

# DIOCESI DI VALLO DELLA LUCANIA

## LA FAMIGLIA IN PREGHIERA PER LA PASQUA SETTIMANALE

# I DOMENICA DI AVVENTO

*“Il Signore vi faccia crescere e sovrabbondare nell’amore fra voi e verso tutti,  
per rendere saldi i vostri cuori e irreprensibili nella santità”.*  
(1Ts 3, 12.13)

*Per una Chiesa sinodale: Comunione, partecipazione e missione*

*«L’intero Popolo di Dio condivide una comune dignità e vocazione attraverso il Battesimo. Tutti noi siamo chiamati, in virtù del nostro Battesimo, a partecipare attivamente alla vita della Chiesa. Nelle parrocchie, nelle piccole comunità cristiane, nei movimenti laici, nelle comunità religiose e in altre forme di comunione, donne e uomini, giovani e anziani, siamo tutti invitati ad ascoltarci l’un l’altro per sentire i suggerimenti dello Spirito Santo, che viene a orientare i nostri sforzi umani, immettendo vita e vitalità nella Chiesa e guidandoci in una comunione più profonda in vista della nostra missione nel mondo. Mentre la Chiesa intraprende questo cammino sinodale, dobbiamo fare tutto il possibile per radicarci in esperienze di autentico ascolto e discernimento avviandoci a diventare la Chiesa che Dio ci chiama ad essere» (Dal Vademecum per il Sinodo sulla Sinodalità).*

**Preghiera** Siamo qui dinanzi a te, Spirito Santo:  
siamo tutti riuniti nel tuo nome.  
**Vieni** a noi,  
assistici,  
scendi nei nostri cuori.  
**Insegnaci** tu ciò che dobbiamo fare,  
mostraci tu il cammino da seguire tutti insieme.  
**Non permettere** che da noi peccatori sia lesa la giustizia,  
non ci faccia sviare l’ignoranza,  
non ci renda parziali l’umana simpatia,  
perché siamo una cosa sola in te  
e in nulla ci discostiamo dalla verità.  
**Lo chiediamo** a Te,  
che agisci in tutti i tempi e in tutti i luoghi,  
in comunione con il Padre e con il Figlio,  
per tutti i secoli dei secoli. Amen.

*Sussidio a cura dell’Ufficio Liturgico Diocesano.  
Vallo della Lucania, 26.11.2021*

*In orario opportuno, preferibilmente prima del pranzo, la famiglia al completo si ritrova insieme, davanti a un Crocifisso, oppure davanti a un’immagine del Signore Gesù o della Beata Vergine Maria, altrimenti in un luogo adatto della casa, eventualmente ponendo su un tavolo al centro il Vangelo o la Bibbia. La domenica è il Giorno del Signore, in cui celebriamo la sua risurrezione e ricordiamo il Battesimo da noi ricevuto, nostra prima Pasqua, perciò è bello accendere un cero, o, in mancanza, le luci elettriche in segno di festa. Preferibilmente uno dei genitori guida la preghiera.*

## PREGHIERA INIZIALE

In piedi

**Guida:** Nel nome del Padre, e del Figlio e dello Spirito Santo. **Tutti** Amen.

*Mentre uno dei presenti accende il cero, si benedice Dio con le seguenti parole:*

**Guida:** Benedetto sei tu, Dio, nostro Creatore e Padre!

E benedetto il Cristo, tuo Figlio che viene a noi nel tuo Nome,  
pieno di grazia e di misericordia

**Tutti:** **Benedetto sei tu, Dio, nostro Creatore e Padre!**

## ACCOGLIENZA DELLA PAROLA DI DIO

Disponiamo i nostri cuori ad accogliere la Parola del Signore pregando con le parole del Salmo 24/25.

*Il Salmo può essere recitato nella forma responsoriale: uno proclama le strofe e tutti si uniscono con il ritornello; oppure, omettendo il ritornello, i presenti recitano le strofe alternativamente.*

**R.** A te, Signore, innalzo l'anima mia, in te confido.

Fammi conoscere, Signore, le tue vie,  
insegnami i tuoi sentieri.

Guidami nella tua fedeltà e istruiscimi,  
perché sei tu il Dio della mia salvezza. **R.**

Buono e retto è il Signore,  
indica ai peccatori la via giusta;  
guida i poveri secondo giustizia,  
insegna ai poveri la sua via. **R.**

Tutti i sentieri del Signore sono amore e fedeltà  
per chi custodisce la sua alleanza e i suoi precetti.  
Il Signore si confida con chi lo teme:  
gli fa conoscere la sua alleanza. **R.**

## VANGELO

*Tu lo dici: io sono re.*

*Uno dei presenti proclama:*

✠ 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».

Parola del Signore

*Una breve sosta di silenziosa meditazione*

*Si può aggiungere la seguente riflessione*

Oggi inizia l'Avvento, il tempo liturgico che ci prepara al Natale, invitandoci ad alzare lo sguardo e ad aprire il cuore per accogliere Gesù. In Avvento non viviamo solo l'attesa del Natale; veniamo invitati anche a risvegliare l'attesa del ritorno glorioso di Cristo – quando alla fine dei tempi tornerà –, preparandoci all'incontro finale con Lui con scelte coerenti e coraggiose. Ricordiamo il Natale, aspettiamo il ritorno glorioso di Cristo, e anche il nostro incontro personale: il giorno nel quale il Signore chiamerà. In queste quattro settimane siamo chiamati a uscire da un modo di vivere rassegnato e abitudinario, e ad uscire alimentando speranze, alimentando sogni per un futuro nuovo. Il Vangelo di questa domenica (cfr *Lc* 21,25-28.34-36) va proprio in tale direzione e ci mette in guardia dal lasciarci opprimere da uno stile di vita egocentrico o dai ritmi convulsi delle giornate. Risuonano particolarmente incisive le parole di Gesù: «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. [...] Vegliate in ogni momento pregando» (vv. 34.36).

*Stare svegli e pregare*: ecco come vivere questo tempo da oggi fino a Natale. Stare svegli e pregare. Il sonno interiore nasce dal girare sempre attorno a noi stessi e dal restare bloccati nel chiuso della propria vita coi suoi problemi, le sue gioie e i suoi dolori, ma sempre girare intorno a noi stessi. E questo stanca, questo annoia, questo chiude alla speranza. Si trova qui la radice del torpore e della pigrizia di cui parla il Vangelo. L'Avvento ci invita a un impegno di vigilanza guardando fuori da noi stessi, allargando la mente e il cuore per aprirci alle necessità della gente, dei fratelli, al desiderio di un mondo nuovo. È il desiderio di tanti popoli martoriati dalla fame, dall'ingiustizia, dalla guerra; è il desiderio dei poveri, dei deboli, degli abbandonati. Questo tempo è opportuno per aprire il nostro cuore, per farci domande concrete su come e per chi spendiamo la nostra vita.

Il secondo atteggiamento per vivere bene il tempo dell'attesa del Signore è quello della *preghiera*. «Risollevatevi e alzate il capo, perché la vostra liberazione è vicina» (v. 28), ammonisce il Vangelo di Luca. Si tratta di alzarsi e pregare, rivolgendo i nostri pensieri e il nostro cuore a Gesù che sta per venire. Ci si alza quando si attende qualcosa o qualcuno. Noi attendiamo Gesù, lo vogliamo attendere nella preghiera, che è strettamente legata alla vigilanza. Pregare, attendere Gesù, aprirsi agli altri, essere svegli, non chiusi in noi stessi. Ma se noi pensiamo al Natale

in un clima di consumismo, di vedere cosa posso comprare per fare questo e quest'altro, di festa mondana, Gesù passerà e non lo troveremo. Noi attendiamo Gesù e lo vogliamo attendere nella preghiera, che è strettamente legata alla vigilanza.

Ma qual è l'orizzonte della nostra attesa orante? Ce lo indicano nella Bibbia soprattutto le voci dei *profeti*. Oggi è quella di Geremia, che parla al popolo duramente provato dall'esilio e che rischia di smarrire la propria identità. Anche noi cristiani, che pure siamo popolo di Dio, rischiamo di mondanizzarci e di perdere la nostra identità, anzi, di "paganizzare" lo stile cristiano. Perciò abbiamo bisogno della Parola di Dio che attraverso il profeta ci annuncia: «Ecco, verranno giorni nei quali io realizzerò le promesse di bene che ho fatto [...]. Farò germogliare per Davide un germoglio giusto, che eserciterà il giudizio e la giustizia sulla terra» (33,14-15). E quel germoglio giusto è Gesù, è Gesù che viene e che noi attendiamo.

La Vergine Maria, che ci porta Gesù, donna dell'attesa e della preghiera, ci aiuti a rafforzare la nostra speranza nelle promesse del suo Figlio Gesù, per farci sperimentare che, attraverso il travaglio della storia, Dio resta sempre fedele e si serve anche degli errori umani per manifestare la sua misericordia. (Papa Francesco, dall'*Angelus* del 02.12.2018).

## PROFESSIONE DI FEDE

**Guida:** Ringraziamo Dio per il dono della Fede e della grazia del Battesimo e diciamo:

Credo in un solo Dio Padre onnipotente,  
creatore del cielo e della terra,  
di tutte le cose visibili e invisibili.

Credo in un solo Signore, Gesù Cristo,  
unigenito Figlio di Dio,  
nato dal Padre prima di tutti i secoli:

Dio da Dio, Luce da Luce, Dio vero da Dio vero;  
generato, non creato, della stessa sostanza del Padre;  
per mezzo di lui tutte le cose sono state create.

Per noi uomini e per la nostra salvezza  
discese dal cielo,

*Alle parole:* e per opera dello Spirito Santo... fino a si è fatto uomo, *tutti si inchinano.*

e per opera dello Spirito Santo  
si è incarnato nel seno della Vergine Maria  
e si è fatto uomo.

Fu crocifisso per noi sotto Ponzio Pilato,  
morì e fu sepolto.

Il terzo giorno è risuscitato, secondo le Scritture,  
è salito al cielo, siede alla destra del Padre.

E di nuovo verrà, nella gloria,  
per giudicare i vivi e i morti,  
e il suo regno non avrà fine.

Credo nello Spirito Santo, che è Signore e dà la vita,

e procede dal Padre e dal Figlio.  
Con il Padre e il Figlio è adorato e glorificato,  
e ha parlato per mezzo dei profeti.  
Credo la Chiesa, una, santa, cattolica e apostolica.  
Professo un solo Battesimo per il perdono dei peccati.  
Aspetto la risurrezione dei morti  
e la vita del mondo che verrà. Amen.

## INVOCAZIONI

**Guida:** Nell'attesa dell'avvento glorioso del nostro Redentore, rivolgiamo suppliche al Padre che è nei cieli, perché susciti in tutti il desiderio della salvezza e ci soccorra in ogni necessità. Preghiamo insieme e diciamo:

**Tutti:** Visita il tuo popolo, Signore.

Per la Chiesa: nel nuovo Anno liturgico, rinnovi il suo impegno missionario, perché tutti gli uomini giungano all'incontro con il Salvatore. Preghiamo.

Per i governanti: promuovano ovunque una pace duratura, la giustizia sociale, la salvaguardia del creato, la libertà religiosa. Preghiamo.

Per coloro che hanno perduto la speranza: la benevolenza e la sollecitudine dei battezzati facciano rifiorire la fiducia nei loro cuori. Preghiamo.

Per i giovani: attirati da Cristo, primogenito dell'umanità nuova, ispirino a lui le scelte di vita. Preghiamo.

Per tutti noi: la luce dello Spirito Santo e l'ascolto assiduo della parola di Dio ci aiuti a scorgere nella realtà quotidiana la presenza viva e consolante del Signore Gesù e ci insegni, soprattutto in questa esperienza del cammino sinodale, l'accoglienza, l'attenzione e l'ascolto reciproco. Preghiamo.

**Guida:** Concludiamo la nostra preghiera affidandoci a Dio con le parole che Gesù ci ha insegnato:

**Tutti, eventualmente con le braccia allargate, dicono:**

Padre nostro che sei nei cieli,  
sia santificato il tuo nome;  
venga il tuo regno,  
sia fatta la tua volontà,  
come in cielo così in terra.  
Dacci oggi il nostro pane quotidiano,  
e rimetti a noi i nostri debiti  
come **anche** noi li rimettiamo ai nostri debitori,  
e non **abbandonarci alla** tentazione,  
ma liberaci dal male.

Guida:

Padre santo,  
che mantieni nei secoli le tue promesse,  
rialza il capo dell'umanità oppressa dal male  
e apri i nostri cuori alla speranza,  
perché attendiamo vigilanti la venuta gloriosa di Cristo,  
giudice e salvatore.  
Egli vive e regna nei secoli dei secoli. **Tutti:** Amen.

\*\*\*

*Se il momento di preghiera si tiene immediatamente prima del pranzo, si può lodevolmente aggiungere la benedizione della mensa:*

Guida:

Benedici, Signore, questo cibo che condividiamo in letizia e semplicità di cuore  
e confermaci nella tua amicizia e nella tua pace. **Tutti:** Amen.

\*\*\*

Guida: Invochiamo la benedizione del Signore:

*e mentre tutti tengono il capo chino, dice*

Guida Nel cammino di questa vita, Dio ci renda saldi nella fede, gioiosi nella speranza,  
operosi nella carità. **Tutti:** Amen.

*Chi guida, mentre traccia su di sé il segno della croce e lo stesso fanno tutti i presenti, dice:*

E ci doni la sua benedizione Dio onnipotente, Padre e Figlio e Spirito Santo.

**Tutti:** Amen.

*Se sono presenti bambini o fanciulli, i genitori stessi tracciano un segno di croce sulla fronte dei loro figli.*

#### SALUTO ALLA VERGINE MARIA

**Tutti insieme:** Ave, o Maria, piena di grazia, Il Signore è con te.

Tu sei benedetta fra le donne

e benedetto è il frutto del tuo seno, Gesù.

Santa Maria, Madre di Dio, prega per noi peccatori,  
adesso e nell'ora della nostra morte. Amen.