



Diocesi MASSA CARRARA-PONTREMOLI
Ufficio EVANGELIZZAZIONE E CATECHESI

Quarta Veglia di Avvento

QUARTA SETTIMANA 16 – 23 dicembre



ANDIAMO

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 – 23 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: Innalzate nei cieli lo sguardo

*Innalzate nei cieli lo sguardo:
la salvezza di Dio è vicina.
Risvegliate nel cuore l'attesa
per accogliere il Re della gloria.*

RIT. Vieni, Gesù; vieni, Gesù!
Discendi dal cielo! Discendi dal cielo!

*Sorgerà dalla casa di David
il Messia da tutti invocato;
prenderà da una Vergine il corpo,
per potenza di Spirito Santo. RIT.*

*Benedetta sei tu, o Maria,
che rispondi all'attesa del mondo:
come aurora splendente di grazia
porti al mondo il Sole divino. RIT.*

*Vieni, o Re, discendi dal cielo,
porta al mondo il sorriso di Dio:
nessun uomo ha mai visto il Suo volto,
solo Tu puoi svelarci il mistero. RIT.*

INTRODUZIONE AL TEMA

Mentre viene letta l'introduzione al tema viene portato ai piedi dell'altare dove sono già presenti i segni delle settimane precedenti (una lanterna, una pergamena con la preghiera del Magnificat e una pianta fiorita), quello per questa veglia, un paio di sandali.

Siamo ancora in attesa, ma non ci siamo mai fermati in questo percorso verso l'arrivo della Luce vera, quella che illumina il cammino di ciascuno di noi. Come Maria abbiamo detto il nostro Sì e non ci siamo stancati di percorrere strade nuove di condivisione e di solidarietà.

E allora andiamo incontro a Cristo, nostra gioia e la nostra salvezza e

prepariamoci ad accoglierLo come fonte della Gioia.

Ci apprestiamo a percorrere la strada, ascoltando con perseveranza e spingendo il nostro sguardo al di là dell'orizzonte, per essere in grado di vedere la mèta.

È solo con l'amore che è possibile andare, Amore verso Gesù e verso il nostro prossimo.

Spesso la stanchezza ci assale in questo nostro camminare, ma se ci lasciamo avvolgere dalla luce che emana il Natale, ormai sempre più vicino, non sentiremo più i pesi delle difficoltà, ma un sollievo profondo nell'affrontare tutti gli ostacoli che troveremo sul nostro cammino.

...e allora coraggio, andiamo pieni di entusiasmo, pellegrini di Speranza, cioè testimoni di quella Speranza vera che viene da Dio !

INVOCAZIONE ALLO SPIRITO SANTO

Per entrare in clima di preghiera bisogna prima di tutto creare il vuoto dentro di sé: 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: Invochiamo la tua presenza**

*Invochiamo la Tua presenza, vieni Signor
Invochiamo la Tua presenza, scendi su di noi
Vieni consolatore dona pace ed umiltà
Acqua viva d'amore questo cuore apriamo a Te.*

**RIT. Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni su noi Maranathà, vieni su noi Spirito!
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi, scendi su di noi.**

*Invochiamo la Tua presenza, vieni Signor
Invochiamo la tua presenza scendi su di noi.
Vieni luce dei cuori dona forza e fedeltà.
Fuoco eterno d'amore questa vita offriamo a Te. **RIT.***

Tutti insieme:

Mi affido a Te, o Santo Spirito
riconosco che in tutti i settori
Tu arrivi prima di me,
lavori più di me e meglio di me.
A me non tocca né seminarTi, né svegliarTi,
ma anzitutto riconoscerTi, accoglierTi, assecondarTi, seguirTi.

Sì o Santo Spirito,
anche nel buio di questo tempo,
Tu sei presente e non Ti sei mai perso d'animo:
al contrario sorridi, danzi, penetri, investi, avvolgi,
arrivi là dove mai avrei immaginato.

Vieni, o Spirito Santo,
dentro di me, nel mio cuore e nella mia intelligenza.
Accordami la Tua intelligenza,
perché io possa conoscere il Padre
nel meditare la parola del Vangelo.
Accordami il Tuo amore,

perché anche quest'oggi, esortato dalla Tua parola,
Ti cerchi nei fatti e nelle persone che ho incontrato.

IN ASCOLTO DELLA PAROLA DEL VANGELO: Lc 1,39-45

³⁹*In quei giorni Maria si alzò e andò in fretta verso la regione montuosa, in una città di Giuda. ⁴⁰Entrata nella casa di Zaccaria, salutò Elisabetta.*

⁴¹*Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria, il bambino sussultò nel suo grembo. Elisabetta fu colmata di Spirito Santo ⁴²ed esclamò a gran voce:*

«Benedetta tu fra le donne e benedetto il frutto del tuo grembo!

⁴³*A che cosa devo che la madre del mio Signore venga da me?*

⁴⁴*Ecco, appena il tuo saluto è giunto ai miei orecchi, il bambino ha sussultato di gioia nel mio grembo.*

⁴⁵*E beata colei che ha creduto nell'adempimento di ciò che il Signore le ha detto».*

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

 **CANONE: *Laudate omnes gentes***

Laudate Dominum

Laudate omnes gentes

Laudate Dominum

RIFLESSIONE GUIDATA

Maria, dopo l'annunciazione, avrebbe potuto concentrarsi su se stessa, sulle preoccupazioni e timori dovuti alla sua nuova condizione. Invece no, lei si fida totalmente di Dio. Pensa piuttosto a Elisabetta. Si alza ed esce alla luce del sole, dove c'è vita e movimento.

Malgrado l'annuncio sconvolgente dell'Angelo abbia provocato un terremoto nei suoi piani, la giovane non si lascia paralizzare, perchè dentro di lei c'è Gesù, potenza di resurrezione.

Dunque si alza e si mette in movimento, perché è certa che i piani di Dio siano il miglior progetto per la sua vita; si lascia condurre dal Signore sulle strade che Egli vuole indicarle.

Lo Spirito Santo le suggerisce di andare da Elisabetta; non si tira indietro, non rimane indifferente.

La madre di Dio cammina in mezzo al suo popolo, mossa da una tenerezza

premurosa.

BREVE PAUSA DI SILENZIO (musica di sottofondo)

Nonostante il suo stato Maria si muove per cercare la connessione più genuina, quella che viene dall'incontro, dalla condivisione, dall'amore e dal servizio.

Quanto so porre i bisogni dell'altro al di sopra dei miei ?

Sono disposto a percorrere spazi tortuosi e tempi lunghi pur di “visitare” chi ha bisogno di me ? oppure cerco di disimpegnarmi ?

SILENZIO PER LA RIFLESSIONE (musica di sottofondo)

.....e andò in fretta

La fretta di Maria è la premura del servizio, dell'annuncio gioioso, della risposta pronta alla grazia dello Spirito Santo.

La fretta della giovane donna di Nazareth è quella propria di coloro che hanno ricevuto doni straordinari del Signore e non possono fare a meno di condividere con gli altri l'immensa grazia che hanno sperimentato.

Dio l'ha visitata in modo inatteso, l'ha riempita di gioia, le ha donato un nuovo modo di esistere, di amare, di valutare la realtà: l'ha sintonizzata con il Suo cuore ed ora Lei si fa visita di Dio per gli altri.

Ha capito che il dono ricevuto più che un privilegio è un compito che la impegna verso gli altri con la gratuità che è propria dell'Amore.

Maria diventa così tempio di Dio, immagine della Chiesa in cammino, la Chiesa che esce e si mette al servizio, la Chiesa portatrice della Buona Novella.

BREVE PAUSA DI SILENZIO (musica di sottofondo)

La presenza di Cristo risorto nella propria vita, incontrarLo è una gioia spirituale così grande che non lascia “fermo” nessuno. Mette subito in movimento, spinge a comunicarLo alle “Elisabette” che vivono intorno a noi.

Qual'è il mio rapporto con Maria ? Semplicemente devozionale, oggetto di culto in luoghi di pellegrinaggio mariano ? Oppure la considero un modello da imitare durante la mia giornata ?

Sento impellente il bisogno di andare, che non c'è tempo da perdere, per portare tutti all'incontro con Gesù ?

SILENZIO PER LA RIFLESSIONE (*musica di sottofondo*)

...beata Colei che ha creduto

Meditando la Visitazione di Maria siamo portati a riflettere sul coraggio della fede.

Colei che Elisabetta accoglie nella sua casa è la Vergine che “ha creduto” all’annuncio dell’Angelo e ha risposto con fede, accettando il progetto di Dio per la sua vita, accogliendo così in sé la Parola eterna di Dio.

Per questo Elisabetta nel salutarla esclama: “Beata colei che ha creduto nell'adempimento di ciò che il Signore le ha detto”.

Maria ha davvero creduto che “nulla è impossibile a Dio” e forte di questo annuncio si è lasciata guidare dallo Spirito Santo nell'obbedienza quotidiana ai Suoi disegni.

E qui, nella casa di Zaccaria, dove Maria è salutata come la madre del Salvatore, avviene il compimento stesso della storia della salvezza: Antico e Nuovo Testamento si intrecciano.

Una donna, Elisabetta, porta in sé l'attesa dell'umanità (Giovanni Battista), l'altra Maria, porta in sé l'atteso, Gesù, immediatamente riconosciuto come il Messia, colui che doveva arrivare.

BREVE PAUSA DI SILENZIO (*musica di sottofondo*)

La Parola di Dio giunge a Maria e la fa uscire da sé per servire gli altri.

Nella mia vita personale e nella mia vita comunitaria quale posto occupa la Parola di Dio ?

Attraverso questo testo di Luca rivedo le visite di Dio nella mia vita.

SILENZIO PER LA RIFLESSIONE (*musica di sottofondo*)

Anche noi, in questo tempo di Avvento siamo invitati a riconoscere il dono che il Signore ci ha fatto nella nostra vita: poterlo incontrare !

Allora, anche noi, dobbiamo dire, come Maria: Il Signore mi ha guardato e ha visto la mia piccolezza, la mia umiltà, la mia bassezza, quasi il mio nulla. Mi ha guardata come guarda tutte le creature, con amore infinito, con paternità, ma un giorno ha dato a me uno sguardo di predilezione, particolare e mi ha chiamata. E ora sono beata perché abito nella casa del Signore.

BREVE PAUSA DI SILENZIO (*musica di sottofondo*)

♪ ♪* CANTO: *Magnificat (Dio ha fatto in me cose grandi)

*Dio ha fatto in me cose grandi,
Lui che guarda l'umile servo
e disperde i superbi nell'orgoglio del cuore.*

**RIT. L'anima mia esulta in Dio mio Salvatore.
L'anima mia esulta in Dio mio Salvatore.
La Sua salvezza canterò.**

*Lui onnipotente e santo,
Lui abbatte i grandi dai troni
e solleva dal fango il suo umile servo. RIT.*

*Lui, misericordia infinita,
Lui che rende povero il ricco
e ricolma di beni chi si affida al Suo amore. RIT.*

*Lui, Amore sempre fedele,
Lui guida il Suo servo Israele
e ricorda il Suo patto stabilito per sempre. RIT.*

GESTO E PREGHIERE SPONTANEE

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

L'evangelista Luca ci ha narrato l'incontro di Maria con Elisabetta. Non una storia

accaduta in quel tempo, non la descrizione anonima di un incontro, ma la scena archetipo di ogni incontro umano profondo.

In ogni incontro si tratta di scoprire nell'altro il mistero di Cristo poiché ciascuno di noi porta Cristo in sé.

Quando lo comprendiamo il bambino che è in noi sussulta: scopriamo il mistero dell'altro e quello nostro ed entriamo in contatto con il bambino che è in noi.

Perché questo incontro avvenga dobbiamo, come Maria alzarci e metterci in cammino. Dobbiamo affidarci alle nostre gambe e andare verso l'altro, raggiungerlo; attraversare la montagna degli ostacoli e dei pregiudizi per vederlo così com'è.

Le volte precedenti abbiamo sottolineato come l'incenso veicoli messaggi diversi, ma complementari a seconda del senso chiamato in causa al momento.

Oggi, vogliamo farne esperienza nel suo uso come espressione di onore e di adorazione del nostro Signore.

Ora con il nostro grano d'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 mettiamo il nostro grano di incenso e traduciamo quanto abbiamo meditato in preghiera di lode e di ringraziamento ad alta voce o in maniera silenziosa.

Poi lentamente torneremo a posto...intanto, continua a sprigionarsi il fumo, segno di adorazione, reso possibile dai tanti grani uniti.

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: *Salve Regina*

**Salve Regina, Madre di misericordia.
Vita, dolcezza, speranza nostra, salve!
Salve Regina! (2 volte)**

*A te ricorriamo, esuli figli di Eva.
A te sospiriamo, piangenti
in questa valle di lacrime.
Avvocata nostra, volgi a noi gli occhi tuoi.
Mostraci, dopo quest'esilio,
il frutto del tuo seno, Gesù.*

**Salve Regina, Madre di misericordia.
O clemente, o pia, o dolce Vergine Maria.
Salve Regina!**

Salve Regina, salve, salve!

Si ringrazia l'Ufficio Liturgico per la supervisione