparandoci al Natale, rievoca la lunga attesa del Salvatore, meditando le profezie dell'Antico Testamento; invita a dedicare attenzione al Suo ritorno glorioso, alla fine dei tempi; e ricorda anche la venuta del Signore, al termine della nostra vita, quando saremo giudicati per le opere che consapevolmente abbiamo compiuto.

In queste quattro settimane, dunque, siamo chiamati a rinnovare piena adesione a Cristo, vita e salvezza del mondo: "...non esiste sotto il cielo altro nome dato agli uomini per mezzo dei quali noi possiamo essere salvì".

Ma l'Avvento è anche il tempo della "speranza che non delude".

Questa fiamma di speranza, che disperde le tentazioni, le seduzioni e soprattutto le illusioni, sostenuta dalla preghiera, è forza per un nuovo risveglio, è stella polare che orienta a Cristo, è l'occasione per renderci conto che il "fatto cristiano" non è marginale, ma essenziale per la nostra vita.

Rinnoviamo allora il desiderio di "migliorarci" e non passiamo invano questo tempo speciale rimanendo passivi, chiusi in noi stessi; sia, invece, guidati dall'azione dello Spirito, opportunità di riflessione e di purificazione, ma anche di gioia e di entusiasmo per il nostro impegno.

Il Vangelo che stasera ci accompagnerà va proprio in questa direzione: l'evangelista Luca ci mette in guardia dai pericoli delle sollecitazioni terrene, ci invita ad essere vigili, ci sprona a ricercare e a testimoniare con gioia Gesù, Figlio di Dio, nostra unica speranza.

Papa Francesco, inoltre, ci suggerisce che "... è opportuno aprire il nostro cuore per farci domande concrete su come e per chi spendiamo la nostra vita...", e aggiunge "... allargate la mente ed il cuore per aprirvi al desiderio di un mondo nuovo..."; un mondo dove non ci siamo più popoli martoriati dalla guerra, dalla fame, dall'ingiustizia; un mondo dove carità e amore rendono vivo ed attuale il Vangelo.

INVOCAZIONE ALLO SPIRITO SANTO

Per entrare in clima di preghiera bisogna prima di tutto svuotarsi: dimenticare cioè tutti quei pensieri in più, quelle preoccupazioni, fare silenzio, molto silenzio, perché è nel silenzio che si riesce ad ascoltare chiaramente la Sua voce.

Vi sono dei momenti Signore, in cui si spengono i rumori, in cui cessano le parole, in cui rimane solo la voce del silenzio, che è la Tua voce, Signore.

È l'ora in cui mi attendi; è l'ora in cui mi chiami; è l'ora in cui mi parli, in cui fai risuonare nel mio intimo il Tuo messaggio.

Quello che, nel rumore troppo intenso non sono riuscito a sentire, Tu lo dici

ora e Ti fai comprendere.

Che il tempo del silenzio e del raccoglimento mi colmi di Te.

Che il mio silenzio sia accoglienza alla Tua parola, accoglienza alla Tua presenza.

Che possa diventare un'espressione d'amore, dell'amore che tace.

Signore, questo tempo di preghiera sia davvero un'occasione per conoscerTi sempre più e giungere così alla contemplazione del Tuo volto.

PREGHIERA ALLO SPIRITO SANTO

Invochiamo insieme lo Spirito Santo perché apra la nostra mente alla comprensione della Parola di Dio e ci introduca in un clima di preghiera.

 **CANTO: *Vieni, vieni Spirito d'amore***

**RIT. Vieni, vieni, Spirito d'amore,
ad insegnar le cose di Dio.
Vieni, vieni, Spirito di pace,
a suggerir le cose che Lui ha detto a noi.**

*Noi t'invochiamo, Spirito di Cristo,
vieni Tu dentro di noi.
Cambia i nostri occhi, fa che noi vediamo
la bontà di Dio per noi. **RIT.***

*Vieni o Spirito dai quattro venti
e soffia su chi non ha vita.
Vieni o Spirito, soffia su di noi
perché anche noi riviviamo. **RIT.***

*Insegnaci a sperare, insegnaci ad amare.
Insegnaci a lodare Iddio.
Insegnaci a pregare, insegnaci la via.
Insegnaci Tu l'unità. **RIT.***

Tutti insieme:

O Dio, che penetri gli abissi e risvegli la vita:
infondi in me la forza per vegliare.

Vieni o Spirito Santo,
Tu che accendi lo stupore degli occhi,
ravviva in me la Speranza.

Donami un cuore che sappia vegliare aiutato dalla preghiera
vegliare nella serenità e consapevolezza
di essere Tuo figlio.

IN ASCOLTO DELLA PAROLA DEL VANGELO: Lc 21,25-28.34-36

²⁵*Vi saranno segni nel sole, nella luna e nelle stelle, e sulla terra angoscia di popoli in ansia per il fragore del mare e dei flutti, ²⁶mentre gli uomini moriranno per la paura e per l'attesa di ciò che dovrà accadere sulla terra. Le potenze dei cieli infatti saranno sconvolte. ²⁷Allora vedranno il Figlio dell'uomo venire su una nube con grande potenza e gloria. ²⁸Quando cominceranno ad accadere queste cose, risollevatevi e alzate il capo, perché la vostra liberazione è vicina».*

³⁴*State attenti a voi stessi, che i vostri cuori non si appesantiscano in dissipazioni, ubriachezze e affanni della vita e che quel giorno non vi piombi addosso all'improvviso; ³⁵come un laccio infatti esso si abatterà sopra tutti coloro che abitano sulla faccia di tutta la terra. ³⁶Vegliate in ogni momento pregando, perché abbiate la forza di sfuggire a tutto ciò che sta per accadere e di comparire davanti al Figlio dell'uomo».*

Al termine si prega cantando un canone per aiutare l'interiorizzazione della Parola

** CANONE: *Beati quelli che ascoltano la Parola di Dio
e la vivono ogni giorno***

RIFLESSIONE GUIDATA

Papa Francesco in questo inizio di Avvento ci invita ad alzare lo sguardo e ad aprire il cuore per accogliere Gesù: “siamo chiamati a uscire da un modo di vivere rassegnato e abitudinario e ad uscire alimentando speranze, alimentando sogni per un futuro nuovo. Il Vangelo della prima domenica d'Avvento infatti va proprio in tale direzione e ci mette in guardia dal lasciarci opprimere da uno stile di vita egocentrico o dai ritmi convulsi delle giornate.”

Risuonano particolarmente incisive le parole di Gesù: «State attenti a voi stessi, che i vostri cuori non si appesantiscano in dissipazioni, ubriachezze e affanni della vita e che quel giorno non vi piombi addosso all'improvviso. [...] Vegliate in ogni momento pregando» (vv. 34.36).

BREVE PAUSA DI SILENZIO (*musica di sottofondo*)

Quante volte mi lascio sopraffare dagli affanni della vita non riuscendo ad alzare lo sguardo?

Ho provato ad immergermi nella preghiera confidando in Dio fedele e misericordioso?

SILENZIO PER LA RIFLESSIONE (*musica di sottofondo*)

Stare svegli e pregare.

Il sonno interiore nasce dal girare sempre attorno a noi stessi e dal restare bloccati nel chiuso della propria vita coi suoi problemi, le sue gioie e i suoi dolori, ma sempre girare intorno a noi stessi.

E questo stanca, questo annoia, questo chiude alla speranza.

Si trova qui la radice del torpore e della pigrizia di cui parla il Vangelo.

L'Avvento ci invita a un impegno di vigilanza guardando fuori da noi stessi, allargando la mente e il cuore per aprirci alle necessità della gente, dei fratelli, al desiderio di un mondo nuovo.

È il desiderio di tanti popoli martoriati dalla fame, dall'ingiustizia, dalla guerra; è il desiderio dei poveri, dei deboli, degli abbandonati.

BREVE PAUSA DI SILENZIO (*musica di sottofondo*)

«Risollevatevi e alzate il capo, perché la vostra liberazione è vicina» (v. 28), ammonisce il Vangelo di Luca. Si tratta di alzarsi e pregare, rivolgendo i nostri pensieri e il nostro cuore a Gesù che sta per venire.

Ci si alza quando si attende qualcosa o qualcuno.

Noi attendiamo Gesù, Lo vogliamo attendere nella preghiera, che è strettamente legata alla vigilanza.

Pregare, attendere Gesù, aprirsi agli altri, essere svegli, non chiusi in noi stessi.

BREVE PAUSA DI SILENZIO (musica di sottofondo)

Nella preghiera il mio cuore si mette in comunione con Dio aprendosi ai fratelli con i loro bisogni e fragilità oppure al centro ci sono io con le mie richieste ?

L'attesa del Natale è per me un tempo di vigilanza o lo vivo in un clima di consumismo dove la più grande preoccupazione è cosa comprare ?

SILENZIO PER LA RIFLESSIONE (musica di sottofondo)

Ma qual è l'orizzonte della nostra attesa orante?

Ce lo indicano nella Bibbia soprattutto le voci dei profeti.

Oggi è quella di Geremia, che parla al popolo duramente provato dall'esilio e che rischia di smarrire la propria identità.

Anche noi cristiani, che pure siamo popolo di Dio, rischiamo di mondanizzarci e di perdere la nostra identità, anzi, di "paganizzare" lo stile cristiano.

Perciò abbiamo bisogno della Parola di Dio che attraverso il profeta ci annuncia: «Ecco, verranno giorni nei quali io realizzerò le promesse di bene che ho fatto [...]. Farò germogliare per Davide un germoglio giusto, che eserciterà il giudizio e la giustizia sulla terra» (33,14-15).

E quel germoglio giusto è Gesù, è Gesù che viene e che noi attendiamo.

BREVE PAUSA DI SILENZIO (musica di sottofondo)

🎵 🎵 CANTO: *Se m'accogli*

*Tra le mani non ho niente: spero che mi accoglierai,
chiedo solo di restare accanto a Te.*

*Sono ricco solamente dell'amore che mi dai:
è per quelli che non l'hanno avuto mai.*

**RIT. Se m'accogli, mio Signore, altro non Ti chiederò
e per sempre la Tua strada la mia strada resterà.**

**Nella gioia, nel dolore, fino a quando Tu vorrai
con la mano nella Tua camminerò.**

*Io Ti prego con il cuore, so che Tu mi ascolterai,
rendi forte la mia fede più che mai.
Tieni accesa la mia luce fino al giorno che Tu sai,
con i miei fratelli incontro a Te verrò. RIT.*

GESTO E PREGHIERE SPONTANEE

I presenti si recano presso l'altare con il proprio grano di incenso profumato (o bastoncino) ponendolo in un contenitore appositamente predisposto, e dopo sosta esprimendo a voce alta o nel proprio cuore una preghiera.

Attraverso le parole dell'evangelista Luca che abbiamo ascoltato, accolto e meditato, il Signore ci ha ricordato come la preghiera sia lo strumento per eccellenza per entrare in relazione con Lui.

Oggi, sull'esempio degli antichi padri, ci faremo aiutare da questo bastoncino d'incenso.

Perché?

L'incenso nel culto è presente da sempre e presso tutti i popoli. Il suo uso è un gesto semplice, mentre il suo simbolismo è complesso e articolato in quanto coinvolge diversi elementi sensoriali: si consuma bruciando, il fumo che ne risulta sale verso l'alto, l'odore che esso emana è profumato e pervade l'ambiente. La stessa Bibbia ha sempre visto nel fumo che sale verso il cielo. Il "luogo simbolico," dell'abitazione di Dio.

Ora con il nostro incenso ci avvieremo, uno alla volta, verso l'altare, e mentre andremo lentamente, pensiamo al nostro essere in cammino verso il Signore per entrare in relazione con Lui.

Giunti davanti all'altare accenderemo il nostro incenso e, senza fretta, fermandoci ad osservare il filo di fumo che va verso l'alto formuleremo la nostra preghiera di lode e di ringraziamento per l'amore e la benevolenza di cui il Signore ci fa sempre oggetto ad alta voce o in maniera silenziosa.

Poi lentamente torneremo a posto.

L'assemblea risponde alle preghiere spontanee cantando un canone

♪ ♪ **CANONE:** *Questa notte non è più notte davanti a Te
il buio come luce risplende*

PREGHIERA DEL PADRE NOSTRO

PREGHIERA DEL GIUBILEO

Padre che sei nei cieli,
la fede che ci hai donato
nel Tuo figlio Gesù Cristo, nostro fratello,
e la fiamma di carità effusa nei nostri cuori
dallo Spirito Santo,
ridestino in noi, la beata Speranza
per l'avvento del Tuo Regno.

La Tua grazia ci trasformi
in coltivatori operosi dei semi evangelici
che lievitano l'umanità e il cosmo,
nell'attesa fiduciosa
dei cieli nuovi e della terra nuova,
quando vinte le potenze del Male,
si manifesterà per sempre la Tua Gloria.

La Grazia del Giubileo
ravvivi in noi Pellegrini di Speranza,
l'anelito verso i beni celesti
e riversi sul mondo intero
la gioia e la pace del nostro Redentore.
A te Dio benedetto in eterno
sia lode e gloria nei secoli.

Amen.

♪ ♪ **CANTO FINALE:** *Maria tu che hai atteso*

*Maria, tu che hai atteso nel silenzio
la Sua Parola per noi.*

**RIT. Aiutaci ad accogliere
il Figlio tuo,
che ora vive in noi.**

*Maria, tu che sei stata così docile,
davanti al tuo Signor. **RIT.***

*Maria, tu che hai portato dolcemente
l'immenso dono d'amor. **RIT.***

*Maria, tu che umilmente hai sofferto
del Suo ingiusto dolor. **RIT.***

*Maria, tu che ora vivi nella gloria
assieme al tuo Signor. **RIT.***