



DIOCESI MASSA CARRARA - PONTREMOLI  
Ufficio EVANGELIZZAZIONE E CATECHESI

# *Prima Veglia di Avvento*

*PRIMA SETTIMANA 27 novembre – 3 dicembre*



***SUPERARE***

***PICCOLE INCOMPRESIONIE LITIGI***

## **Carissimi amici ed amiche,**

*come commissioni dell' Ufficio Evangelizzazione e Catechesi che si occupano della Catechesi Adulti, dello 0-6 anni e quella dell'Inclusione, nell'Avvento 2022, proponiamo un itinerario composto da 4 veglie di preghiera, che diano la possibilità di vivere, insieme, anche se in diversi modi e momenti, il cammino che ci prepara al Natale del Signore.*

*In prospettiva sinodale, segno di una Chiesa che cammina insieme verso il Santo Natale, ogni singola comunità e/o gruppo associativo potrà adattare le veglie ai percorsi già programmati.*

*Aderendo alla raccomandazione che papa Francesco ha rivolto durante un incontro nell'Aula Paolo VI, **la pace** sarà il **tema guida** per questo Avvento, seguendo le sue parole:*

*«Come possono finire le guerre nel mondo se non siamo capaci di **superare piccole incomprensioni e litigi**? I nostri atti di **dialogo perdono e riconciliazione** sono **mattoni** che servono a **costruire l'edificio della pace**»*

*Quante volte nella nostra vita incontriamo numerose difficoltà nel **SUPERARE LE PICCOLE INCOMPRENSIONI E LITIGI**, che magari non sempre dipendono dal nostro agire, ma a volte ci fanno chiudere nelle nostre posizioni egoistiche mettendo delle distanze che talvolta precludono ogni possibilità di **DIALOGO!***

*È allora che dobbiamo avere il coraggio di un'inversione di rotta, orientarci verso il bene. Occorre fare silenzio fuori e dentro di noi per poter ascoltare meglio l'altro, non giudichiamo per liberarci da ogni colpa o perché ci fa comodo mantenere una sorta di "vendetta" o "giudizio" da consumare alla prima occasione.*

*Chiediamo con fiducia al Signore di alleggerire il nostro cuore dal peso di ogni male per liberare azioni di vero bene! Solo così si troverà la vera strada del **PERDONO** reciproco così da poter giungere ad una vera **RICONCILIAZIONE** con Dio e con gli uomini.*

*La struttura delle veglie è molto semplice:*

- Canto
- Introduzione al tema
- Invocazione allo Spirito Santo (preghiera o canto)
- Lettura di un brano del Vangelo
- Momento di riflessione guidata intervallata da domande e momenti di silenzio
- Salmo che apre alla lode da recitare a cori alterni
- Preghiere spontanee
- Preghiera del Padre Nostro

- Preghiera finale
- Canto

*All'interno delle veglie saranno indicati dei canti, ma ogni comunità è libera di scegliere i canti che ritiene più adatti al momento e/o più noti dalla comunità stessa.*

*Proponiamo anche un **segno da compiere** all'interno del momento di preghiera, segno che sottolinea l'unitarietà dell'itinerario di cui ogni veglia è una tappa: il segno consisterà **nell'accensione della candela della corona dell'avvento propria di quella settimana.***

*Ci teniamo a sottolineare che i testi e le riflessioni sono attinti da discorsi e messaggi di Papa Francesco, così come il tema guida di tutto l'itinerario dell'Avvento.*

*Sottolineamo inoltre che nella preparazione delle veglie è stata data particolare attenzione all'inclusione attraverso l'uso di un linguaggio scritto che aiuti la lettura.*

*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 "costruttori di pace".*

SETTIMANA	PERIODO	TEMA	SEGNO
I settimana	27 nov – 3 dic	Superare piccole incomprensioni e litigi	Accensione 1° candela della Corona d'Avvento
II settimana	4 – 10 dic	Dialogo	Accensione 2° candela della Corona d'Avvento
III settimana	11 – 17 dic	Perdono	Accensione 3° candela della Corona d'Avvento
IV settimana	18 – 23 dic	Riconciliazione	Accensione 4° candela della Corona d'Avvento

## **CANTO: Sono solo un uomo**

### **INTRODUZIONE AL TEMA**

Con una serena valutazione della nostra vita, del nostro "essere cristiani", ci prepariamo ad ascoltare il Vangelo di Luca con il suo richiamo alla comprensione fraterna, al superamento di ogni conflitto, se non litigio, che spesso mette a serio rischio i nostri rapporti umani minando la pace.

Il precetto fondamentale della fede cristiana "amore a Dio ed ai fratelli" viene molto spesso disatteso o difficilmente attuato perché è in gioco il nostro orgoglio, il nostro egoismo, la mancanza di umiltà che ci portano a vere contrapposizioni con l'altro o gli altri. Si comincia dal non saper dialogare, dal non capire empaticamente le ragioni dell'interlocutore, per giungere a veri scontri insanabili.

L'attenta gestione dei conflitti, sia nella sfera privata, legata alla famiglia, all'amicizia e all'amore, che nell'ambito pubblico, teatro di numerosi scontri, è determinante per la missione educatrice che, con il Battesimo, il Signore ha assegnato a ciascuno di noi e ci impegna a riflettere sui nostri comportamenti poco informati alle Verità cristiane.

In ogni uomo vi è stampata un'orma della sapienza divina e sta a noi ricercarla e scoprirla in ogni fratello così da ristabilire quella tolleranza e comprensione che ci rendono segno concreto e fattivo dell'amore di Dio per tutti-gli-uomini.

### **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 attraverso per giungere così alla contemplazione del Tuo volto.

### **PREGHIERA ALLO SPIRITO SANTO**

Siamo qui alla presenza del Signore per elevare a Lui la nostra comune preghiera. Desideriamo affidarci a Lui, che è via, verità e vita, per imparare ad amarLo di più e per imparare a coltivare in noi l'amore, colonna portante del comandamento nuovo che Gesù ci ha lasciato prima di morire.

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

Vieni, Spirito Santo,  
come un soffio creatore  
che rianima i nostri cuori  
diventati tiepidi e stanchi.

Fa' avvertire la nostalgia,  
il desiderio di un rapporto autentico con Dio.  
Strappaci ai troppi compromessi  
che annacquano il Vangelo di Gesù.

Vieni, Spirito Santo, come un rombo  
che scuote le nostre coscienze addormentate,  
come un rumore potente  
costringici ad aprire gli occhi sulla nostra vita.

Vieni, Spirito Santo, come un fuoco  
che brucia ogni gesto ed ogni atteggiamento meschino,  
ogni inganno ed ogni astuzia  
ed accendi i nostri cuori facendoli vibrare di amore.

Vieni, Spirito Santo!

## **IN ASCOLTO DELLA PAROLA DEL VANGELO: Lc 6,39-45**

*<sup>39</sup>Disse loro anche una parabola: «Può forse un cieco guidare un altro cieco? Non cadranno tutti e due in un fosso? <sup>40</sup>Un discepolo non è più del maestro; ma ognuno, che sia ben preparato, sarà come il suo maestro. <sup>41</sup>Perché guardi la pagliuzza che è nell'occhio del tuo fratello e non ti accorgi della trave che è nel tuo occhio? <sup>42</sup>Come puoi dire al tuo fratello: «Fratello, lascia che tolga la pagliuzza che è nel tuo occhio», mentre tu stesso non vedi la trave che è nel tuo occhio? Ipocrita! Togli prima la trave dal tuo occhio e allora ci vedrai bene per togliere la pagliuzza dall'occhio del tuo fratello.»*

**🎵 🎵 CANONE: Ubi caritas**

## **RIFLESSIONE GUIDATA**

Ai nostri giorni, c'è un urgente bisogno di imparare a risolvere i conflitti all'interno della famiglia, conflitti fra l'uomo e la donna, fra genitori e figli, conflitti nel mondo del lavoro, conflitti in seno alle organizzazioni, alle associazioni e alle comunità umane, conflitti tra paesi, razze, religioni. Purtroppo, esistono spesso spaccature profonde e blocchi psicologici fra le parti in causa. Sorgono così le barriere dei giudizi e dei pregiudizi, e a volte anche le barriere dell'odio.

## **BREVE PAUSA DI SILENZIO (musica di sottofondo)**

Papa Francesco ci dice: “Come possono finire le guerre nel mondo, se noi non siamo capaci di superare le nostre piccole incomprensioni e i nostri litigi? I nostri atti di dialogo, di perdono, di riconciliazione, sono ‘mattoni’ che servono a costruire l’edificio della pace”.

“La pace è qualcosa che bisogna fare, bisogna costruire con saggezza e tenacia. Ma per costruire un mondo di pace, occorre cominciare dal nostro ‘mondo’, cioè dagli ambienti in cui viviamo ogni giorno: la famiglia, la scuola, il luogo di lavoro, la comunità...”

Ed è importante lavorare insieme alle persone che vivono accanto a noi; c'è bisogno dell'aiuto di tutti per costruire un futuro migliore. Non arrendetevi mai, nemmeno di fronte alle difficoltà e alle incomprensioni.

Ogni vostra azione, ogni vostro gesto nei confronti del prossimo può costruire pace.

Il vero costruttore di pace è uno che fa il primo passo verso l'altro. E questa non è debolezza, ma forza, la forza della pace.”

### **BREVE PAUSA DI SILENZIO (*musica di sottofondo*)**

“Troppe volte da incomprensioni, da silenzi troppo lunghi e da egoismi non curati nascono conflitti anche tra le mura domestiche. A volte si arriva persino a violenze fisiche e morali. Questo lacera l'armonia e uccide le relazioni.

Convertiamoci dall'io al tu. In famiglia bisogna imparare ad ascoltarsi e capirsi, a camminare insieme, ad affrontare conflitti e difficoltà.

Questa è la sfida quotidiana, e si vince con il giusto atteggiamento, con le piccole attenzioni, con gesti semplici, curando i dettagli delle nostre relazioni.”

- Quante volte invece di ascoltarci ci rinfacciamo gli sbagli?
- Quante volte anziché avere gesti di cura per gli altri, ci fissiamo nei nostri bisogni?
- Quante volte invece di dialogare, ci isoliamo con il telefonino?
- Quante volte ci si accusa a vicenda, ripetendo sempre le solite frasi, inscenando una commedia già vista dove ognuno vuole avere ragione e alla fine cala un freddo silenzio?

### **SILENZIO PER LA RIFLESSIONE (*musica di sottofondo*)**

“Attenzione anche al tarlo dell'invidia e della gelosia, che ci porta a giudicare male la gente, a entrare in concorrenza, in famiglia, in comunità e sul lavoro. È il seme di una guerra perché si può uccidere facilmente con la lingua, con la calunnia.

La gelosia cresce quando parlando con noi stessi interpretiamo le cose con la chiave della gelosia. Il geloso è incapace di vedere la realtà, e solo un fatto molto forte può aprirgli gli occhi.

### **BREVE PAUSA DI SILENZIO (musica di sottofondo)**

Dobbiamo proteggere il nostro cuore da questa malattia, da questo chiacchiericcio con noi stessi che fa tanto male. E anche quando qualcuno ci viene 'a parlare di un altro', dobbiamo fargli capire che, spesso, non sta parlando con serenità, ma con passione e in quella passione c'è il male dell'invidia e il male della gelosia.

Questo è il tarlo che entra nel cuore di tutti noi e ci porta a giudicare male la gente, perché all'interno c'è una concorrenza: lui ha una cosa che io non ho.

E così comincia la concorrenza. Ci porta a scartare la gente, ci porta ad una guerra; una guerra domestica, una guerra di posti di lavoro, una guerra sociale. Ma è proprio all'origine, è il seme di una guerra: l'invidia e la gelosia.”

- Perché quella persona mi sta antipatica?
- Perché quell'altra non la voglio neppure vedere?
- Cosa c'è dentro di me? Gelosia o una rabbia nascosta?
- Quando sento antipatia per qualcuno perché sento questo?

### **SILENZIO PER LA RIFLESSIONE (musica di sottofondo)**

**🎵 🎵 CANONE: Misericordias Domini**

### **SALMO: Il Signore è mio pastore**

Questo inno celebra Dio come Pastore e Ospite del suo popolo.

Pastore è colui che dà sicurezza alle pecore perché è sempre con loro e le guida; ospite è colui che apre la sua casa al viandante, lo nutre e gli dona la sua amicizia.

Se veramente Dio è diventato per noi Pastore e Ospite, preghiamo con gioia questo salmo.

Signore, tu sei mio pastore,  
con te niente mi manca;  
mi dai cibo in abbondanza,  
acqua di torrente per dissetarmi.



Quando più è faticoso il cammino  
mi lasci riprendere le forze,  
mi guidi per sentieri sicuri  
perché tu precedi i miei passi.

Nei momenti oscuri della vita  
non mi sarà padrona la paura,  
la tua parola e il tuo sguardo  
mi daranno sicurezza.

Come amico mi inviti a casa tua  
nonostante il disprezzo di molti,  
mi dimostri il tuo affetto sincero  
con gesti di squisita tenerezza.

La tua gioia e il tuo amore, Signore,  
diverranno miei compagni di viaggio,  
la tua casa un punto di riferimento  
lunghissimi anni di vita.

Il mio cuore canta  
e fa festa!  
Signore, mio Dio  
ti loderò per sempre.

### **PREGHIERE SPONTANEE**

Questo salmo che abbiamo pregato insieme ci invitava a coltivare nel cuore un grande affidamento a Dio ed un'intensa comunione con Gesù.

Perché ad ogni nostra caduta o smarrimento, impariamo a essere sempre più consapevoli che il Signore è presente, è accanto a noi, pronto a farci rialzare, a rinfrancare il nostro cuore e la nostra volontà, a donarci consolazione e pace.

Affidiamoci sempre più al Signore e allora il nostro cuore si aprirà alla lode perché ci scopriremo profonda-mente amati e circondati dalla Sua infinita misericordia.

Liberamente allora traduciamo in preghiera comunitaria ciò che il Signore ha donato a ciascuno, perché nella condivisione diventi preghiera di lode.

*Ad ogni preghiera rispondiamo con il canone:*

♪ ♪ **Gesù è la pace che libera il mio cuor.  
Egli è la pace, la nostra pace.**

### **PREGHIERA DEL PADRE NOSTRO**

### **PREGHIERA FINALE**

O Dio, sorgente di ogni bene, ispiraci propositi giusti e santi  
e donaci il Tuo aiuto, perché possiamo attuarli nella nostra vita.

**Amen**

♪ ♪ **CANTO FINALE: Salve Regina**