

PREGHIERA DI PREPARAZIONE ALLA CELEBRAZIONE DELLA DOMENICA

BEATA COLEI CHE HA CREDUTO!



«Siamo in comunione gli uni con gli altri»
(1 Giovanni 1,7)

PREPARIAMO IL CUORE ALLA PREGHIERA

Ci mettiamo alla presenza del Signore, nella pace

- Consegno al Signore la giornata, ripeto i Nomi santi: *Padre, Gesù, Spirito*;
- chiedo il perdono per il male che ho fatto, chiedo il dono di perdonare il male che ho ricevuto;
- traccio un piccolo segno sul cuore segno dell'accoglienza dell'azione dello Spirito

Ci mettiamo alla presenza dei fratelli

- ricordo i nomi di alcune persone che desidero presentare al Signore nella preghiera



canto iniziale

MANDA IL TUO SPIRITO

***Manda il tuo Spirito, manda il tuo Spirito, manda il tuo Spirito,
Signore, su di noi. Manda il tuo Spirito, manda il tuo Spirito,
manda il tuo Spirito, Signore, su di noi.***

*La tua presenza noi invochiamo, per esser come tu ci vuoi, manda il tuo Spirito, Signore, su di noi.
Impareremo ad amare, proprio come ami tu, un sol corpo
e un solo spirito saremo, un sol corpo e un solo spirito saremo*

Manda il tuo Spirito, manda il tuo Spirito...

*La tua sapienza noi invochiamo, sorgente eterna del tuo amore. Dono radioso
che dà luce ai figli tuoi, nel tuo amore confidiamo. La tua grazia ci farà,
Chiesa unita e santa per l'eternità, Chiesa unita e santa per l'eternità.*

Manda il tuo Spirito, manda il tuo Spirito...

INVITO ALLA LODE DELLA TRINITÀ

C – Nel nome del Padre, + del Figlio e dello Spirito Santo.

T - Amen

C – Venite fratelli creati a immagine del Figlio, per essere trovati simili a lui nella gloria.

T - Uniamo le nostre voci e i nostri cuori siano nella comunione.

C - O Padre, Vita e sorgente di ogni vita, ti conosciamo come il Buono,

T – ci assista la tua bontà.

C – O Figlio, irradiazione della gloria del Padre e luce del mondo:

T – fa che noi siamo santificati per mezzo del tuo Corpo e del tuo Sangue.

C – O Spirito, fa scendere su di noi l'Amore del Padre e del Figlio

T – concedi a noi un cuore che sia il tempio da cui sale senza sosta il nostro canto di lode!

Preghiamo

C – O Padre Santo, che hai creato l'uomo a immagine del tuo Figlio e hai voluto che nel suo cuore dimorasse lo Spirito Santo, volgi il tuo sguardo di bontà su questi tuoi figli riuniti nella fede della Santa Trinità. Dona loro un cuore sempre nuovo: raccolti nella stanza interiore del cuore possano riposare sotto il tuo sguardo e offrirti una preghiera pura incessante, nel nome del tuo Figlio che è Benedetto nei secoli. **T – Amen**

Primo momento

IN ASCOLTO DEL VANGELO DI DOMENICA 13 DICEMBRE – III DI AVVENTO

L1 – Venne un uomo **mandato da Dio**: il suo nome era Giovanni. Egli venne come **testimone** per dare testimonianza alla **luce**, perché tutti credessero per mezzo di lui. Non era lui la luce, ma doveva dare testimonianza alla luce. Questa è la **testimonianza di Giovanni**, quando i Giudei gli inviarono da Gerusalemme sacerdoti e leviti a interrogarlo: «Tu, **chi sei?**». Egli confessò e non negò. Confessò: «Io **non sono** il Cristo». Allora gli chiesero: «Chi sei, dunque? Sei tu Elia?». «Non lo sono», disse. «Sei tu il profeta?». «No», rispose. Gli dissero allora: «Chi sei? Perché possiamo dare una risposta a coloro che ci hanno mandato. Che **cosa dici** di te stesso?». Rispose: «Io sono **voce di uno che grida nel deserto**: Rendete diritta la via del

Signore, come disse il profeta Isaia». Quelli che erano stati inviati venivano dai farisei. Essi lo interrogarono e gli dissero: «Perché dunque **tu battezzi**, se non sei il Cristo, né Elia, né il profeta?». Giovanni rispose loro: «Io battezzo **nell'acqua**. In mezzo a voi sta **uno che voi non conoscete**, colui che viene dopo di me: a lui io non sono degno di slegare il laccio del sandalo». Questo avvenne in **Betània**, al di là del Giordano, dove Giovanni stava battezzando (Gv 1,6-8.19-28).

ASCOLTIAMO LA PAROLA CHE RISUONA NELLA SAPIENZA DELLA CHIESA

L2 – Venne Giovanni, mandato da Dio, per rendere **testimonianza alla luce**. «Il più grande tra i nati da donna», come lo definisce Gesù, è mandato come testimone, dito puntato a indicare non la grandezza, la **forza**, l'onnipotenza di Dio, bensì la **bellezza** e la mite, **creativa** pazienza della sua luce. Che non fa violenza mai, che si posa sulle cose come una carezza e le rivela, che indica la via e allarga gli orizzonti.

L3 – Il **profeta** è colui che guida l'umanità a «**pensare in altra luce**». E lo può fare perché ha visto fra noi la tenda di uno che «ha fatto **risplendere** la vita» (2 Timoteo 1,10): è venuto ed ha portato nella trama della **storia una bellezza**, una primavera, una positività, una **speranza** quale non sognavamo neppure; è venuto un Dio **luminoso** e innamorato, **guaritore** del disamore, che lava via gli angoli oscuri del cuore. Dopo di lui sarà **più bello per tutti essere uomini**.

L4 – Le risposte di Giovanni ai farisei sono sapienti, **straordinarie**. Per dire chi siamo, per definirci noi siamo portati ad aggiungere, ad elencare informazioni, titoli di studio, notizie, realizzazioni. Giovanni il Battista fa esattamente il contrario, si **definisce per sottrazione**, e per tre volte risponde: io non sono il Cristo, non sono Elia, non sono...

Giovanni **lascia cadere** ad una ad una identità prestigiose ma fittizie, per ritornare il nucleo ardente della propria vita. E la ritrova per sottrazione, per spoliazione: **io sono voce** che grida. Solo voce, la **Parola** è un Altro. Il mio segreto è **oltre me**.

L2 – «Tu, chi sei?» È rivolta **anche a noi** questa domanda decisiva. E la risposta consiste nello sfrondare da apparenze e illusioni, da maschere e paure la nostra identità. **Meno è di più**. Poco importa quello che ho accumulato, conta quello che ho lasciato cadere per tornare all'essenziale, ad **essere uno-con-Dio**. Uno che crede in un Dio dal **cuore di luce**, crede nel sole che sorge e non nella notte che perdura sul mondo. Crede che una **goccia di luce** è nascosta **nel cuore** vivo di tutte le cose (Ermes Ronchi).

Secondo momento IN CONTEMPLAZIONE DELL'IMMAGINE



Canto di contemplazione **COME L'AURORA**

Come l'aurora verrai, le tenebre in luce cambierai, Tu per noi Signore
Come la pioggia cadrai, sui nostri deserti scenderai, scorrerà l'amore

Tutti i nostri sentieri percorrerai, tutti i figli dispersi raccoglierai
Chiamerai da ogni terra il Tuo popolo, in eterno ti avremo con noi

Re di giustizia sarai, le spade in aratri forgerai, ci darai la pace
Lupo ed agnello vedrai, insieme sui prati dove mai, tornerà la notte

**Tutti i nostri sentieri percorrerai, tutti i figli dispersi raccoglierai
Chiamerai da ogni terra il Tuo popolo, in eterno Ti avremo con noi**

Dio di salvezza Tu sei, e come una stella sorgerai, su di noi per sempre
E chi non vede, vedrà, chi ha chiusi gli orecchi sentirà, canterà di gioia

**Tutti i nostri sentieri percorrerai, tutti i figli dispersi raccoglierai
Chiamerai da ogni terra il Tuo popolo, in eterno ti avremo con noi**

1 – PIENI DI GRAZIA: ACCOGLIERE DIO GENERA GLI INCONTRI

L1 – In quei giorni Maria **si alzò** e andò in fretta verso la regione montuosa, in una città di Giuda. Entrata nella casa di Zaccaria, **salutò Elisabetta**. Appena Elisabetta ebbe udito **il saluto di Maria**, il bambino sussultò nel suo grembo. Elisabetta fu **colmata** di Spirito Santo ed esclamò a gran voce: «**Benedetta** tu fra le donne e benedetto il **frutto** del tuo grembo! **A che cosa devo** che la madre del mio Signore venga da me? (Lc 1,39-43).

L2 - Maria ed Elisabetta sono i **primi profeti** del Nuovo Testamento: la prima parola di Dio **è la vita**. Dio viene come vita. Dio viene come **abbraccio**. La preghiera di Maria non nasce nella solitudine, ma nell'abbraccio di due donne, in uno **spazio di affetto**. Dio viene **nelle mie relazioni**, mediato da persone, da incontri, da dialoghi, da abbracci. Le mie braccia allargate sono appena l'inizio del cerchio (Ermes Ronchi).

L3 – Tutti gli uomini che **incontriamo** nella vita sono, a loro modo, mandati da Dio. La Divina Provvidenza li ha condotti sul nostro cammino [...] L'**incontro** con gli altri diventa liturgia (T. Spidlik).

T – Continuamente rendo grazie per voi ricordandovi nelle mie preghiere, affinché il Dio del Signore nostro Gesù Cristo, il Padre della gloria, vi dia uno spirito di sapienza e di rivelazione per una profonda conoscenza di lui (Ef 1,16-17).

2 – DUE MADRI “INASPETTATE”: NELLO SPIRITO TUTTO FIORISCE DI VITA

L4 – Ora, dunque, non c'è **nessuna condanna** per quelli che sono in Cristo Gesù. Perché la legge dello **Spirito**, che dà vita in Cristo Gesù, **ti ha liberato** dalla legge del peccato e della morte. Infatti ciò che era impossibile alla Legge, resa impotente a causa della carne, **Dio lo ha reso possibile**: mandando il proprio Figlio in una carne simile a quella del peccato e a motivo del peccato, egli **ha condannato il peccato** nella carne, perché **la giustizia** della Legge fosse compiuta in noi, che camminiamo non secondo la carne ma secondo lo Spirito. (Fil 2,5-9).

L2 – **Due donne**, la vergine e la sterile, entrambe incinte in modo «**impossibile**» annunciano che viene nel mondo un «**di più**», viene ciò che l'uomo da solo non può darsi. **Dio viene come gioia**. Per due volte Luca ripete che il bambino salta di gioia nel grembo. In quel bambino è **l'umanità intera che sperimenta** che Dio dà gioia, la terra intera che **freme** per le energie divine che in essa sono deposte ogni giorno (Ermes Ronchi).

L1 – È lo **Spirito Santo**, inviato dal Padre e dal Figlio, che **trasforma** i nostri cuori e ci rende capaci di entrare nella comunione della Santissima Trinità, dove ogni cosa trova la sua unità. Egli **costruisce la comunione** [...] Lo stesso Spirito Santo è **l'armonia**, così come è il vincolo d'amore tra il Padre e il Figlio. Egli è Colui che suscita una molteplice e varia **ricchezza di doni** e al tempo stesso costruisce un'unità che non è mai uniformità ma **multiforme armonia che attrae** (papa Francesco).

T – Spirito che in un sospiro sussurri al nostro spirito il Nome del Padre, vieni a radunare tutti i nostri desideri, falli crescere in fascio di luce che sia risposta alla tua luce, la Parola del Giorno nuovo (frère Pierre-Yves di Taizé).

3 – MARIA, MADRE DI DIO E FIGLIA NEL FIGLIO, ICONA DELL'UMANITÀ NUOVA

L2 – Non vivo più io, ma **Cristo vive in me**. E questa vita, che io vivo nel corpo, **la vivo nella fede** del Figlio di Dio, che mi ha amato e ha consegnato sé stesso per me. (**Gv 13,34b-35**).

L3 – *Beata tu che hai creduto* (cfr. Lc 1, 45). Ma beati **anche voi** che avete udito e creduto: **ogni anima che crede** concepisce e genera il Verbo di Dio e **riconosce le sue opere**. Sia in ciascuno l'anima di Maria per **magnificare** il Signore; sia in ciascuno lo spirito di Maria per **esultare** in Dio. Se c'è una sola madre di Cristo secondo la carne, secondo la fede, invece, **Cristo è il frutto di tutti**, poiché ogni anima riceve il Verbo di Dio (**S. Ambrogio**).

L4 – Il Figlio dell'Altissimo venne **dimorò in me**, ed io divenni **sua madre**. Come io ho fatto nascere lui, così anch'egli mi ha fatto nascere una seconda volta. Egli **indossò la veste di sua madre** – il suo corpo – io indossai **la sua gloria** (Efrem il Siro).

T – Venne uno dei sette angeli [...] e mi parlò: «Vieni, ti mostrerò la promessa sposa, la sposa dell'Agnello». L'angelo mi trasportò in spirito su di un monte grande e alto, e mi mostrò la città santa, Gerusalemme, che scende dal cielo, da Dio, risplendente della gloria di Dio. (Ap 21,9-10).

Terzo momento

ADORAZIONE EUCARISTICA – CUSTODIA DELLA PAROLA



SERVIRE È REGNARE

Guardiamo a te che sei - Maestro e Signore - chinato a terra stai, ci mostri che l'amore è cingersi il grembiule, sapersi inginocchiare, c'insegni che amare è servire.

***Fa' che impariamo, Signore, da Te, che il più grande è chi più sa servire,
chi si abbassa e chi si sa piegare, perché grande è soltanto l'amore.***

*

*In questo tempo posso scrivere la Parola che più di altre questa sera si è per me illuminata, la **custodisco** fino a domenica:*

_____ silenzio – preghiera personale _____

Nelle scorse domeniche la liturgia ha sottolineato che cosa significhi porsi in atteggiamento di vigilanza e che cosa comporti concretamente preparare la strada del Signore. In questa terza domenica di Avvento, detta “domenica della gioia”, la liturgia ci invita a cogliere lo spirito con cui avviene tutto questo, cioè, appunto, la gioia. San Paolo ci invita a preparare la venuta del Signore assumendo tre atteggiamenti. Primo, la gioia costante; secondo, la preghiera perseverante; terzo, il continuo rendimento di grazie.

Gioia costante, preghiera perseverante e continuo rendimento di grazie. Il primo atteggiamento, gioia costante: «Siate sempre lieti» (1 Ts 5,16), dice San Paolo. Vale a dire rimanere sempre nella gioia, anche quando le cose non vanno secondo i nostri desideri; ma c'è quella gioia profonda, che è la pace: anche quella è gioia, è dentro. E la pace è una gioia «a livello del suolo», ma è una gioia. Le angosce, le difficoltà e le sofferenze attraversano la vita di ciascuno, tutti noi le conosciamo; e tante volte la realtà che ci circonda sembra essere inospitale e arida, simile al deserto nel quale risuonava la voce di Giovanni Battista, come ricorda il Vangelo di oggi (cfr Gv 1,23). Ma proprio le parole del Battista rivelano che la nostra gioia poggia su una certezza, che questo deserto è abitato: «In mezzo a voi – dice – sta uno che voi non conoscete» (v. 26). Si tratta di Gesù, l'inviato del Padre che viene, come sottolinea Isaia, «a portare il lieto annuncio ai miseri, a fasciare le piaghe dei cuori spezzati, a proclamare la libertà degli schiavi, la scarcerazione dei prigionieri, a promulgare l'anno di grazia del Signore» (61,1-2). Queste parole, che Gesù farà sue nel discorso della sinagoga di Nazaret (cfr Lc 4,16-19), chiariscono che la sua missione nel mondo consiste nella liberazione dal peccato e dalle schiavitù personali e sociali che esso produce. Egli è venuto sulla terra per ridare agli uomini la dignità e la libertà dei figli di Dio, che solo Lui può comunicare, e a dare la gioia per questo.

La gioia che caratterizza l'attesa del Messia si basa sulla preghiera perseverante: questo è il secondo atteggiamento. San Paolo dice: «Pregate ininterrottamente» (1 Ts 5,17). Per mezzo della preghiera possiamo entrare in una relazione stabile con Dio, che è la fonte della vera gioia. La gioia del cristiano non si compra, non si può comprare; viene dalla fede e dall'incontro con Gesù Cristo, ragione della nostra felicità. E quanto più siamo radicati in Cristo, quanto più siamo vicini a Gesù, tanto più ritroviamo la serenità interiore, pur in mezzo alle contraddizioni quotidiane. Per questo il cristiano, avendo incontrato Gesù, non può essere un profeta di sventura, ma un testimone e un araldo di gioia. Una gioia da condividere con gli altri; una gioia contagiosa che rende meno faticoso il cammino della vita.

Il terzo atteggiamento indicato da Paolo è il continuo rendimento di grazie, cioè l'amore riconoscente nei confronti di Dio. Egli infatti è molto generoso con noi, e noi siamo invitati a riconoscere sempre i suoi benefici, il suo amore misericordioso, la sua pazienza e bontà, vivendo così in un incessante ringraziamento.

Gioia, preghiera e gratitudine sono tre atteggiamenti che ci preparano a vivere il Natale in modo autentico. In questo ultimo tratto del tempo di Avvento, ci affidiamo alla materna intercessione della Vergine Maria. Lei è «causa della nostra gioia», non solo perché ha generato Gesù, ma perché ci rimanda continuamente a Lui.

papa Francesco

INTERCESSIONI

C. A Gesù, mite e umile di cuore, rivolgiamo la nostra preghiera. Preghiamo insieme e diciamo: **Ascoltaci, o Signore.**

L1 – Perché nel mondo la pace si ricercata nella difesa della giustizia e nella tutela della dignità di ogni essere umano, noi ti preghiamo.

L3 – *Per l'unità della Chiesa, perché siano risanate le divisioni tra coloro che sono fratelli nel Battesimo, noi ti preghiamo.*

L1 - Per coloro che guadagnano con fatica il pane quotidiano, per chi è privo di lavoro o del sostentamento, noi ti preghiamo.

L3 - *Per chi soffre a causa della solitudine e dell'abbandono, per chi non ha più casa né patria, noi ti preghiamo.*

L1 – Per i malati e i sofferenti, per coloro che vivono nella tristezza e hanno perso speranza nella vita, noi ti preghiamo.

L3 – *Per tutti gli infermieri e i medici, per tutti coloro che questa notte si prenderanno cura dei fratelli, noi ti preghiamo.*

L1 - Per chi si spende a servizio dei più poveri, degli stranieri, degli emarginati, noi ti preghiamo.

L3 – *Perché cresca sempre più la nostra comunione, in una fraternità semplice e grata, noi ti preghiamo.*

PADRE NOSTRO

C - Intercedi per noi presso il Padre tuo, Signore, e ammettici a pregare con le tue parole:

Padre Nostro che sei nei cieli (pausa)
Sia santificato il tuo nome (pausa)
Venga il tuo Regno (pausa)
Sia fatta la tua volontà come in cielo così in terra (pausa)
Dacci oggi il nostro pane quotidiano (pausa)
Rimetti a noi i nostri debiti (pausa)
come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori (pausa)
E non abbandonarci alla tentazione (pausa)
Ma liberaci dal male.

C - O Padre, che hai posto nella mente e nel cuore delle tue creature i doni del pensare e del volere, continua a donarci il tuo Spirito affinché ci guidi alla verità tutta intera e ci faccia crescere nella somiglianza del tuo Figlio Gesù. **T - Amen.**

BENEDIZIONE

P – Il Signore vi benedica e vi protegga. **T - Amen.**

P – Faccia risplendere il suo volto su di voi e vi doni la sua misericordia. **T - Amen.**

P – Rivolga su di voi il suo sguardo e vi doni la sua pace. **T – Amen.**

C – E la benedizione di Dio onnipotente, Padre e Figlio + e Spirito Santo, discenda su di voi, rimanga con voi per sempre. **T – Amen.**



Canto finale

LA MIA ANIMA CANTA

***La mia anima canta la grandezza del Signore, il mio spirito esulta in Dio mio Salvatore,
Nella mia povertà l'infinito mi ha guardata in eterno ogni creatura mi chiamerà beata.***

La mia gioia è nel Signore che ha compiuto grandi cose in me.

La mia lode al Dio fedele che ha soccorso il suo popolo e non ha dimenticato le sue promesse d'amore.

***La mia anima canta la grandezza del Signore, il mio spirito esulta in Dio mio Salvatore,
Nella mia povertà l'infinito mi ha guardata in eterno ogni creatura mi chiamerà beata.***