



## *Tempo per noi, Tempo per Dio!*

*La stella era scorta da tutti,  
ma non tutti ne compresero il senso.  
(S. Cromazio d'Aquileia)*

### INTRODUZIONE

Il percorso di Avvento vuole aiutarci a sperimentare nelle nostre case la presenza luminosa di Dio che viene a rischiarare il suo popolo: siamo noi quel piccolo focolare di preghiera e di pace che oggi è chiamato a divenire punto di luce per quanti vivono accanto a noi. Nell'VIII centenario del Presepe di Greccio vogliamo ritrovare la consapevolezza che il presepe «è come un Vangelo vivo, che trabocca dalle pagine della Sacra Scrittura. Mentre contempliamo la scena del Natale, siamo invitati a metterci spiritualmente in cammino, attratti dall'umiltà di Colui che si è fatto uomo per incontrare ogni uomo. E scopriamo che Egli ci ama a tal punto da unirsi a noi, perché anche noi possiamo unirci a Lui» (Papa Francesco, *Admirabile signum*, 1).

La preghiera che suggeriamo da vivere davanti al nostro presepe seguendo l'itinerario del Vangelo domenicale, vuole essere un **tempo di luce** che viviamo tra le mura domestiche perché la nostra vita si illumini di Vangelo. In quanto preparazione al Natale, l'Avvento vuole essere un tempo di attesa nella gioia, **tempo per noi** e così ripensare le nostre relazioni quotidiane, **tempo per Dio** e in Lui sentirci figli e fratelli.

Nella logica del dono ritagliamo alle nostre frenetiche giornate un tempo (massimo 20 minuti) con il desiderio di provare a condividere il vissuto aiutati da Colui che si è fatto dono. Anche oggi risuonano come vere per noi le parole di Benedetto XVI: «Tutti diciamo che “ci manca il tempo”, perché il ritmo della vita quotidiana è diventato per tutti frenetico. Anche a tale riguardo la Chiesa ha una “buona notizia” da portare: Dio ci dona il suo tempo. Noi abbiamo sempre poco tempo; specialmente per il Signore non sappiamo o, talvolta, non vogliamo trovarlo. Ebbene, Dio ha tempo per noi».

### COME PREGHIAMO IN CASA?

Una candela verrà accesa per aiutarci ad entrare nel tempo forte della preghiera come tempo di incontro con Colui che viene come luce perché ci dia forza di camminare alla sua luce. Ogni momento sarà introdotto da alcuni secondi di silenzio e, dopo il Segno della Croce, inizierà con un brano evangelico, un piccolo dialogo attraverso i salmi, una breve riflessione tratta da alcuni autori spirituali, un **dono\missione** come invito a vivere la Parola accolta, una preghiera finale condivisa. Un componente della famiglia concluderà la preghiera dicendo: *Il Signore Gesù, rimanga sempre con noi, ci preservi da ogni male e ci conceda di essere un cuor solo e un'anima sola. Amen.*

## Prima Domenica di Avvento

(Is 63,16-17.19; 64,2-7; Sal 79; 1Cor 1,3-9; Mc 13,33-37)

### APRIAMO IL CUORE

**G: Cari... (nomi dei familiari presenti), siamo riuniti nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.**

**T: Amen.**

**G: Iniziamo il cammino d'Avvento e accogliamo la Parola del Signore**

Il quel tempo Gesù disse ai suoi discepoli: «Fate attenzione, vegliate, perché non sapete quando è il momento. Quello che dico a voi, lo dico a tutti: vegliate!»

(Mc 13, 33.37)

### Alla luce della Parola

Metti Cristo nella tua vita, e troverai un amico di cui fidarti sempre. Metti Cristo e vedrai crescere le ali della speranza per percorrere con gioia la via del futuro. Metti Cristo e la tua vita sarà piena del suo amore, sarà una vita feconda. Perché tutti noi desideriamo avere una vita feconda, una vita che dona vita agli altri! Metti Cristo nella tua vita, in questi giorni Lui ti attende: ascolta con attenzione e la sua presenza entusiasmerà il tuo cuore. Anche tu puoi essere un testimone gioioso del suo amore, un testimone coraggioso del suo Vangelo per portare in questo nostro mondo un po' di luce. Lasciati cercare da Gesù, lasciati amare da Gesù, è un amico che non delude.

*Papa Francesco*

### In dialogo con i Salmi

**L: Signore, fa' splendere il tuo volto e noi saremo salvi.**

**T: Risveglia la tua potenza e vieni a salvarci.**

**L: Guarda dal cielo e vedi e visita questa vigna,**

**T: Signore, fa' splendere il tuo volto e noi saremo salvi.**

**L: Da te mai più ci allontaneremo, facci rivivere e noi invocheremo il tuo nome.**

**T: Signore, fa' splendere il tuo volto e noi saremo salvi.**

### ACCENDIAMO LA VITA: MARIA

Maria è colei che è sempre presente nel presepe eppure al tempo stesso non appare mai in primo piano. Lei ci indica e dona il Figlio e il suo grembo per noi è simile a quella mangiatoia: è colei che fa posto alla volontà di Dio, è colei che dona il Bambino donando se stessa. ***Come riconosciamo la presenza di Dio nella nostra vita?***

### UN DONO: UN'AVE MARIA

**Preghiamo un'Ave Maria per custodire in noi e nel mondo intero la pace.**

**UNA MISSIONE: Proviamo a fare un gesto sincero di accoglienza verso una persona in difficoltà e sempre in disparte cogliendo un suo lato positivo.**

### Preghiera

Vogliamo stare un po' con te Maria di fronte alla grotta e trovare pace, luce e gioia  
le nostre fatiche si muteranno in riposo,  
le nostre incomprensioni in segni di perdono  
le nostre tristezze in gioia e condivisione,  
le nostre paure in coraggio e speranza.  
Madre, in te ci rifugiamo e con te impariamo ad amare Gesù. Amen.

## Seconda Domenica di Avvento

(Is 40,2-5.9-11; Sal 84; 2Pt 3, 8-14; Mc 1, 1-8)

### APRIAMO IL CUORE

**G: Cari... (nomi dei familiari presenti), siamo riuniti nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.**

**T: Amen.**

### **G: Accogliamo come i primi cristiani la Buona Notizia che è il Vangelo**

Inizio del vangelo di Gesù, Cristo, Figlio di Dio. Giovanni proclamava: «Viene dopo di me colui che è più forte di me: io non sono degno di chinarmi per slegare i lacci dei suoi sandali. Io vi ho battezzato con acqua, ma egli vi battezzerà in Spirito Santo».

(Mc 1, 1.7-8)

### Alla luce della Parola

L'appello di Giovanni va dunque oltre e più in profondità rispetto alla sobrietà dello stile di vita: chiama ad un cambiamento interiore, a partire dal riconoscimento e dalla confessione del proprio peccato. Mentre ci prepariamo al Natale, è importante che rientriamo in noi stessi e facciamo una verifica sincera della nostra vita. Lasciamoci illuminare dalla luce che proviene da Betlemme.

*Papa Benedetto XVI*

### In dialogo con i Salmi

**L: Ascolterò cosa dice il Signore.**

**T: Egli annuncia la pace per il suo popolo, per i suoi fedeli.**

**L: Amore e verità si incontreranno, giustizia e pace si baceranno.**

**T: Verità germoglierà dalla terra e giustizia si affaccerà dal cielo.**

**L: Il Signore donerà il suo bene.**

**T: La nostra terra sarà il suo frutto.**

### ACCENDIAMO LA VITA: GIUSEPPE

Giuseppe è l'uomo che nella sua vita ha desiderato esser secondo il disegno di Dio. Giuseppe è realmente padre, perché è realmente custode: padri non si nasce, lo si diventa. E non lo si diventa solo perché si mette al mondo un figlio, ma perché ci si prende responsabilmente cura di lui. Si è padri tutte le volte che ci assumiamo la responsabilità della vita di un altro. ***Sento la gioia di essere custode dell'altro?***

### **DONO: IL SILENZIO**

**Rimaniamo in silenzio contemplando il presepe con lo sguardo di Giuseppe tenendoci per mano, l'uno accanto all'altro, o meglio, l'uno per l'altro.**

**UNA MISSIONE: Valorizziamo il tempo che passiamo insieme mettendo da parte le distrazioni e gustando la bellezza della condivisione.**

### **Preghiera**

O Gesù, nostro Maestro, ti ringraziamo,

per essere la Parola che non si stanca mai di giungere al cuore.

Donaci, o Signore, il desiderio di volgere lo sguardo verso la tua luce.

Donaci di perdonarci a vicenda e saper cogliere la tua presenza in ogni istante affinché sentiamo rivolto a noi l'invito del Battista: Convertitevi! Amen.

## Terza Domenica di Avvento

(Is 61,1-2.10-11; Lc 1,46-54; 1Ts 5,16-24; Gv 1, 6-8.19-28)

### APRIAMO IL CUORE

**G: Cari... (nomi dei familiari presenti), siamo riuniti nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.**

**T: Amen.**

### G: Ascoltiamo il Signore con tutta la Chiesa sparsa nel mondo il Vangelo

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. (Gv 1, 6-7)

### Alla luce della Parola

Giovanni è il "martire" della luce, testimone che l'avvicinarsi di Dio trasfigura, è come una manciata di luce gettata in faccia al mondo, non per abbagliare, ma per risvegliare le forme, i colori e la bellezza delle cose, per allargare l'orizzonte. Testimone che la pietra angolare su cui poggia la storia non è il peccato ma la grazia, non il fango ma un raggio di sole, che non cede mai. Ad ogni credente è affidata la stessa profezia del Battista: annunciare non il degrado, lo sfascio, il marcio che ci minaccia, ma occhi che vedono Dio camminare in mezzo a noi, sandali da pellegrino e cuore di luce: in mezzo a voi sta uno che voi non conoscete.

*padre Ermes Ronchi*

### In dialogo con i Salmi

**L: Il Signore ha guardato all'umiltà della sua serva.**

**T: Grandi cose ha fatto per noi l'Onnipotente.**

**L: Santo è il suo nome.**

**T: Grandi cose ha fatto per noi l'Onnipotente.**

**L: Di generazione in generazione la sua misericordia per quelli che lo temono.**

**T: Grandi cose ha fatto per noi l'Onnipotente.**

### ACCENDIAMO LA VITA: L'ASINO E IL BUE

Secondo la Tradizione nell'asino si riflettono tutti i popoli della terra che non appartengono ad Israele: i lontani, i pagani bisognosi di conversione. Giovanni Battista consegna anche al Popolo eletto che si era allontanato da Dio lo stesso messaggio racchiuso in un grido: Convertiti! Cambia vita! Il bue è solitamente il "più vicino" al Bambino come simbolo del popolo ebraico, dell'Antica Alleanza iniziata in quel fazzoletto di terra oggi colpita da una drammatica guerra. **Come costruire pace nella vita di tutti i giorni?**

#### **DONO: SCUSA, UNA PAROLA DA RISCOPRIRE**

**Proviamo a ritrovare la bellezza di chiederci scusa a vicenda pensando a qualche episodio e gesto stonato che abbiamo compiuto.**

**UNA MISSIONE: Cresciamo nella gentilezza con i nostri familiari con un sorriso in più e con le semplici piccole "buone maniere".**

#### **Preghiera**

Vieni, Signore, Gesù, a ravvivare la fede,

a rendere più certa la speranza, più ardente la carità.

Vieni, Signore, Gesù, a dare fiducia e coraggio a chi ha perso ogni speranza.

Vieni, Signore, Gesù, a illuminare i desideri di bene che abitano il cuore dell'uomo.

Vieni, Signore, Gesù, a guidare le scelte dei giovani e di quanti ti cercano.

Vieni, Signore, Gesù, non tardare. Amen.

## Quarta Domenica di Avvento

(2Sam 7,1-5.8b-12.14a.16; Sal 88; Rm 16,25-27; Lc 1,26-38)

### APRIAMO IL CUORE

**G:** Cari... (nomi dei familiari presenti), siamo riuniti nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

**T:** Amen.

**G:** Come casa abitata dal Signore accogliamo la Parola del Signore

Allora Maria disse: «Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola». E l'angelo si allontanò da lei. (Lc 1, 37-38)

### Alla luce della Parola

L'eccomi più pronto e gioioso fu quello pronunciato da Maria, quando l'angelo le annunciò la sua divina maternità. Maria credette e, fondata unicamente sulla fede, pronunciò il suo sì per la più meravigliosa avventura di grazia. L'«eccomi» è perciò la disposizione che deve dare inizio e compimento a ogni nostra giornata. Infatti, se consideriamo ogni giorno della nostra esistenza come una giornata di lavoro, l'«eccomi» del mattino deve ripetersi la sera come «eccomi» di consegna del lavoro compiuto nella giornata con l'aiuto della stessa divina grazia.

*madre Anna Maria Canopi*

### In dialogo con i Salmi

**L:** Il Signore ha guardato all'umiltà della sua serva.

**T:** Grandi cose ha fatto per noi l'Onnipotente.

**L:** Santo è il suo nome.

**T:** Grandi cose ha fatto per noi l'Onnipotente.

**L:** Di generazione in generazione la sua misericordia per quelli che lo temono.

**T:** Grandi cose ha fatto per noi l'Onnipotente.

### ACCENDIAMO LA VITA: I PASTORI

Ricorda Papa Francesco nella lettera *Admirabile signum*: «San Francesco, con la semplicità di quel segno, realizzò una grande opera di evangelizzazione. Il suo insegnamento è penetrato nel cuore dei cristiani e permane fino ai nostri giorni come una genuina forma per riproporre la bellezza della nostra fede con semplicità». Ciascuno di noi come quel pastore può contemplare la tenerezza di Dio e disporsi ad un incontro, cuore a cuore, in modo sempre nuovo con il suo Amore! **Cosa significa per noi "fare" il presepe? Come possiamo anche "essere" presepe?**

### **DONO:** GRAZIE, UNA PAROLA DA RISCOPRIRE

Gustiamo la gioia di essere amati e di amare attraverso i piccoli gesti.

**UNA MISSIONE:** Prendiamoci cura della "casa comune" rendendo più accoglienti alcuni spazi condivisi (es. l'androne, l'ingresso, ...) perché sia più Natale.

### Preghiera

Vieni presto, Signore Gesù. Ti stiamo aspettando!

Fa' scendere la tua Parola su di noi. Ti stiamo aspettando, Signore Gesù!

Abbiamo tanto bisogno di te. Ti stiamo aspettando, Signore Gesù!

Tocca il nostro cuore, cambia il nostro stile di vita,

rendici più generosi, più autentici, più umani. Ti stiamo aspettando, Signore Gesù!

Ti aspettano le nostre famiglie e i bambini, i nostri anziani e gli ammalati.

Vieni presto, Signore Gesù! Non tardare! Amen.