

## Per condividere

- Leggendo questo brano del Vangelo, quali caratteristiche del volto di Dio ho incontrato, mi stupisce, mi inquieta...?
- Che cosa dice questo Dio alla mia vita?
- Mi è rimasto un dubbio, avrei bisogno di un ulteriore chiarimento....

## Per pregare

Signore aiutami perché le paure e le angosce quotidiane non mi impediscano di attenderti con gioia nella certezza tu vieni ogni giorno e che verrai alla fine come salvatore.

Signore perdonami, per tutte le volte in cui, facendo fatica a pregare, la lampada del mio cuore ha una luce flebile.

L'Avvento è il tempo dell'attesa, il tempo che vive Maria, donna che, prima del parto, sa che cosa significa sperare, accogliere e donare.

Aiutami Signore a vivere le settimane che ci separano dalla nascita di Gesù con fiducia e speranza.

Eventuali preghiere libere

## Padre Nostro

per continuare  
Porta con te una parola del Vangelo che hai ascoltato

## 1^ Domenica di Avvento

Spirito Santo, scendi su di noi,  
donaci un cuore non appesantito  
dagli affanni della vita.  
Fa' che la preghiera ci aiuti ad essere vigili  
e a focalizzare l'anima su ciò che davvero conta,  
all'incontro con te.



## Il contesto

Il brano del Vangelo che leggeremo ora appartiene al genere apocalittico. Il discorso che viene qui tratto non è semplice, è forse uno dei più complessi di tutti i Vangeli. Gli eventi descritti non devono però essere presi alla lettera, ma ci dicono che il mondo, le istituzioni, la società, la nostra stessa vita sono fragili: Gesù ci ricorda che il mondo di cui facciamo esperienza e che ci è necessario è anche pieno di limiti e cesserà. La novità di questa pagina evangelica non consiste nell'annuncio della fine, ma nell'invito a credere alla potenza del Figlio dell'uomo e quindi a metterci in piedi, a sollevare gli occhi. Allora comprendiamo che il discorso fatto invita piuttosto ad aver fiducia nella promessa di Dio. L'obiettivo di Gesù è di ridare fiducia a noi credenti, di farci capire che il mondo ha il suo inizio e il suo termine in Dio. Siamo invitati a vivere il presente tenendo conto di questo, solo così la nostra vita avrà senso.

## Dal Vangelo secondo Luca (21,25-28.34-36)

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «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, mentre gli uomini moriranno per la paura e per l'attesa di ciò che dovrà accadere sulla terra. Le potenze dei cieli infatti saranno sconvolte. Allora vedranno il Figlio dell'uomo venire su una nube con grande potenza e gloria. Quando cominceranno ad accadere queste cose, risollevatevi e alzate il capo, perché la vostra liberazione è vicina.

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; come un laccio infatti esso si abatterà sopra tutti coloro che abitano sulla faccia di tutta la terra. Vegliate 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».

*Questa scheda è pensata per un incontro della durata di un'ora. Il suggerimento è di custodire gli ultimi cinque minuti per la preghiera finale.*

*È bene attenersi alle domande.*

*Evitare di commentare/giudicare gli interventi degli altri.*

*Permettere a tutti di parlare.*

*Al termine dell'incontro, ricordare tre scoperte condivise che vorremmo portare con noi a casa: "Oggi abbiamo scoperto che Dio è... abbiamo individuato queste domande..."*

### **Per approfondire**

*"Risollevatevi e alzate il capo, perché la vostra liberazione è vicina".*

I versetti che precedono questo passo parlano di tribolazioni, catastrofi e sventura. Ma il Signore non vuole toglierci la speranza, perché lui è venuto per portarci la salvezza. Ogni volta che irrompe il male o vengono meno le nostre forze, non siamo lasciati soli: Gesù è venuto nella nostra carne e ci ha portato la sua bontà; la nostra speranza si basa sulla sua fedeltà. L'invito è quello di non restare piegati dall'angoscia, dalle paure ma di alzare il capo. Non dobbiamo vivere i giorni che ci separano dalla fine con pesantezza, consumati da mille preoccupazioni, ma sereni perché la nostra fiducia e la nostra libertà sono nelle mani del Signore. La liberazione è vicina ad ogni generazione ed il tempo presente è occasione per dimostrare che si crede in questo.

- Quanto pesano i timori, le angosce nel mio vivere quotidiano?
- Di fronte a certi crolli, riesco ad alzare il capo e fidarmi del Signore?

*"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".*

In questo versetto Gesù ci incoraggia a lavorare oggi per il futuro.

Il rischio, per noi uomini, è che le distrazioni della vita ci portino a non accorgerci della salvezza. Gli affanni della vita possono essere diversi, di tipo morale ma anche concreto (mangiare, bere).

È fondamentale stare in guardia, attenti ai pericoli della vita quotidiana perché il ritorno del Signore non ci colga impreparati.

- Che cosa appesantisce il mio cuore?
- Quando il cuore è pesante riesco a pensare che io faccio parte di un processo di salvezza?

*"Vegliate in ogni momento pregando".*

Quando l'evangelista Luca dice di vigilare non intende precisare un'azione concreta, quanto piuttosto indicare un modo d'essere. Il cristiano sta attento a qualsiasi cosa accada dentro e fuori di sé. Ad ognuno di noi viene chiesto di non addormentarsi e di testimoniare la venuta quotidiana e ultima del Signore.

"Vigilare significa questo: non permettere che il cuore si impigrisca e che la vita spirituale si ammorbida nella mediocrità. È la preghiera che tiene accesa la lampada del cuore. Specialmente quando sentiamo che l'entusiasmo si raffredda, la preghiera lo riaccende, perché ci riporta a Dio, al centro delle cose. La preghiera risveglia l'anima dal sonno e la focalizza su quello che conta, sul fine dell'esistenza". (Papa Francesco).

Il segreto per restare vigili è la preghiera.

- Il Signore è sempre presente, riesco ad essere segno di questo per gli altri credenti, a cominciare da quelli della mia famiglia?

Sugeriamo che **quanto emerso** nei gruppi di Sulla Tua Parola possa essere **valorizzato** dal sacerdote **durante la Santa Messa**. Quanto pregato, meditato potrebbe trovare così nuova vita durante l'omelia domenicale e non rimanere un qualcosa di limitato al piccolo gruppo di Sulla Tua Parola che c'è in parrocchia.