PONTIFICIO SEMINARIO
ROMANO MINORE

# RAGAZZI di PAROLA!

## Percorso dell'Avvento



*Dieci minuti al giorno*
*per fare spazio alla Parola!*

# Carissimo e carissima,

questo percorso e cammino è per te.

Ci sono i Vangeli dei giorni feriali di Avvento.

Ti consiglio di regalarti del tempo per te.

Prova a leggere il Vangelo e lascia che il Signore ti parli nel cuore in questo Avvento.

Cosa troverai?

Una proposta semplice:

- Un brano del Vangelo,
- un pensiero per te,
- un pensiero semplice di un santo o di una santa,
- una preghiera.

Non aver paura di essere fedele, bastano dieci minuti ogni giorno e ti assicuriamo che sarà Natale davvero!

Gesù ti prende per mano e vuole essere tuo compagno di viaggio, di ogni giorno, ti chiama e attende la tua risposta.

Buon Avvento,

*L'équipe vocazionale*

DEL PONTIFICIO SEMINARIO ROMANO MINORE

*ogni giorno, dieci minuti*

# Come funziona



1. **LA PAROLA**
   *Un brano del Vangelo*
2. **UN PENSIERO PER TE**
   *Un pensiero per te*
3. **UN PENSIERO DI UN SANTO**
   *Un pensiero semplice di un santo o di una santa*
4. **UNA PREGHIERA**
   *Una preghiera*

## *quattro settimane, quattro candele*

1. **1ª SETTIMANA · ATTESA E ASCOLTO**
   *30 novembre – 5 dicembre*
2. **2ª SETTIMANA · CAMMINO E FIDUCIA**
   *7 – 12 dicembre*
3. **3ª SETTIMANA · GIOIA E DONO**
   *14 – 19 dicembre*
4. **4ª SETTIMANA · LUCE E INCONTRO**
   *21 – 24 dicembre*



*e negli spazi liberi... i tuoi appunti*

# 1ª

*settimana di Avvento*

# ATTESA E ASCOLTO

**30 NOVEMBRE – 5 DICEMBRE**





*1ª settimana · Attesa e ascolto*

# La mia settimana






LUNEDÌ
**30 novembre**
Mt 4, 18-22 · Vangelo di Matteo
PAG. 6



MARTEDÌ
**1 dicembre**
Lc 10, 21-24 · Vangelo di Luca
PAG. 8



MERCOLEDÌ
**2 dicembre**
Mt 15, 29-37 · Vangelo di Matteo
PAG. 10



GIOVEDÌ
**3 dicembre**
Mt 7, 21.24-27 · Vangelo di Matteo
PAG. 14



VENERDÌ
**4 dicembre**
Mt 9, 27-31 · Vangelo di Matteo
PAG. 16



SABATO
**5 dicembre**
Mt 9, 35-10, 1.6-8 · Vangelo di Matteo
PAG. 18

# 30 LUNEDÌ novembre





## LA PAROLA

**Mt 4, 18-22** *Dal Vangelo secondo Matteo*

In quel tempo, mentre camminava lungo il mare di Galilea, Gesù vide due fratelli, Simone, chiamato Pietro, e Andrea suo fratello, che gettavano le reti in mare; erano infatti pescatori. E disse loro: «Venite dietro a me, vi farò pescatori di uomini». Ed essi subito lasciarono le reti e lo seguirono.
Andando oltre, vide altri due fratelli, Giacomo, figlio di Zebedèo, e Giovanni suo fratello, che nella barca, insieme a Zebedèo loro padre, riparavano le loro reti, e li chiamò. Ed essi subito lasciarono la barca e il loro padre e lo seguirono.

## UN PENSIERO PER TE

È interessante che il primo giorno "normale" di Avvento coincida quest'anno con la festa di S. Andrea. Mi hanno sempre colpito due cose di questo brano che condivido volentieri con te.

Gesù è attratto da due tipologie di persone: chi getta le reti e chi le ripara dopo aver pescato o forse prima di iniziare la pesca.

Innanzitutto Gesù ferma lo sguardo non su dei "fannulloni", ma su degli uomini tenaci, in azione, al lavoro. Vorrei vivere questa giornata ad avere fiducia, vorrei vivere questa giornata a non scoraggiarmi, a gettare le reti, a mettercela tutta, a non sprecare il tempo, il cuore, i talenti. Nello stesso tempo l'Avvento è il tempo del "riparare", "ricucire" gli strappi, ciò che m'impedisce di vivere e di vivere alla grande. L'altra cosa che mi ha sempre stupito è l'immediatezza della risposta: Gesù chiama e subito si lascia tutto. Certo Gesù sa conquistare, ha progetti grandi, di qualità superiore: forse Andrea, Pietro, Giacomo e

**UN PENSIERO PER TE** *continua*

Giovanni hanno scoperto il sogno grande che Dio ha su di loro e quel sogno, non sappiamo dire perché, ma ci attrae e vogliamo subito, ora, cominciare a realizzarlo. L'Avvento è il tempo di dire: ci sono, sono pronto, sono pronta al sogno che hai su di me!

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«Voglio vivere e non vivacchiare!»*

★ *San Pier Giorgio Frassati*

**UNA PREGHIERA**

Signore, accompagna i primi passi di Avvento.

Continua a cercarmi,

guarda con tenerezza il mio impegno e la mia fatica,

il mio mettermi a riparare ciò che ho strappato e ciò che dentro di me faccio fatica a ricomporre.

Gesù, cercami e fammi sentire la Tua voce,

il Tuo sogno su di me e io non mi stanchi mai di lasciare tutto e dirti con il cuore il mio: Eccomi, ci sono!

# 1 MARTEDÌ *dicembre*





## LA PAROLA

### Lc 10, 21-24

*Dal Vangelo secondo Luca*

In quella stessa ora Gesù esultò di gioia nello Spirito Santo e disse: «Ti rendo lode, o Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, o Padre, perché così hai deciso nella tua benevolenza. Tutto è stato dato a me dal Padre mio e nessuno sa chi è il Figlio se non il Padre, né chi è il Padre se non il Figlio e colui al quale il Figlio vorrà rivelarlo». E, rivolto ai discepoli, in disparte, disse: «Beati gli occhi che vedono ciò che voi vedete. Io vi dico che molti profeti e re hanno voluto vedere ciò che voi guardate, ma non lo videro, e ascoltare ciò che voi ascoltate, ma non lo ascoltarono».

## UN PENSIERO PER TE

E i miei occhi cosa vedono? Non sempre ciò che vedo mi fa beato. Non sono più capace di stupirmi delle meraviglie che mi circondano, della piccolezza dei segni e dei gesti delle mie giornate. Forse disprezzo ciò che è piccolo, ciò che sembra insignificante... ma non sarà che proprio lì si nasconde Dio? Non sarà che proprio da lì mi chiama e mi cerca? Sì, forse è proprio così: ho bisogno di guardare con occhi nuovi, ho bisogno di vedere le cose nascoste, ho bisogno di un cuore che se ne accorga e ho bisogno di comprendere che seguirti significa essere innamorati delle cose piccole e vere, che durano per sempre.

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«Non lasciarmi sfuggire alcun piccolo sacrificio, alcuno sguardo, alcuna parola, approfittare di tutte le più piccole cose e farle per amore...»*

★ *S. Teresa di Gesù Bambino*

**UNA PREGHIERA**

Signore, dammi occhi che siano specchio di un cuore puro.

Dammi occhi che siano segno di speranza,

occhi che sanno vedere le cose piccole,

occhi che sanno accorgersi della Tua Presenza nel quotidiano,

dammi di vederti nascere nelle storie di ogni giorno,

occhi che ti cercano e ti attendono.

Togli il buio dello sguardo,

allontana da me il timore di non farcela,

dammi la gratitudine, perché la Tua voce e i tuoi occhi mi cercano, mi chiamano, mi sostengono.

Grazie perché se rimango piccolo nel cuore, faremo insieme cose grandi!

# 2 MERCOLEDÌ *dicembre*





## LA PAROLA

**Mt 15, 29-37** *Dal Vangelo secondo Matteo*

In quel tempo, Gesù giunse presso il mare di Galilea e, salito sul monte, lì si fermò. Attorno a lui si radunò molta folla, recando con sé zoppi, storpi, ciechi, sordi e molti altri malati; li deposero ai suoi piedi, ed egli li guarì, tanto che la folla era piena di stupore nel vedere i muti che parlavano, gli storpi guariti, gli zoppi che camminavano e i ciechi che vedevano. E lodava il Dio d'Israele. Allora Gesù chiamò a sé i suoi discepoli e disse: «Sento compassione per la folla. Ormai da tre giorni stanno con me e non hanno da mangiare. Non voglio rimandarli digiuni, perché non vengano meno lungo il cammino». E i discepoli gli dissero: «Come possiamo trovare in un deserto tanti pani da sfamare una folla così grande?».
Gesù domandò loro: «Quanti pani avete?». Dissero: «Sette, e pochi pesciolini». Dopo aver ordinato alla folla di sedersi per terra, prese i sette pani e i pesci, rese grazie, li spezzò e li dava ai discepoli, e i discepoli alla folla. Tutti mangiarono a sazietà. Portarono via i pezzi avanzati: sette sporte piene.

*i miei appunti*

**UN PENSIERO PER TE**

Ti capita mai di sentire compassione di qualcuno? Sicuramente quel sentimento, quella emozione ti fa assomigliare a Gesù. Quel compagno o compagna di classe con qualche fatica, quell'amico che hai visto piangere di nascosto, il nonno o la nonna fragile e stanco o stanca, quel parente in ospedale, papà e mamma talvolta affaticati, quella tristezza che leggi negli occhi di chi ti sta accanto senza bisogno di parlarti... sì anche tu assomigli a Gesù quando hai compassione. Quelle situazioni ti chiamano, quelle solitudini non ti lasciano indifferente. Cosa posso fare? Io stesso sono spesso in quelle situazioni e così ti viene da dire: Signore, cosa posso trovare, cosa posso fare io per tutte queste situazioni che generano compassione? Io non posso fare nulla, meglio non pensarci o lasciare ad altri... eppure la tua voce mi chiede solo questo: dammi il tuo cuore, dammi ciò che sei e ciò che hai, metti il poco che pensi di avere nelle mie mani e io lo moltiplicherò. Il Signore ha bisogno del tuo poco e nulla è inutile... la vita è dare tutto: a te sembra poco, ma per Gesù è ciò che serve per dare sollievo a chi non ha, a chi ha perso la speranza. Il dono, anche se poco, porterà sempre abbondanza. Una vita egoista che ha tutto, in realtà lascerà tutti a mani vuote. Gesù ha spezzato un pezzo di pane nell'Ultima Cena, ma in quel pezzetto di pane c'era tutto il Suo Amore, c'era tutto Gesù, non aveva lasciato nulla per se stesso.

*i miei appunti*

☆ **UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«Non è importante quanto diamo, ma quanto amore ci mettiamo nel dare».*

★ *S. Teresa di Calcutta*



*i miei appunti*

## UNA PREGHIERA

Signore, regalami la compassione.

Non mi far camminare nella vita senza fermarmi a pensare cosa posso fare.

Aiutami a non pensare a cosa farò da grande,

ma aiutami a pensare: cosa mi chiedi di donare per essere generoso?

Signore, che io ti cerchi e ti veda in chi ha bisogno,

che io non mi scoraggi mai.

Ma fammi portare a te quel poco che ho.

Donami la fede perché sappia nel cuore che quel poco per Te sarà molto e lo saprai moltiplicare.

Non farmi aver paura di nascondere quel talento che mi hai dato,

fa' di noi ragazzi e ragazze generose.

Fa' che la vita ci faccia andare a donare ciò che hai moltiplicato e non passiamo i nostri giorni

a pensare che il bene non sia possibile.

Facci cominciare oggi, con un piccolo passo, un sorriso,

una parola e tutto diventerà forza

e così sia vita, alla grande!

*i miei appunti*

# 3 GIOVEDÌ dicembre





## LA PAROLA

**Mt 7, 21.24-27** *Dal Vangelo secondo Matteo*

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: «Non chiunque mi dice: "Signore, Signore", entrerà nel regno dei cieli, ma colui che fa la volontà del Padre mio che è nei cieli. Perciò chiunque ascolta queste mie parole e le mette in pratica, sarà simile a un uomo saggio, che ha costruito la sua casa sulla roccia. Cadde la pioggia, strariparono i fiumi, soffiarono i venti e si abbatterono su quella casa, ma essa non cadde, perché era fondata sulla roccia. Chiunque ascolta queste mie parole e non le mette in pratica, sarà simile a un uomo stolto, che ha costruito la sua casa sulla sabbia. Cadde la pioggia, strariparono i fiumi, soffiarono i venti e si abbatterono su quella casa, ed essa cadde e la sua rovina fu grande».

## UN PENSIERO PER TE

Tutti, genitori, professori, allenatore, prof di ripetizione, i nonni continuamente mi dicono che devono mettere le basi della vita su terreni sicuri, sulla roccia. Tutti mi parlano come Gesù eppure io sento di non esserne capace: sento il cuore che non è una roccia, ma come la sabbia. Vorrei costruire sulla roccia, ma dove trovo questa sicurezza? Forse la cerco solo in me stesso, in me stessa... qui capisco che questa roccia è la Sua Parola? Ma voglio essere onesto, onesta: faccio fatica a crederlo. Nell'Avvento Gesù mi aiuta a comprendere che vuole far nascere qualcosa di nuovo in me... forse cerco qualcosa che mi doni luce... e se fosse un versetto ogni giorno? Non risolverà i miei problemi, ma se m'impegnassi a cercare anche una sola frase di un passo del Vangelo e lo facessi ogni giorno qualche minuto? Forse lo so, forse ci riesco... ma piano piano quelle parole entrano nel cuore, e voglio credere che piano piano diventano la mia roccia che mi svelano quello che di bello il Signore ha pensato per me. Il Signore sogna una vita poggiata su ciò che dona senso, pienezza e mi fa sentire contento, contenta perché solo ciò che è Roccia sa di vita vera, che è quella che io cerco e per la quale sono stato pensato, pensata da sempre.

☆ UN PENSIERO DI UN SANTO

*«Impara a conoscere il cuore di Dio nelle parole di Dio».*

★ S. Gregorio Magno

UNA PREGHIERA

Signore, ho il cuore fragile, ma desidero sicurezza.

Non ho stima di me stesso, me stessa, ma cerco chi mi possa gratificare.

Vorrei una vita alla grande, ma sento di dovermi accontentare di poco...

Non sogno più, devo prendere ciò che mi passa davanti.

Eppure la Tua Parola mi dice che posso costruire sulla roccia,

che posso davvero sognare alla grande.

Si tratta però di cominciare, di essere concreti,

lavorare su se stessi ogni giorno,
lasciare che il Tuo Spirito Santo plasmi il mio cuore,

permettere di scegliere la roccia e lasciare da parte la sabbia.

Aiutami, Signore: fammi innamorare di ciò che costruisce anche con fatica,

e fa' che non mi lasci illudere da ciò che riempie oggi, ma non costruisce domani,

da ciò che non viene da un progetto d'amore, ma solo dall'illusione di poter amare.

# 4 VENERDÌ *dicembre*





## LA PAROLA

**Mt 9, 27-31** *Dal Vangelo secondo Matteo*

In quel tempo, mentre Gesù si allontanava, due ciechi lo seguirono gridando: «Figlio di Davide, abbi pietà di noi!». Entrato in casa, i ciechi gli si avvicinarono e Gesù disse loro: «Credete che io possa fare questo?». Gli risposero: «Sì, o Signore!». Allora toccò loro gli occhi e disse: «Avvenga per voi secondo la vostra fede». E si aprirono loro gli occhi. Quindi Gesù li ammonì dicendo: «Badate che nessuno lo sappia!». Ma essi, appena usciti, ne diffusero la notizia in tutta quella regione.

## UN PENSIERO PER TE

Gesù una volta ha detto con chiarezza che un cieco non può guidare un altro cieco!

Qui vengono guariti due ciechi? Un miracolo fatto a due persone in contemporanea! Ma cosa potrà indicare, cosa potrà dirmi? Forse un invito a comprendere che la vita non si spende da soli, ma si condivide. Nulla è solo per noi. Siamo gli uni compagni di viaggio degli altri. Provo a pensare a qualche amico che mi sa stare accanto, a qualcuno, a partire dai miei genitori, che mi hanno preso per mano e insegnato i primi passi. I sentieri non si fanno mai da soli, le cose grandi e belle della vita sono sempre da condividere. È un bisogno del cuore, un modo per vivere. E allora il Signore apre gli occhi a due amici perché possano sostenersi, apre gli occhi a due amici perché possano vedersi per come sono veramente, apre gli occhi a due amici perché solo insieme si vede la luce, mai da soli. Oggi ho bisogno di riscoprire la gioia dell'incontro e non fermarmi a parlare solo attraverso un cellulare, ho bisogno di ridere e scherzare insieme ad un altro, ho bisogno di confrontarmi, ho bisogno di sentirmi dire: ero cieco come te e ora insieme vediamo la luce!

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«Eccoci qui, io e te, e spero ci sia un terzo in mezzo a noi, il Cristo».*

★ Sant'Aelredo di Rievaulx

**UNA PREGHIERA**

Tu, Signore, hai detto che dove due o tre sono riuniti nel Tuo Nome, Tu sei in mezzo a loro.

Che bello percepire la tua presenza mentre scherzo con un amico,

mentre facciamo sport insieme,

ci aiutiamo nei compiti,

ci sosteniamo o progettiamo un'uscita serale.

Che bello il gruppo in parrocchia,

gli amici con cui condivido esperienze indimenticabili.

Signore, la luce dell'amicizia è il segno che Tu non ci lasci soli.

Gesù, mentre scopriamo che è bello stare insieme, fa' che ci accorgiamo che Tu sei la luce e chi segue Te non cammina nelle tenebre, ma avrà vita luminosa.

Dirti Sì è essere sicuri che vivremo nella luce per sempre!

Amen.

# 5 SABATO *dicembre*





## LA PAROLA

**Mt 9, 35-10, 1.6-8** *Dal Vangelo secondo Matteo*

In quel tempo, Gesù percorreva tutte le città e i villaggi, insegnando nelle loro sinagoghe, annunciando il vangelo del Regno e guarendo ogni malattia e ogni infermità.
Vedendo le folle, ne sentì compassione, perché erano stanche e sfinite come pecore che non hanno pastore. Allora disse ai suoi discepoli: «La messe è abbondante, ma sono pochi gli operai! Pregate dunque il signore della messe, perché mandi operai nella sua messe!».
Chiamati a sé i suoi dodici discepoli, diede loro potere sugli spiriti impuri per scacciarli e guarire ogni malattia e ogni infermità. E li inviò ordinando loro: «Rivolgetevi alle pecore perdute della casa d'Israele.

Strada facendo, predicate, dicendo che il regno dei cieli è vicino. Guarite gli infermi, risuscitate i morti, purificate i lebbrosi, scacciate i demòni. Gratuitamente avete ricevuto, gratuitamente date».

## UN PENSIERO PER TE

Pochi sono gli operai! Qualche volta ho pensato che nel dire queste parole Gesù fosse scoraggiato. Pensandoci meglio, mi sembra che invece, metta nel cuore entusiasmo. Sì, c'è davvero bisogno di darsi da fare, lavorare per il Vangelo è meraviglioso. Significa impegnarsi per il bene, per la pace, per la giustizia. Significa credere che portiamo una Parola potente che realizza la felicità per tutti. Far parte di questa squadra di ragazzi e ragazze generosi che aiutano il Signore è un onore impagabile. Tutti sono chiamati a farne parte, il mondo, la tua famiglia, la tua scuola, gli amici dello sport, le persone con cui condividi momenti di allegria e d'impegno sono in attesa di una parola che

**UN PENSIERO PER TE** *continua*

riempie il cuore. E se il Signore chiamasse proprio te a darGli una mano? Il Signore ha bisogno di ciascuno di noi. Non sentire la paura di dirGli che ci sei, sei pronto a donare gratuitamente quell'amore che con abbondanza gratuita hai ricevuto. Coraggio, ora tocca a te!

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«Cari giovani del secolo che inizia, dicendo "sì" a Cristo, voi dite "sì" ad ogni vostro più nobile ideale».*

★ *San Giovanni Paolo II*

**UNA PREGHIERA**

Eccomi, Signore, manda me!

Voglio essere operaio che ti aiuta a seminare e a raccogliere,

voglio spendere le mie giornate, senza dire troppe parole,

per essere segno della Tua Presenza.

Voglio donare la vita, così come Tu hai pensato per me,

perché non rimanga deserto il cuore mio e dei fratelli e delle sorelle che mi fai avvicinare.

Regalami la gioia di non perdere mai il gusto della gratuità:

di spendermi per amore senza mai chiedere nulla in cambio

ed essere segno sicuro e affidabile del Tuo Vangelo.

Amen.

# 2ª

*settimana di Avvento*

# CAMMINO E FIDUCIA

**7 – 12 DICEMBRE**





*2ª settimana · Cammino e fiducia*

# La mia settimana



LUNEDÌ

## *7 dicembre*

Lc 5, 17-26 · Vangelo di Luca

PAG. 22



MERCOLEDÌ

## *9 dicembre*

Mt 11, 28-30 · Vangelo di Matteo

PAG. 24



GIOVEDÌ

## *10 dicembre*

Mt 11, 11-15 · Vangelo di Matteo

PAG. 26



VENERDÌ

## *11 dicembre*

Mt 11, 16-19 · Vangelo di Matteo

PAG. 28



SABATO

## *12 dicembre*

Mt 17, 10-13 · Vangelo di Matteo

PAG. 30

*appunti della settimana*

## LA PAROLA

### Lc 5, 17-26

*Dal Vangelo secondo Luca*

Un giorno Gesù stava insegnando. Sedevano là anche dei farisei e maestri della Legge, venuti da ogni villaggio della Galilea e della Giudea, e da Gerusalemme. E la potenza del Signore gli faceva operare guarigioni. Ed ecco, alcuni uomini, portando su un letto un uomo che era paralizzato, cercavano di farlo entrare e di metterlo davanti a lui. Non trovando da quale parte farlo entrare a causa della folla, salirono sul tetto e, attraverso le tegole, lo calarono con il lettuccio davanti a Gesù nel mezzo della stanza. Vedendo la loro fede, disse: «Uomo, ti sono perdonati i tuoi peccati». Gli scribi e i farisei cominciarono a discutere, dicendo: «Chi è costui che dice bestemmie? Chi può perdonare i peccati, se non Dio soltanto?».

Ma Gesù, conosciuti i loro ragionamenti, rispose: «Perché pensate così nel vostro cuore? Che cosa è più facile: dire "Ti sono perdonati i tuoi peccati", oppure dire "Àlzati e cammina"? Ora, perché sappiate che il Figlio dell'uomo ha il potere sulla terra di perdonare i peccati, dico a te – disse al paralitico –: àlzati, prendi il tuo lettuccio e torna a casa tua». Subito egli si alzò davanti a loro, prese il lettuccio su cui era disteso e andò a casa sua, glorificando Dio.

Tutti furono colti da stupore e davano gloria a Dio; pieni di timore dicevano: «Oggi abbiamo visto cose prodigiose».

## UN PENSIERO PER TE

Anche io attendo qualcuno che venga a liberarmi dal mio "lettuccio". Si tratta di quei pesi nascosti, che non conosce nessuno o forse qualcuno cui ho avuto il coraggio di raccontare. Sono le ferite che mi nascono dai rapporti con gli altri: a volte non mi sento accolto, accolta, non mi sento accettato, accettata. Il lettuccio sono le mie paure, la sensazione che ho di non farcela, di non riuscire e non solo a scuola, anche nello sport, nelle amicizie, nella vita. Il lettuccio è il pensiero nascosto che viene talvolta a galla: io non valgo niente. Il Signore viene a cercarti, a dirti che sei unico, unica, che sei indispensabile, perché vali. Ti basti questa

**UN PENSIERO PER TE** *continua*

dichiarazione di Dio per te che trovi nel Profeta Isaia: "Tu sei prezioso ai miei occhi, sei degno di stima e io ti amo"! Sì, Signore, mi vuoi talmente bene che mi fai alzare e quel lettuccio che sembrava un ostacolo insormontabile, diventa una risorsa. Con te nulla è impossibile!



**UN PENSIERO DI UN SANTO**

***«Cristo è tutto per noi. Se vuoi curare una ferita, egli è medico.»***

★ *S. Ambrogio*

**UNA PREGHIERA**

Ecco, Signore, il mio lettuccio.
Ti presento le mie paure, i miei limiti,
le mie stanchezze, i miei errori, le mie fragilità,
il mio scoraggiamento.
Vieni, Signore, ho bisogno del tuo entusiasmo,
della tua carezza e della tua misericordia!
Tu non solo perdoni,
ma offri il coraggio.
Tu non solo perdoni, ma offri una via nuova,
non solo perdoni, ma m'insegni che possono ricominciare,
m'insegni che quel lettuccio mi ha fatto crescere,
che quel lettuccio non sarà mio compagno per sempre.
Grazie, Gesù. Che hai scelto di prendere la parte dei piccoli come me.
Amen.

# 9 MERCOLEDÌ *dicembre*



2ª SETTIMANA · CAMMINO E FIDUCIA



## LA PAROLA

**Mt 11, 28-30** *Dal Vangelo secondo Matteo*

In quel tempo, Gesù disse: «Venite a me, voi tutti che siete stanchi e oppressi, e io vi darò ristoro. Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per la vostra vita. Il mio giogo infatti è dolce e il mio peso leggero».

## UN PENSIERO PER TE

Finalmente qualcuno che non ti chiede cosa sai fare, ma che ha cura di te.

Non possiamo negare da chi ci chiede continue "performance": a scuola, nello sport, i nostri genitori che ci vorrebbero i primi in tutto, la scuola che ho scelto e che ho dovuto scegliere per poi diventare chissà chi... Insomma valgo solo se produco, interesso e acquisto punti se i risultati scolastici, sportivi sono sempre super... a volte anche con gli amici ci tocca fingere per essere capiti, accolti e non derisi! Finalmente qualcuno che ha a cuore ciò che cosa abbiamo dentro, che ci chiede di rientrare in noi stessi, di ascoltarci. Finalmente qualcuno che è interessato a chi sono veramente, che mi vuole guidare ad ascoltarmi per non perdermi, che vuole essere un compagno di viaggio più che un maestro. Come dire di no ad un'amicizia che mi chiama non tanto a fare cose, ma ad essere ciò che sono. Vogliamo imparare da Lui: a custodirci, a essere grati, nel silenzio del cuore, di ciò che siamo!

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«Signore, mi sei più intimo di ogni mia intimità»*

★ S. Agostino



**UNA PREGHIERA**

Signore, ho proprio bisogno di ritrovarmi.

Il cuore è pieno di rumore, parole, video, rimproveri ed esortazioni,

cose urgenti da produrre, macchine artificiali che mi chiedono molto e mi fanno sentire inferiore,

mi sento giudicato e non amato.

Tu mi chiami a stare con Te, in silenzio:

fammi gustare questo momento.

Non devo fare nulla, non devo produrre nulla, ma solo lasciare che il mio cuore si senta amato,

percepire che mi chiami per nome e con me, partendo da chi sono, con le mie ricchezze e le mie fragilità, vuoi fare cose grandi.

Ma ciò che sarà grande è che la mia vita consista nell'esserti amico.

Non ho bisogno di nulla, ma solo della tua amicizia fedele e tenace.

Amen.

# 10 GIOVEDÌ *dicembre*



2ª SETTIMANA · CAMMINO E FIDUCIA

2ª sett.

## LA PAROLA

### Mt 11, 11-15 *Dal Vangelo secondo Matteo*

In quel tempo, Gesù disse alle folle: «In verità io vi dico: fra i nati da donna non è sorto alcuno più grande di Giovanni il Battista; ma il più piccolo nel regno dei cieli è più grande di lui. Dai giorni di Giovanni il Battista fino ad ora, il regno dei cieli subisce violenza e i violenti se ne impadroniscono. Tutti i Profeti e la Legge infatti hanno profetato fino a Giovanni. E, se volete comprendere, è lui quell'Elìa che deve venire. Chi ha orecchi, ascolti!».

## UN PENSIERO PER TE

È proprio bella la figura del Battista nel tempo dell'Avvento: le parole di Gesù non facili, aiutano però a comprendere meglio chi è. Un uomo grande, ma piccolo! In cosa consiste la sua grandezza? Nel farsi piccolo per dare spazio al Signore, diminuire per far crescere solo Gesù.

Cosa vorrà dire alla mia vita. Oggi non nascondo che porto nel cuore sogni grandi, spero di riuscire nella vita, di realizzarmi e, qualche volta, penso che ci riuscirò non certo facendo spazio agli altri. Come è strano il Vangelo: il più grande è quello che serve, Dio è quello che lava i piedi come uno schiavo. Ma che razza di vita è? Eppure Tu chiami anche me a perdermi solo amando, a perdermi rinunciando a essere protagonista, ma a lasciare spazio solo all'amore. Eppure sembra strano, ma chi ha lasciato un segno vero nella storia sono solo coloro che hanno perso la vita per donarla. Non so se ne sono capace, un po' di egoismo lo sento dentro... ma oggi comincio a considerare che chi vuole essere il primo, chi vuole vita piena è chiamato solo ad amare e amare vuol dire dimenticarsi perché solo l'altro abbia spazio.

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«La mia vocazione è l'Amore!»*

★ *S. Teresa di Lisieux*



**UNA PREGHIERA**

Signore, farsi da parte,

farsi piccolo è proprio da fessi.

Una logica che faccio fatica a capire,

un modo di essere che proprio non accetto.

Eppure la grandezza vera è l'umiltà.

Io stesso ammiro chi sa amare perdendosi,

chi sa amare senza farsi notare... li ammiro, ma io?

Tu mi chiami e io fatico a risponderti: non mi chiedi di rinnegarmi,

ma di lasciare spazio perché l'altro si veda.

Aiutami a liberarmi del mio io,

fammi gustare il noi e dammi la passione di amare per fare vedere che solo Tu sei il Re della vita!

Fa' che ci creda e che trovi il coraggio di farmi piccolo per amore!

# 11 VENERDÌ *dicembre*



2ª SETTIMANA · CAMMINO E FIDUCIA



## LA PAROLA

**Mt 11, 16-19** *Dal Vangelo secondo Matteo*

In quel tempo, Gesù disse alle folle: «A chi posso paragonare questa generazione? È simile a bambini che stanno seduti in piazza e, rivolti ai compagni, gridano: "Vi abbiamo suonato il flauto e non avete ballato, abbiamo cantato un lamento e non vi siete battuti il petto!".
È venuto Giovanni, che non mangia e non beve, e dicono: "È indemoniato". È venuto il Figlio dell'uomo, che mangia e beve, e dicono: "Ecco, è un mangione e un beone, un amico di pubblicani e di peccatori". Ma la sapienza è stata riconosciuta giusta per le opere che essa compie».

## UN PENSIERO PER TE

Arrivo spesso a sera e mi accorgo che non mi ha entusiasmato nulla e che nulla mi ha fatto versare una lacrima. Corro tra la scuola, lo sport, le ripetizioni, il gruppo, gli amici e mi sembra di vivere senza emozioni se non passeggere... mi sembra che il cuore sia arido, povero, senza nulla. A volte corro senza una meta, anche se m'impegno molto. Cammino senza uno scopo. Ho bisogno di centrare il cuore e di chiedermi perché. Sì, ho bisogno di capire perché studio, faccio sport, ho amici... quali motivazioni mi muovono dal di dentro? Ho bisogno di cominciare a guardare la mia giornata non come pezzi isolati, ma come un'avventura unica, come un mosaico meraviglioso e stupendo. Ho bisogno di stupirmi e ho bisogno di qualcuno che mi aiuti a leggere ciò che mi accade, ciò che provo, ciò che scopro e sperimento... ho bisogno di tornare a meravigliarmi del mio presente e ho bisogno di cominciare ad accorgermi che dovunque si nasconde il Volto festoso di Dio che mi cerca e mi chiama.

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«Tu stavi dentro di me e io ero fuori e là ti cercavo [...]*
*Eri con me e io non ero con te».*

★ S. Agostino



**UNA PREGHIERA**

Signore, regalami in questo tempo verso il Natale lo stupore del cuore.

Fa' che io non vivacchi, ma viva.

Fammi accorgere dei segni del tuo amore,

fammi rendere conto dei tuoi passaggi,

dei germogli di bene che semini con abbondanza nelle mie giornate.

Fa' che ti riconosca in chi mi è accanto,

fa' che scopra che Tu condividi tutto di noi.

Fammi capire che mi scegli e mi parli nella piccolezza di ogni giornata.

Fa' che mi lasci avvolgere dalla Tua Parola e m'innamori di come mi cerchi, mi guardi e mi chiami e che io non sia indifferente al progetto di vita che hai per me.

Amen.

# 12 SABATO *dicembre*







## LA PAROLA

**Mt 17, 10-13** *Dal Vangelo secondo Matteo*

Mentre scendevano dal monte, i discepoli domandarono a Gesù: «Perché dunque gli scribi dicono che prima deve venire Elìa?». Ed egli rispose: «Sì, verrà Elìa e ristabilirà ogni cosa. Ma io vi dico: Elìa è già venuto e non l'hanno riconosciuto; anzi, hanno fatto di lui quello che hanno voluto. Così anche il Figlio dell'uomo dovrà soffrire per opera loro».
Allora i discepoli compresero che egli parlava loro di Giovanni il Battista.

## UN PENSIERO PER TE

Ci vuole coraggio nell'accogliere il Signore. È vero che vivere il Vangelo infastidisce. Anche per me è così. Certe logiche non le comprendo e allora, senza volerlo fino in fondo, ma disprezzo il Vangelo, chi lo annuncia, chi prova a farne vedere la bellezza. Il mio cuore è in subbuglio, tanta confusione, paura, insicurezza... forse è arrivato il momento di entrare come in un cantiere del cuore, rimettere ordine, ridare criteri, ridarmi motivazioni. È tempo di ricominciare a riflettere e considerare: ma è proprio da scartare una vita secondo il Vangelo? È proprio da dimenticare una voce che mi chiede di seguirlo e di scegliere di vivere solo per amore?

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«Signore, che vuoi che io faccia?»*

★ *S. Francesco d'Assisi*



**UNA PREGHIERA**

Signore, smonta la mia presunzione.

Spesso vorrei far capire che ho compreso tutto e che nessuno deve permettersi di dirmi qualcosa.

Mi ritrovo a dettare consigli, a dare criteri per fare o non fare le cose...

Ma mi accorgo che non so ascoltarTi.

Tu capovolgi i miei pensieri,

Tu mi fai capire che solo chi si lascia amare sa vivere alla grande!

Amen.

*i miei appunti*

# 3ª

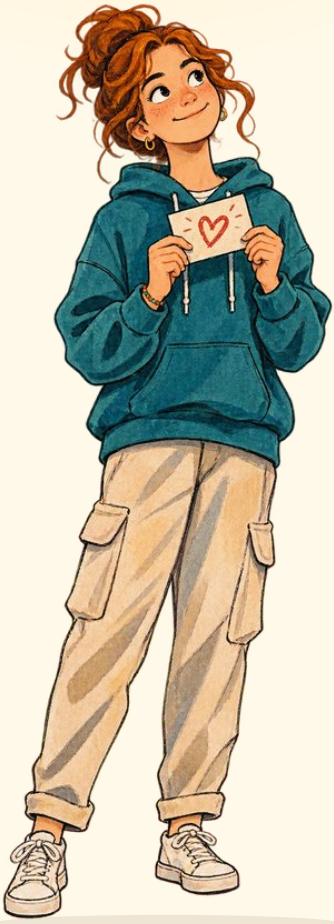
*settimana di Avvento*

# GIOIA E DONO

**14 – 19 DICEMBRE**







*3ª settimana · Gioia e dono*

# La mia settimana



LUNEDÌ

## *14 dicembre*

Mt 21, 23-27 · Vangelo di Matteo

PAG. 34



MARTEDÌ

## *15 dicembre*

Mt 21, 28-32 · Vangelo di Matteo

PAG. 36



MERCOLEDÌ

## *16 dicembre*

Lc 7, 19-23 · Vangelo di Luca

PAG. 38



GIOVEDÌ

## *17 dicembre*

Mt 1, 1-17 · Vangelo di Matteo

PAG. 40



VENERDÌ

## *18 dicembre*

Mt 1, 18-24 · Vangelo di Matteo

PAG. 42



SABATO

## *19 dicembre*

Lc 1, 5-25 · Vangelo di Luca

PAG. 44

# 14 LUNEDÌ *dicembre*



3ª SETTIMANA · GIOIA E DONO



## LA PAROLA

**Mt 21, 23-27** *Dal Vangelo secondo Matteo*

In quel tempo, Gesù entrò nel tempio e, mentre insegnava, gli si avvicinarono i capi dei sacerdoti e gli anziani del popolo e dissero: «Con quale autorità fai queste cose? E chi ti ha dato questa autorità?».
Gesù rispose loro: «Anch'io vi farò una sola domanda. Se mi rispondete, anch'io vi dirò con quale autorità faccio questo. Il battesimo di Giovanni da dove veniva? Dal cielo o dagli uomini?».
Essi discutevano fra loro dicendo: «Se diciamo: "Dal cielo", ci risponderà: "Perché allora non gli avete creduto?". Se diciamo: "Dagli uomini", abbiamo paura della folla, perché tutti considerano Giovanni un profeta». Rispondendo a Gesù dissero: «Non lo sappiamo». Allora anch'egli disse loro: «Neanch'io vi dico con quale autorità faccio queste cose».

## UN PENSIERO PER TE

Sembra un gioco di autorità, quasi un dispetto reciproco tra Gesù e i capi dei sacerdoti e gli anziani del popolo. Mi ha sempre incuriosito perché Gesù interrompe così bruscamente un dialogo non certo semplice! Gesù ha capito che è davanti a persone dal cuore chiuso, sospettoso, per niente disponibile. Accogliere il Signore significa spalancare il cuore. Cosa accade con il cuore chiuso? S'impedisce a se stessi di accogliere una parola forte, vera su noi stessi. Gesù vorrebbe dirci la verità per poterci consegnare un sogno, la realizzazione di una vita bella! Vorrei chiudere con tutti i calcoli e fidarmi di chi veramente mi vuole bene.

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«Trova Dio e troverai il senso della tua vita».*

★ S. Carlo Acutis

**UNA PREGHIERA**

Signore, fa' cadere la maschera del cuore.

Fa' cadere tutti i pregiudizi, tutta la mia superbia.

Donami l'umiltà di accoglierti,
la gioia di ascoltarti,

la decisione di seguirti.

Allontana ciò che metto davanti a te per difendermi,

per proteggermi.

Fammi umile e povero, perché mi decida a fidarmi non più di me stesso, ma solo del Tuo Amore.

Fa' che segua, disarmato nel cuore, ciò che Tu hai sognato per me.

Amen.

*i miei appunti*

# 15 MARTEDÌ *dicembre*



3ª SETTIMANA · GIOIA E DONO



## LA PAROLA

**Mt 21, 28-32** *Dal Vangelo secondo Matteo*

In quel tempo, Gesù disse ai capi dei sacerdoti e agli anziani del popolo: «Che ve ne pare? Un uomo aveva due figli. Si rivolse al primo e disse: "Figlio, oggi va' a lavorare nella vigna". Ed egli rispose: "Non ne ho voglia". Ma poi si pentì e vi andò. Si rivolse al secondo e disse lo stesso. Ed egli rispose: "Sì, signore". Ma non vi andò. Chi dei due ha compiuto la volontà del padre?». Risposero: «Il primo». E Gesù disse loro: «In verità io vi dico: i pubblicani e le prostitute vi passano avanti nel regno di Dio. Giovanni infatti venne a voi sulla via della giustizia, e non gli avete creduto; i pubblicani e le prostitute invece gli hanno creduto. Voi, al contrario, avete visto queste cose, ma poi non vi siete nemmeno pentiti così da credergli».

## UN PENSIERO PER TE

Mi ritrovo in tutti e due i figli: io sono a volte il primo e a volte il secondo. Mi capita di fare così con i miei genitori, i prof, l'allenatore, a volte anche con qualche amico. Provo a pensare un attimo: e se facessi così anche con Gesù? In effetti Lui mi cerca, mi chiama, ha per me un progetto, mi chiede qualcosa oggi e mi chiede qualcosa per la vita. Io faccio fatica a capire il per sempre, potrei però dire a Lui un no per tutta la vita. È vero sono libero, libera, ma se dicessi di no a Dio cosa accadrebbe? Non saprei rispondere a questa domanda... certo potrò dire di sì al Signore solo se diventerò suo amico, sua amica. Sarò capace di dire di sì a Dio se mi fidassi di Lui. So che mi ama e solo questo mi basta per pronunciare il mio *Eccomi* come ha fatto Maria, come hanno fatto gli apostoli, come fanno ogni giorno persone realmente innamorate e sedotte dal Signore.

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«È la fiducia e null'altro che la fiducia che deve condurci all'Amore!»*

★ *S. Teresa di Lisieux*

**UNA PREGHIERA**

Signore, donami il Tuo Spirito.

Esso mi leghi a Te con amore,

mi faccia trovare casa nel Tuo Cuore.

Solo così troverò il coraggio di dirti di sì alle piccole e grandi cose delle mie giornate,

solo così avrò il coraggio di andare nella vita,

solo così farò della mia vita una scelta di amore per sempre,

senza tentennare,

senza falsità,

senza nascondermi al Tuo sogno di felicità per me.

Amen.

# 16 MERCOLEDÌ *dicembre*







## LA PAROLA

**Lc 7, 19-23** *Dal Vangelo secondo Luca*

In quel tempo, Giovanni chiamati due dei suoi discepoli li mandò a dire al Signore: «Sei tu colui che deve venire o dobbiamo aspettare un altro?». Venuti da lui, quegli uomini dissero: «Giovanni il Battista ci ha mandati da te per domandarti: "Sei tu colui che deve venire o dobbiamo aspettare un altro?"». In quello stesso momento Gesù guarì molti da malattie, da infermità, da spiriti cattivi e donò la vista a molti ciechi. Poi diede loro questa risposta: «Andate e riferite a Giovanni ciò che avete visto e udito: i ciechi riacquistano la vista, gli zoppi camminano, i lebbrosi sono purificati, i sordi odono, i morti risuscitano, ai poveri è annunciata la buona notizia. E beato è colui che non trova in me motivo di scandalo!».

## UN PENSIERO PER TE

È troppo forte questo Vangelo. Sì, mi dona l'idea che Gesù ami la concretezza. Non fa discorsi astratti, non parla della sua venuta come di una teoria, di una cosa che deve accadere. Gesù è qui, ora e i segni del Suo amore sono sotto i miei occhi. Anche io vedo malattie del cuore che vengono guarite dalla tenerezza di molti, di persone che riacquistano luce perché trovano un amico che fa guardare in alto, anche io vedo persone immobili che grazie a chi gli si mette accanto riprendono entusiasmo, anche io vedo che alcuni riprendono a sentire dopo aver udito parole umili senza violenza e rancore... e se fossi anche io chiamato a rendere presente Gesù nelle strade delle mie giornate?

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*Signore, vuoi il mio cuore*
*per passare questa giornata*
*amando ogni uomo solo perché è uomo?*
*Signore, oggi ti do il mio cuore.*

★ *S. Teresa di Calcutta*



**UNA PREGHIERA**

Signore, ti presento gli ammalati nel corpo e nel cuore,

le persone senza luce e scoraggiate,

le persone che hanno perso la fiducia e non riescono più a sentire parole di speranza,

ti presento chi è fermo nella vita e fa fatica e non riesce più a fare passi in avanti,

ti presento chi percepisce la sua bruttezza e crede che non abbia più bellezza interiore.

Vieni, Signore, per loro e manda nel mondo uomini e donne, ragazzi e ragazze generose ad essere segno della tua dolcezza, della tua presenza, della Tua Vita!

# 17 GIOVEDÌ *dicembre*







## LA PAROLA

**Mt 1, 1-17** *Dal Vangelo secondo Matteo*

Genealogia di Gesù Cristo figlio di Davide, figlio di Abramo. Abramo generò Isacco, Isacco generò Giacobbe, Giacobbe generò Giuda e i suoi fratelli, Giuda generò Fares e Zara da Tamar, Fares generò Esrom, Esrom generò Aram, Aram generò Aminadàb, Aminadàb generò Naassòn, Naassòn generò Salmon, Salmon generò Booz da Racab, Booz generò Obed da Rut, Obed generò Iesse, Iesse generò il re Davide. Davide generò Salomone da quella che era stata la moglie di Urìa, Salomone generò Roboamo, Roboamo generò Abìa, Abìa generò Asaf, Asaf generò Giòsafat, Giòsafat generò Ioram, Ioram generò Ozìa, Ozìa generò Ioatàm, Ioatàm generò Àcaz, Àcaz generò Ezechìa, Ezechìa generò Manasse, Manasse generò Amos, Amos generò Giosìa, Giosìa generò Ieconìa e i suoi fratelli, al tempo della deportazione in Babilonia.
Dopo la deportazione in Babilonia, Ieconìa generò Salatièl, Salatièl generò Zorobabele, Zorobabele generò Abiùd, Abiùd generò Eliachìm, Eliachìm generò Azor, Azor generò Sadoc, Sadoc generò Achim, Achim generò Eliùd, Eliùd generò Eleàzar, Eleàzar generò Mattan, Mattan generò Giacobbe, Giacobbe generò Giuseppe, lo sposo di Maria, dalla quale è nato Gesù, chiamato Cristo.

In tal modo, tutte le generazioni da Abramo a Davide sono quattordici, da Davide fino alla deportazione in Babilonia quattordici, dalla deportazione in Babilonia a Cristo quattordici.

## UN PENSIERO PER TE

Un Vangelo complicato di nomi e di storie sconosciute. Lì, però, c'è tutta la storia di Dio con l'uomo. Ci sono persone buone e persone fragili, santi e peccatori, amici di Dio e nemici del bene eppure in quella storia Gesù ha deciso di coinvolgersi. È presente nella mia storia, in quella della mia famiglia: non è estraneo, è il Dio con noi. Nello stesso tempo

**UN PENSIERO PER TE** *continua*

anche io sono in questa storia e anche io sono chiamato, in questa storia, a generare Gesù. In fondo la vita può essere proprio questo: lo spazio dove far vedere Gesù. Anche io posso renderlo presente oggi, in questa giornata e posso decidere che tutta la mia storia possa essere una continua visibilità di Cristo.

Il Natale non è uno spettacolo, anche io ne sono e posso esserne protagonista. Penso alle persone che mi hanno fatto conoscere Gesù generandolo davanti a me con il loro amore e la loro dedizione. Gesù mi chiama a fare lo stesso e ciascuno, con la sua vita, può far scoprire un volto di Gesù unico e irripetibile.

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

***«Gli siamo madri quando lo portiamo nel cuore [...] e lo generiamo attraverso le opere sante, che devono splendere di esempio agli altri.»***

★ *S. Francesco di Assisi*

**UNA PREGHIERA**

Signore, cosa genero ogni giorno?
Sono abituato a fidarmi di ciò che genera il mio cellulare, il mio algoritmo, l'intelligenza artificiale...

Ma Tu cosa ti aspetti da me?

Tu desideri che io faccia vedere il Tuo Volto attraverso il mio,

il Tuo Cuore attraverso il mio.

La mia storia, Signore, ti appartiene.

Fa' di me ciò che desideri, fa' che io ti conosca, stia con Te e sia capace di mostrarti senza sporcizia, senza compromessi, così come sei veramente!

# 18 VENERDÌ *dicembre*



3ª SETTIMANA · GIOIA E DONO



## LA PAROLA

**Mt 1, 18-24** *Dal Vangelo secondo Matteo*

Così fu generato Gesù Cristo: sua madre Maria, essendo promessa sposa di Giuseppe, prima che andassero a vivere insieme si trovò incinta per opera dello Spirito Santo. Giuseppe suo sposo, poiché era uomo giusto e non voleva accusarla pubblicamente, pensò di ripudiarla in segreto. Mentre però stava considerando queste cose, ecco, gli apparve in sogno un angelo del Signore e gli disse: «Giuseppe, figlio di Davide, non temere di prendere con te Maria, tua sposa. Infatti il bambino che è generato in lei viene dallo Spirito Santo; ella darà alla luce un figlio e tu lo chiamerai Gesù: egli infatti salverà il suo popolo dai suoi peccati».
Tutto questo è avvenuto perché si compisse ciò che era stato detto dal Signore per mezzo del profeta: «Ecco, la vergine concepirà e darà alla luce un figlio: a lui sarà dato il nome di Emmanuele», che significa «Dio con noi». Quando si destò dal sonno, Giuseppe fece come gli aveva ordinato l'angelo del Signore e prese con sé la sua sposa.

## UN PENSIERO PER TE

Tu lo chiamerai Gesù! Che missione quella di Giuseppe: dare il nome Gesù ad una creatura che è il Figlio di Dio! Oggi ci penso per la prima volta. Questa missione è anche la mia. Ognuno di noi è chiamato a dare il nome di Gesù ad un'amicizia, ad un impegno, a una partita, a una chiacchierata con un amico o amica, a una serata di festa... ho bisogno di dare il nome di Gesù a ciò che vivo. A volte mi sembra che Gesù ci chieda di rinunciare a vivere, in realtà è il contrario. Egli mi chiede di vivere riempiendo di Lui il mio vissuto. Ci deve essere in ciò che sono, faccio e dico; lo si deve riconoscere e vedere nella mia quotidianità. Non ci riesco, ma ci vorrei provare oggi e per sempre!

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«C'è un qualcosa di santo, di divino, nascosto nelle situazioni più comuni, qualcosa che tocca a ognuno di voi scoprire».*

★ San Josemaría Escrivá

**UNA PREGHIERA**

Signore, aiutami a chiamarti per nome.

Tu mi hai scelto e pensato e mi hai chiamato per primo per nome.

Non mi hai mai detto: Ehi, tu!

Hai pronunciato il mio nome da sempre, fin dal grembo della mia mamma.

Signore, mi hai voluto con amore.

Aiutami, nelle mie giornate, a chiamarti per nome.

Fa' che non mi addormenti la sera e Tu sei stato estraneo a ciò che ho vissuto.

Signore, che ogni passo della mia vita porti la tua firma!

Amen

LA PAROLA

## Lc 1, 5-25

*Dal Vangelo secondo Luca*

Al tempo di Erode, re della Giudea, vi era un sacerdote di nome Zaccarìa, della classe di Abìa, che aveva in moglie una discendente di Aronne, di nome Elisabetta. Ambedue erano giusti davanti a Dio e osservavano irreprensibili tutte le leggi e le prescrizioni del Signore. Essi non avevano figli, perché Elisabetta era sterile e tutti e due erano avanti negli anni.
Avvenne che, mentre Zaccarìa svolgeva le sue funzioni sacerdotali davanti al Signore durante il turno della sua classe, gli toccò in sorte, secondo l'usanza del servizio sacerdotale, di entrare nel tempio del Signore per fare l'offerta dell'incenso. Fuori, tutta l'assemblea del popolo stava pregando nell'ora dell'incenso. Apparve a lui un angelo del Signore, ritto alla destra dell'altare dell'incenso. Quando lo vide, Zaccarìa si turbò e fu preso da timore. Ma l'angelo gli disse: «Non temere, Zaccarìa, la tua preghiera è stata esaudita e tua moglie Elisabetta ti darà un figlio, e tu lo chiamerai Giovanni. Avrai gioia ed esultanza, e molti si rallegreranno della sua nascita, perché egli sarà grande davanti al Signore; non berrà vino né bevande inebrianti, sarà colmato di Spirito Santo fin dal seno di sua madre e ricondurrà molti figli d'Israele al Signore loro Dio. Egli camminerà innanzi a lui con lo spirito e la potenza di Elìa, per ricondurre i cuori dei padri verso i figli e i ribelli alla saggezza dei giusti e preparare al Signore un popolo ben disposto». Zaccarìa disse all'angelo: «Come potrò mai conoscere questo? Io sono vecchio e mia moglie è avanti negli anni». L'angelo gli rispose: «Io sono Gabriele, che sto dinanzi a Dio e sono stato mandato a parlarti e a portarti questo lieto annuncio. Ed ecco, tu sarai muto e non potrai parlare fino al giorno in cui queste cose avverranno, perché non hai creduto alle mie parole, che si compiranno a loro tempo». Intanto il popolo stava in attesa di Zaccarìa, e si meravigliava per il suo indugiare nel tempio. Quando poi uscì e non poteva parlare loro, capirono che nel tempio

**LA PAROLA** *continua*

aveva avuto una visione. Faceva loro dei cenni e restava muto. Compiuti i giorni del suo servizio, tornò a casa. Dopo quei giorni Elisabetta, sua moglie, concepì e si tenne nascosta per cinque mesi e diceva: «Ecco che cosa ha fatto per me il Signore, nei giorni in cui si è degnato di togliere la mia vergogna fra gli uomini».

*i miei appunti*



**UN PENSIERO PER TE**

Sarà colmato di Spirito Santo fin dal grembo di sua madre!

Una espressione potente che parla dell'origine della vocazione di Giovanni il Battista.

È una parola che vale per ognuno, anche per me. Qui è la sorgente, la radice della mia storia.

Sono scelto, scelta fin dal grembo della mia mamma e fin da allora la mia vita è riempita di Spirito Santo. Me ne hanno parlato nella Cresima o in questo periodo di preparazione. Vorrei riflettere sul fatto che lo Spirito in realtà è Colui che fa venire alla luce il bene in me, è Colui che m'ispira e mi guida, è Colui che mi fa percepire ciò che il Signore ha pensato per me. Giovanni Battista deve aver avuto consapevolezza nello Spirito della missione che gli era affidata: preparare la strada al Signore. Ciò che mi dona gioia, identità è sapere che fin dal grembo di mia madre sono stato riempito di amore, pieno totale e che se mi metto in ascolto dello Spirito, la mia vita sarà un cammino meraviglioso. Quello stesso Spirito continuerà a farmi percepire l'amore del Padre e del Figlio e mi aiuterà a fare della vita una testimonianza continua che è proprio pienezza essere amati. Nella vita non sceglierò cosa farò perché mi siedo a tavolino e scelgo e decido, ciò che sarò sarà frutto di un Amore grande che mi precede fin dal grembo di mia madre.



*i miei appunti*

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«È più facile amare che lasciarsi amare»*

★ S. Ignazio di Antiochia

**UNA PREGHIERA**

Signore, sentire il tuo respiro di amore fin dal grembo di mia mamma mi dona la certezza

di essere amato, amata,

quanto mi fa bene.

Non ti nascondo che qualche volta ho dubitato dell'amore degli altri.

Mi sento così solo o sola che non mi vergogno di aver chiesto dei consigli all'intelligenza artificiale.

L'essere amato, amata da Te da sempre è ciò che oggi mi consente di apprezzare la vita.

Questa certezza mi dona la convinzione che la vita va spesa per dire a tutti che sono amati da sempre!

Ti prego, Signore, nessuno dubiti del Tuo Amore e mandami a raccontare a tutti la forza continua del Tuo Amore.

# 4ª

*settimana di Avvento*

# LUCE E INCONTRO

**21 – 24 DICEMBRE**













*4ª settimana · Luce e incontro*

# La mia settimana



LUNEDÌ

## *21 dicembre*

Lc 1, 39-45 · Vangelo di Luca

PAG. 50



MARTEDÌ

## *22 dicembre*

Lc 1, 46-55 · Vangelo di Luca

PAG. 52



MERCOLEDÌ

## *23 dicembre*

Lc 1, 57-66 · Vangelo di Luca

PAG. 56



GIOVEDÌ

## *24 dicembre*

Lc 1, 67-79 · Vangelo di Luca

PAG. 58

*appunti della settimana*

# 21 LUNEDÌ *dicembre*





## LA PAROLA

**Lc 1, 39-45** *Dal Vangelo secondo Luca*

In quei giorni Maria si alzò e andò in fretta verso la regione montuosa, in una città di Giuda.
Entrata nella casa di Zaccarìa, 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? Ecco, appena il tuo saluto è giunto ai miei orecchi, il bambino ha sussultato di gioia nel mio grembo. E beata colei che ha creduto nell'adempimento di ciò che il Signore le ha detto».

## UN PENSIERO PER TE

Se dovessi descrivere e dare un titolo a questa scena così bella potrei scrivere: intesa perfetta!

La bellezza dell'incontro è che Maria ed Elisabetta condividono nel cuore la presenza dello Spirito e ciò le rende sorelle. Laddove c'è intesa, fraternità è possibile percepire con chiarezza Dio.

La bellezza del Natale è proprio qui: ci si sente uniti nelle nostre case e nell'unità nasce il Signore, è con noi. Spesso mi chiedo dove è Dio e mi sembra non vederlo: ci sono tante divisioni, solitudini, violenze e anche tra noi ragazzi spesso viviamo amicizie interessate, non autentiche... è vero che quando scatta una fraternità luminosa si percepisce il sostegno di Dio, sembra quasi che la fraternità faccia vedere Dio dal vivo. È bello pensare che Gesù non chiama mai dei singoli, ma dei fratelli; è bello che costituisce la fraternità dei Dodici, che spezza il pane nell'amicizia... e ci chiama e ci manda ad essere segno di fraternità.

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«Se siamo uniti, Gesù è fra noi. E questo vale. Vale più di ogni altro tesoro che può possedere il nostro cuore».*

★ *Chiara Lubich*

**UNA PREGHIERA**

Signore, fa' che noi ragazzi possiamo essere la generazione nuova della fraternità.

Facci gustare la bellezza di essere "insieme", la gioia di abbracciarci e di cercare ciò che ci unisce.

Fa' che ripudiamo la guerra, la divisione e la solitudine.

Facci artigiani di unità, costruttori di ponti, senza escludere nessuno.

Fa' che l'amicizia faccia percepire il Tuo Spirito e facci guardare negli occhi e nell'abbraccio

possiamo renderTi visibile.

Dio nessuno l'ha mai visto, ma dove ci si ama Tu, Signore, sai farti presente e puoi trovare spazio.

Vogliamo seguirti e gustare insieme la bellezza di volerci bene nel Tuo nome. Amen.

# 22 MARTEDÌ *dicembre*



4ª SETTIMANA · LUCE E INCONTRO

## LA PAROLA

**Lc 1, 46-55** *Dal Vangelo secondo Luca*

In quel tempo, Maria disse:
«L'anima mia magnifica il Signore
e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,
perché ha guardato l'umiltà della sua serva.
D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata.
Grandi cose ha fatto per me l'Onnipotente
e Santo è il suo nome;
di generazione in generazione la sua misericordia
per quelli che lo temono.
Ha spiegato la potenza del suo braccio,
ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;
ha rovesciato i potenti dai troni,
ha innalzato gli umili;
ha ricolmato di beni gli affamati,
ha rimandato i ricchi a mani vuote.
Ha soccorso Israele, suo servo,
ricordandosi della sua misericordia,
come aveva detto ai nostri padri,
per Abramo e la sua discendenza, per sempre».

4ª sett.

*i miei appunti*



## UN PENSIERO PER TE

Leggere e fare propria questa bellissima preghiera di lode e di ringraziamento presuppone un cuore in festa, un cuore grato.

Riconosco che non sempre è così: il cuore passa da sentimenti di grande gioia a periodi a volte lunghi di apatia, tristezza... l'avvicinarsi del Natale mi mette entusiasmo... ma poi? Una volta, un sacerdote, durante una predica ha detto: Dio chiama alla festa! Quale festa, però? Il senso non mi è chiaro. Se ci rifletti un pochino Gesù ti propone una vita in continua festa. Non vuol dire che tutto sarà perfetto, ma la sua chiamata mette il cuore in un movimento gioioso. Se ci penso bene solo Dio fa questo miracolo. Quante voci e quante chiamate... Non tutte mi lasciano il cuore in pace! Forse Gesù viene con umiltà, sussurra il mio nome con dolcezza, mi promette il bene e mi spinge a fare il bene. E se avesse ragione? Vorrei ascoltare la sua voce, vorrei provare ad avere il cuore in festa. Ma da dove comincio? Innanzitutto dalla gratitudine: mi guardo attorno e scopro tanti motivi per cui dire grazie. L'altro passo è andare a cercare i segni della Sua presenza attorno a me, rendermi conto che con pazienza Dio capovolge il male in bene, la guerra in un abbraccio, la tensione nella calma, la divisione nella fraternità. È un sogno? Se ascolto la sua voce e mi fido la vita potrà essere una festa continua. In questa festa voglio dire il mio eccomi, ci sono!



*i miei appunti*

☆ UN PENSIERO DI UN SANTO

*«In Dio stesso tutto è gioia poiché tutto è dono».*

★ *S. Paolo VI*



*i miei appunti*

## UNA PREGHIERA

Signore, anche io come Maria ti canto il mio grazie.

Chiedo il suo aiuto di mamma e le chiedo di farmi scoprire il segreto di questo cuore in festa.

Maria, Madre di tutti e Madre mia,

Tu mi suggerisci la fiducia nel Tuo Figlio per essere nella festa.

Aiutami a fidarmi di Lui, delle Sue Parole,

fa' che non le consideri pensieri passeggeri,

ma roccia stabile.

Come Te o Maria io sappia dire la mia disponibilità,

facendo con amore ciò che mi viene chiesto,

io sappia vedere la superbia del cuore annullata,

sappia concentrare tutto solo in ciò che conta veramente,

e sappia disperdere tutto ciò che mi frantuma e non mi fa sentire un cuore unificato.

O Maria, aiutami a credere in chi sono, aiutami a non perdere mai la gratitudine per tutte le meraviglie che mi circondano.

Insieme con Te voglio dire grazie a Gesù con queste parole:

hai fatto di me una meraviglia stupenda! Amen.



*i miei appunti*

# 23 MERCOLEDÌ *dicembre*



4ª SETTIMANA · LUCE E INCONTRO

## LA PAROLA

**Lc 1, 57-66** *Dal Vangelo secondo Luca*

In quei giorni, per Elisabetta si compì il tempo del parto e diede alla luce un figlio. I vicini e i parenti udirono che il Signore aveva manifestato in lei la sua grande misericordia, e si rallegravano con lei. Otto giorni dopo vennero per circoncidere il bambino e volevano chiamarlo con il nome di suo padre, Zaccarìa. Ma sua madre intervenne: «No, si chiamerà Giovanni». Le dissero: «Non c'è nessuno della tua parentela che si chiami con questo nome». Allora domandavano con cenni a suo padre come voleva che si chiamasse. Egli chiese una tavoletta e scrisse: «Giovanni è il suo nome». Tutti furono meravigliati. All'istante gli si aprì la bocca e gli si sciolse la lingua, e parlava benedicendo Dio.
Tutti i loro vicini furono presi da timore, e per tutta la regione montuosa della Giudea si discorreva di tutte queste cose. Tutti coloro che le udivano, le custodivano in cuor loro, dicendo: «Che sarà mai questo bambino?». E davvero la mano del Signore era con lui.

## UN PENSIERO PER TE

Il nome Giovanni significa: il Signore ha fatto grazia! Sarebbe bello scoprire il significato del tuo nome, dentro vi è la tua missione. Prova a pensare ora non solo al significato del tuo nome, ma cosa pensi tu possa portare nel mondo? Giovanni ha vissuto raccontando con la vita la continua visita di Dio che fa grazia, misericordia a tutti. Cosa tu puoi raccontare? Sappi che quello che puoi raccontare tu non potrai trovarlo in nessun altro. Tu sei chiamato in modo unico e insostituibile. Tu puoi raccontare qualcosa di Dio oggi come fosse la prima volta, puoi raccontare con la tua vita il Vangelo riscrivendolo in modo originale e irripetibile. Quale è il nome che Dio ha pensato per te? Cosa del Signore senti che puoi raccontare con la tua vita? Non ti tirare indietro: ti aspetta una missione importante, preziosa. Tu puoi far nascere il Signore facendo del tuo nome una missione!

**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«Dio mi conosce e mi chiama per nome. Egli mi ha affidato un lavoro che non ha affidato a nessun altro. Io ho la mia missione.»*

★ San John Henry Newman

**UNA PREGHIERA**

### Gesù, tu mi chiami per nome

Gesù, tu mi chiami per nome.
Conosci quello che sogno,
quello che mi fa ridere
e quello che faccio fatica a dire.

Giovanni ha raccontato con la sua vita
che tu vieni incontro a tutti con misericordia.
Che cosa vuoi raccontare di te attraverso di me?

Forse oggi posso farlo
facendo posto a chi resta fuori,
ascoltando un amico che ha bisogno di parlare
o facendo il primo passo dopo un litigio.

Quando mi viene da pensare
che ci penserà qualcun altro,
dammi il coraggio di dirti: Eccomi, Gesù!

Signore, grazie perché continui a chiamare,

grazie perché non ti stanchi mai di fare delle nostre vite un progetto meraviglioso.

Signore, chiama anche me e dammi il coraggio di non tirarmi mai indietro, proprio mai!

# 24 GIOVEDÌ *dicembre*



4ª SETTIMANA · LUCE E INCONTRO

## LA PAROLA

**Lc 1, 67-79** *Dal Vangelo secondo Luca*

In quel tempo, Zaccarìa, padre di Giovanni, fu colmato di Spirito Santo e profetò dicendo:
«Benedetto il Signore, Dio d'Israele,
perché ha visitato e redento il suo popolo,
e ha suscitato per noi un Salvatore potente
nella casa di Davide, suo servo,
come aveva detto
per bocca dei suoi santi profeti d'un tempo:
salvezza dai nostri nemici,
e dalle mani di quanti ci odiano.
Così egli ha concesso misericordia ai nostri padri
e si è ricordato della sua santa alleanza,
del giuramento fatto ad Abramo, nostro padre,
di concederci, liberati dalle mani dei nemici,
di servirlo senza timore, in santità e giustizia
al suo cospetto, per tutti i nostri giorni.
E tu, bambino, sarai chiamato profeta dell'Altissimo
perché andrai innanzi al Signore a preparargli le strade,
per dare al suo popolo la conoscenza della salvezza
nella remissione dei suoi peccati.
Grazie alla tenerezza e misericordia del nostro Dio,
ci visiterà un sole che sorge dall'alto,
per risplendere su quelli che stanno nelle tenebre
e nell'ombra di morte,
e dirigere i nostri passi
sulla via della pace».

## UN PENSIERO PER TE

Giovanni è chiamato ad andare innanzi al Signore per preparargli le strade...

È la missione di un bambino, di un ragazzo, di una ragazza... la missione di una vita.

Domani è Natale: il cuore è già in festa!

Il Signore nasce solo se tu troverai il coraggio, nella vita, di vivere alla grande

per permettere a Lui di esserci.

Tutti siamo come il Battista, tutti possiamo preparare le strade al Signore.

Si tratta di vedere che strade stai percorrendo, quali sentieri del cuore ti stanno prendendo,

oggi verifico se quelle strade e quei sentieri sono per Lui, sono per manifestare tutta la sua forza e la sua disponibilità per tutti.

*i miei appunti*



**UN PENSIERO DI UN SANTO**

*«Partoriamo Gesù attraverso un santo modo di agire che deve brillare per gli altri come esempio».*

★ *S. Francesco di Assisi*



*i miei appunti*

## UNA PREGHIERA

Gesù Bambino,

a te affido la mia vita!

Nasci in me e la mia vita sia ciò che Tu hai pensato e sognato per me!

Non ci sia spazio nella mia storia lontano da Te,

non viva il tempo senza la tua mano che mi accompagna,

non sogni il mio futuro senza il Tuo Spirito,

non faccia passi per vie che non ti appartengono,

non chiuda il cuore alla generosità e al servizio,

sia sempre pronto, pronta a dire a tutti che vale proprio la pena seguirti!

Con Te tutto è dono e nulla si perde, con Te tutto sa di eterno, di Cielo, di vita piena!

Amen.



## i miei appunti

*per non dimenticare*

# La Parola che porto con me a Natale





**RAGAZZI DI PAROLA** · Percorso dell'Avvento 2026
Testi a cura dell'équipe vocazionale del Pontificio Seminario Romano Minore.
I testi biblici sono tratti dalla traduzione ufficiale CEI della Sacra Bibbia.



*«Non aver paura di essere fedele, bastano dieci minuti ogni giorno e ti assicuriamo che sarà Natale davvero!»*

DALLA LETTERA DELL'ÉQUIPE VOCAZIONALE

**PONTIFICIO SEMINARIO ROMANO MINORE**

*Équipe vocazionale · Avvento 2026*

www.seminarioromanominore.it