

G.A.M. Gioventù Ardente Mariana



VEGLIATE PREGANDO

1 DICEMBRE 2024
I DOMENICA DI AVVENTO

CENACOLO GAM

A Gesù



per Maria

Ave, Mamma, piena di grazia,
Madre di Dio e della Chiesa

INVOCAZIONE ALLO SPIRITO SANTO

*La speranza non delude,
perché l'amore di Dio
è stato riversato
nei nostri cuori
per mezzo dello Spirito Santo
che ci è stato dato (Rm 5).*



Lo Spirito Santo non ha volto, ha il volto di Dio. Ma è più io che io mio io, è l'anima della Chiesa. È il nostro io più profondo.

- Servo di Dio don Carlo De Ambrogio -

Lettura corale

- 1 Vieni, Santo Spirito,
manda a noi dal cielo
un raggio della tua luce.
Vieni, padre dei poveri,
vieni, datore dei doni,
vieni, luce dei cuori.
- 2 Consolatore perfetto
ospite dolce dell'anima,
dolcissimo sollievo.
Nella fatica, riposo,
nella calura, riparo,
nel pianto, conforto.
- 3 O luce beatissima,
invadi nell'intimo
il cuore dei tuoi fedeli.
- 4 Lava ciò che è sordido,
bagna ciò che è arido,
sana ciò che è sanguina.
Piega ciò che è rigido,
scalda ciò che è gelido,
drizza ciò che è sviato.
- 5 Dona ai tuoi fedeli
che solo in te confidano
i tuoi santi doni.
Dona virtù e premio,
dona morte santa,
dona gioia eterna. Amen.

VEGLIATE PREGANDO

Rosario e Parola di Dio

dal Vangelo secondo San Luca 21,25-28; 34-36

Meditiamo i segni premonitori della venuta del Signore.

Padre nostro...

1ª AVE MARIA

Gesù disse ai suoi discepoli: “Vi saranno segni nel sole, nella luna e nelle stelle.

Gli sconvolgimenti cosmici sono eventi naturali. Il loro carattere tragico è dovuto al nostro peccato che ce lo fa leggere con gli occhiali della paura e ci fa agire di conseguenza. Il sole, la luna e le stelle sono l’orologio cosmico che ritma il tempo dell’uomo; quando questo orologio si romperà e si arresterà è perché è finito il tempo dell’uomo ed è iniziato “l’oggi” di Dio che ci viene incontro per darci il suo regno. *Ave, o Maria...*

Clicca sulle parole del canto per ascoltarlo

Canto: Vegliate, pregate;

voi non sapete quando il Signor verrà!

2ª AVE MARIA

E sulla terra angoscia di popoli in ansia per il fragore del mare e dei flutti.

Il cielo che crolla e l’abisso che inghiotte sono tutte le certezze umane che crollano e vengono meno, sono tutti i punti di riferimento in cui l’uomo ha riposto la sua fiducia, sicurezza e solidità. Di fronte a questi eventi l’uomo è posseduto dall’angoscia, è senza via di scampo, cade nel vuoto, nel nulla! È la fine di tutto perché “ha costruito la sua casa sulla sabbia”.

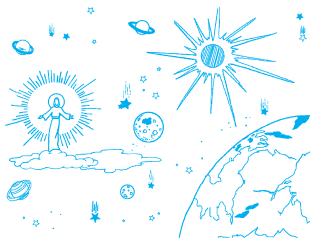
Ave, o Maria... - Canto

3ª AVE MARIA

Mentre gli uomini moriranno per la paura e per l’attesa di ciò che deve accadere.

I segni cosmici sono una cornice esteriore di uno sconvolgimento interiore ben più grave: la paura dell’uomo. L’uomo tramortisce già in vita per la paura di morire. Il filosofo Pascal diceva “che l’uomo di fronte al problema della morte ha trovato un’unica soluzione: non pensarci mai”. Questo è l’atteggiamento di chi non conosce la paternità e l’amore misericordioso di Dio; è la paura di presentarsi davanti a Dio così come siamo, con il nostro peccato.

Ave, o Maria... - Canto



4ª AVE MARIA

Le potenze dei cieli invece saranno sconvolte.

Le potenze dei cieli sono le potenze demoniache che Gesù *vide cadere dal cielo come folgore* durante la predicazione dei suoi discepoli. Esse dominano l'uomo, ma la venuta del Figlio dell'uomo sconfiggerà questo dominio e questo potere. Gesù verrà come la Luce che dissolve le tenebre, come la Via che indica la meta, come la Verità che vince la menzogna, come la Vita che sconfigge la morte. *Ave, o Maria... - Canto*

5ª AVE MARIA

Allora vedranno il Figlio dell'uomo venire su una nube con grande potenza e gloria.

Nel momento in cui le potenze saranno sconvolte, si afferma la potenza del Figlio dell'uomo. Figlio dell'uomo è un termine con il quale Gesù indica se stesso. Con Gesù si inaugura il regno di Dio e tutto quello che gli è contro è destinato a scomparire. La gloria del Figlio dell'uomo è l'amore incondizionato di Dio per l'umanità.

Ave, o Maria... - Canto

6ª AVE MARIA

Quando incominceranno ad accadere queste cose, risollevatevi e alzate il capo, perché la vostra liberazione è vicina.



Se l'uomo ha investito tutto nel mondo presente, vede con terrore il crollo di tutti i suoi beni e di tutte le sue attese. Se invece ha investito tutto nei beni del cielo vede giungere la sua felicità eterna. La venuta di Gesù si identifica con la nostra liberazione e la nostra salvezza.

Ave, o Maria... - Canto

7ª AVE MARIA

State attenti a voi stessi, che i vostri cuori non si appesantiscano in dissipazioni, ubriachezze e affanni della vita.

Il cuore è la sede dei pensieri, della volontà e delle decisioni. Il rischio è che questi cuori si appesantiscano, perdano la sensibilità religiosa, che diventino induriti e pesanti e facciano fatica a cogliere le realtà della situazione in cui vive; che le ubriachezze impediscano di essere lucidi e distolgano il cuore da ciò che essenziale. Cioè: la fede può rimanere soffocata da mille faccende di ogni giorno e perdere di vista il vero futuro che l'attende.

Ave, o Maria... - Canto

8ª AVE MARIA

E che quel giorno non vi piombi addosso all'improvviso; come un laccio infatti si abatterà sopra tutti coloro che abitano sulla faccia di tutta la terra.

Un consiglio simile Gesù l'aveva già dato quando gli chiesero dell'avvento del Regno. Lui rispose che l'avvento del regno avviene come un lampo, improvvisamente, senza preavviso. Occorre quindi essere preparati e attenti per evitare la paura che, come un laccio, arriva a paralizzare, immobilizzare e arrestare il cammino di fede, a spegnere la speranza cristiana e far cadere nella disperazione. *Ave, o Maria... - Canto*

9ª AVE MARIA

Vegliate in ogni momento pregando.

Alla sobrietà e all'attenzione bisogna aggiungere la vigilanza e la preghiera. La vigilanza cristiana è l'esatto contrario del cuore appesantito. Essa deve essere nutrita da una preghiera costante per non cadere nella tentazione finale di perdere la fede nella fedeltà del Signore. San Paolo esorta: *È ormai tempo di svegliarvi dal sonno, perché la vostra salvezza è più vicina di quando diventammo credenti.*

Ave, o Maria... - Canto



10ª AVE MARIA

Perché abbiate la forza di sfuggire a tutto ciò che sta per accadere, e di comparire davanti al Figlio dell'uomo”.

La preghiera dunque è l'atteggiamento vincente da utilizzare ogni giorno per poter affrontare l'evento imprevisto e spaventoso della parusia, cioè la venuta di Gesù. L'intenzione dell'evangelista Luca è di incoraggiare e stimolare i destinatari del suo Vangelo, - la cui condotta deve essere ispirata più alla speranza che alla paura, - ad attendere Gesù, il Figlio dell'uomo, che apparirà più come Salvatore che come giudice.

Ave, o Maria... - Canto - Gloria.

LA PAROLA DI DIO MI INTERROGA

- Vivo in vigilante attesa del Signore che viene?
- Rimango in costante atteggiamento di preghiera?
- Come coltivo il desiderio dell'incontro con Gesù Salvatore?
- Quali sono le preoccupazioni che appesantiscono il mio cuore?

SALMO 24

PREGHIERA PER IL PERDONO E LA SALVEZZA

SPUNTO DI MEDITAZIONE

La speranza non delude (Romani 5,5).

Clicca sulle parole del canto per ascoltarlo

CANTO No, non ricordare i miei peccati
della giovinezza, o mio Signore;
ma tu, Signor, perdona; (bis)
o mio Signor, perdona!
C'è una Mamma buona che intercede;
per noi sempre prega il suo Gesù;
ma tu, Signor, perdona; (bis)
o mio Signor, perdona!

TESTO DEL SALMO

A te, Signore, elevo l'anima mia,
Dio mio, in te confido: non sia confuso!

Non trionfino su di me i miei nemici!

Chiunque spera in te non resti deluso,
sia confuso chi tradisce per un nulla.

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

Guidami nella tua verità e istruiscimi,
perché sei tu il Dio della mia salvezza,
in te ho sempre sperato.

Ricordati, Signore, del tuo amore,
della tua fedeltà che è da sempre.

(Canto) - selà -

Non ricordare i peccati della mia giovinezza:
ricordati di me nella tua misericordia,
per la tua bontà, Signore.

Buono e retto è il Signore,
la via giusta addita ai peccatori;
guida gli umili secondo giustizia,
insegna ai poveri le sue vie.

Tutti i sentieri del Signore sono verità e grazia
per chi osserva il suo patto e i suoi precetti.

Per il tuo nome, Signore,
perdona il mio peccato
anche se grande.

(Canto) - selà -

Chi è l'uomo che teme Dio?

Gli indica il cammino da seguire.

Egli vivrà nella ricchezza,

la sua discendenza possederà la terra.

**Il Signore si rivela a chi lo teme,
gli fa conoscere la sua alleanza.
Tengo i miei occhi rivolti al Signore,
perché libera dal laccio il mio piede.
Volgiti a me e abbi misericordia,
perché sono solo ed infelice.
Allevia le angosce del mio cuore,
liberami dagli affanni.
Vedi la mia miseria e la mia pena
e perdona tutti i miei peccati.
Guarda i miei nemici: sono molti
e mi detestano con odio violento.
Proteggimi, dammi salvezza;
al tuo riparo io non sia deluso.
Mi proteggano integrità e rettitudine,
perché in te ho sperato.
O Dio, libera Israele
da tutte le sue angosce.**

(Canto) - selà -

DOSSOLOGIA

Gloria al Padre e al Figlio e allo Spirito Santo...

LETTURA CON ISRAELE

* Il salmo 24 è una supplica fiduciosa nelle necessità; è un bellissimo modello di contemplazione. Il salmista, caduto in colpa, subisce l'aggressività feroce dei suoi nemici. Il pericolo lo rende cosciente che Dio per correggerlo si è assentato da lui e che il suo peccato è grave.

* Il salmo 24 comincia con una preghiera: il salmista chiede perdono al Signore e chiede luce per capire la Parola di Dio. Segue un esposto; due sono i motivi che tranquillizzano il salmista: la bontà di Dio e la sua misericordia verso i penitenti. Alla fine constata gli effetti del perdono di Dio: le angosce spirituali si sono spente e i nemici si sono allontanati.

(Canto)

LETTURA CON GESÙ

* *A te, Signore, elevo l'anima mia.* Questo salmo 24 comincia con la definizione stessa della preghiera: un'elevazione dell'anima a Dio. Gesù era tutto preghiera, un'adorazione incessante al Padre. Il gesto di preghiera di Gesù era quello di alzare gli occhi al cielo.

* *Il Signore si rivela a chi lo teme, gli fa conoscere la sua alleanza:* temere Dio vuol dire avere per lui affettuosa riverenza. C'è stretta dipendenza fra timore di Dio e intimità con lui. Martin Buber dice: «La comprensione di Dio è per coloro che lo temono; la sua Alleanza è di farsi da loro conoscere». Gesù disse stupendamente nel piccolo

Inno o Grido di Giubilo: «Ti benedico Padre, Signore del cielo e della terra, che hai rivelato queste cose (cioè, il Vangelo) ai piccoli e le hai nascoste ai sapienti agli intelligenti» (Matteo 11,25) (Canto)

LETTURA GAM, OGGI

- * Giovane, ti sei accorto che questo salmo 24 è intriso di angoscia e gronda malinconia come una suonata triste di Chopin? Eppure lo sguardo interiore del salmista è sempre rivolto verso Dio, a cominciare dalle prime parole di inizio. Bernanos nella sua agendina del 23 gennaio 1948 scrisse a proposito di questo salmo 24 le seguenti audaci parole: «Quale dolcezza pensare che quando noi si offende persino il Signore non cessiamo mai di desiderare ciò che Dio desidera nel più profondo del santuario della nostra anima». E che cosa desidera Dio in noi? Perdonarci e ridonarci la sua grazia.
- * Giovane, la parola «*grazia*» era fino a qualche tempo fa la parola più comune del vocabolario cristiano; si diceva: crescere in grazia, perdere la grazia, vivere in grazia, morire in grazia. La grazia era tutto. Da qualche tempo, essa è una delle tante parole entrate in crisi. Che cos'è la grazia per San Paolo che fu il teologo per eccellenza della grazia? È la sintesi di tutti i beni donatici da Dio Padre, in Gesù Cristo e partecipati a noi nello Spirito Santo. La sua caratteristica principale è di essere dono gratuito di Dio: «Per grazia siete stati salvati mediante la fede e ciò non viene da voi ma è dono di Dio» (Efesini 2,8).
- * Giovane, la grazia ti conferisce una nuova identità che si esprime nei titoli di figlio di Dio, fratello di Cristo, tempio dello Spirito Santo. È una «identità» che ti fa «trovare grazia presso Dio», cioè che «piace» a Dio. Santa Caterina da Siena che contemplò un giorno un'anima in grazia, dice che la sua bellezza le parve somigliantissima a quella di Dio.
- * Dice San Giovanni: «La legge fu data per mezzo di Mosè, la grazia per mezzo di Gesù Cristo» (Giovanni 1,17). Tutta la vita cristiana, per San Paolo, si svolge sotto il segno della grazia. Un personaggio di Bernanos esclama: «Tutto è grazia!». (Canto)

CONSACRAZIONE ALLA MAMMA CELESTE

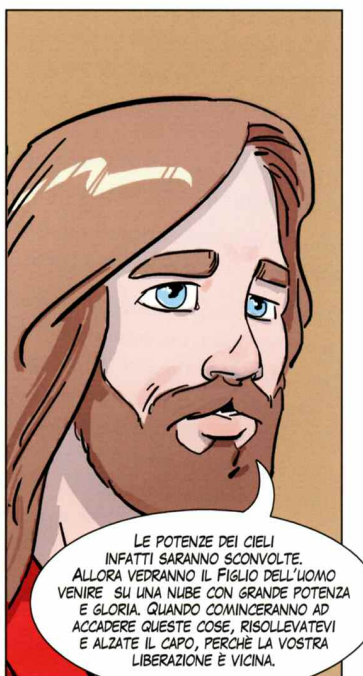
Ave Mamma, piena di grazia,
Madre di Dio e della Chiesa, noi ci consacriamo
al tuo Cuore Immacolato e addolorato.
Tienici sempre amorosamente per mano.

LA PAGINA DEI BUCANEVE IL VANGELO PER I RAGAZZI



IL VANGELO DELLA DOMENICA

• Lc 21, 25-28.34-36 •



Cosa mi insegna il Vangelo

I PREPARATIVI PER L'ARRIVO DI UN OSPITE

Arriva un ospite importante e noi cosa facciamo?
Mettiamo in ordine la casa, puliamo il bagno, togliamo la polvere, laviamo i pavimenti.

Possiamo fare lo stesso dentro di noi?

Sì, ma è più difficile. Possiamo spolverare le vecchie abitudini, lavare via i desideri non buoni, fare ordine tra le cose che sono importanti e quelle che lo sono meno.

È per questo che ogni anno riviviamo l'Avvento: è un'attesa in cui non siamo passivi ma ci prepariamo perché arriva un ospite importante, arriva la persona più importante della nostra vita.

Dove accoglierai il piccolo Gesù in fasce? C'è spazio nel tuo cuore?
Come vuoi che ti trovi? Cosa vuoi regalargli di quel che hai di più prezioso e importante? Vuoi provare ad essere un po' più simile a Lui, in generosità, in condivisione, in accoglienza, in pazienza, per farti riconoscere subito?



MISSIONE

Ogni sera prima di addormentarmi farò una preghiera a Gesù raccontandogli la mia giornata, ringraziando per i momenti belli, chiedendogli scusa se ho fatto del male a qualcuno e domandandogli qualcosa di bello e buono per me o per gli altri.

LA PAROLA DI PAPA FRANCESCO

VEGLIATE IN OGNI MOMENTO PREGANDO

Il Vangelo della prima domenica di Avvento, cioè la prima domenica di preparazione al Natale, ci parla della venuta del Signore alla fine dei tempi. Gesù annuncia eventi desolanti e tribolazioni, ma proprio a questo punto ci invita a non avere paura. Perché? Perché andrà tutto bene? No, ma perché Egli verrà. Gesù tornerà, Gesù verrà, lo ha promesso. Dice così: *«Risollevatevi e alzate il capo, perché la vostra liberazione è vicina»* (Lc 21,28).



È bello ascoltare questa Parola di incoraggiamento: risollevarci e alzare il capo perché proprio nei momenti in cui tutto sembra finito il Signore viene a salvarci; attenderlo con gioia anche nel cuore delle tribolazioni, nelle crisi della vita e nei drammi della storia. Attendere il Signore. Ma come si fa ad alzare il capo, a non farci assorbire dalle difficoltà, dalle sofferenze, dalle sconfitte? Gesù ci indica la via con un richiamo forte: *«State attenti a voi stessi, che i vostri cuori non si appesantiscano Vegliate in ogni momento pregando»*.

“Vegliate”, la vigilanza. Fermiamoci su questo aspetto importante della vita cristiana. Dalle parole di Cristo vediamo che la vigilanza è legata all’attenzione: state attenti, vegliate, non distraetevi, cioè restate svegli! Vigilare significa questo: non permettere che il cuore si impigrisca e che la vita spirituale si ammorbida nella mediocrità. Fare attenzione perché si può essere *“cristiani addormentati”* – e noi sappiamo: ce ne sono tanti di cristiani addormentati, cristiani anestetizzati dalle mondanità spirituali – cristiani senza slancio spirituale, senza ardore nel pregare – pregano come dei pappagalli – senza entusiasmo per la missione, senza passione per il Vangelo. Cristiani che guardano sempre dentro, incapaci di guardare all’orizzonte.

E questo porta a *“sonnecchiare”*: tirare avanti le cose per inerzia, a cadere nell’apatia, indifferenti a tutto tranne che a quello che ci fa comodo. E questa è una vita triste, andare avanti così... non c’è felicità lì.

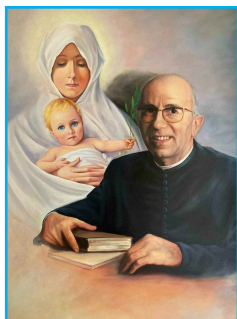
E ora preghiamo la Madonna: lei, che ha atteso il Signore con cuore vigilante, ci accompagna nel cammino dell’Avvento.

IL SERVO DI DIO DON CARLO DE AMBROGIO

UNA LAMPADA CHE ARDE E CHE SPLENDE

POTRÒ MAI ESSERE BUONO?

Un giorno, mentre don Carlo si recava a celebrare in un Istituto di Torino, gli si affiancò un uomo già di una certa età, dal volto scavato e i capelli arruffati. Non ebbe timore di presentarsi qual era: un ex carcerato, dimesso proprio allora dalla casa circondariale di Torino. Si trovava come sperduto tra la folla, ma vedendo da lontano un prete dal volto innocente di fanciullo che non l'avrebbe sicuramente respinto né giudicato, si sentì spinto a fermarlo. E là, sotto il tunnel di corso Regina, chiese di confessarsi. Don Carlo lo portò in disparte e gli lasciò sfogare la piena del cuore.



Incurante del via vai di persone, quell'uomo ripercorse tutta la sua vita, non più con esasperazione, ora che si sentiva amato, ma con il pentimento fino alle lacrime. Man mano che si liberava dal suo triste passato gli scendeva in cuore una grande pace e un grande desiderio di ricominciare. *«Ma potrò mai essere di nuovo buono?»*. Don Carlo gli parlò con dolcezza dell'amore del Padre, della tenerezza della Madre di Gesù, presente come Mamma nella sua vita; era lei infatti che l'aveva fatto incontrare con un Sacerdote quel mattino.

Quell'uomo rude, dalla tempra di acciaio, non riuscì a trattenere le lacrime: erano parole nuove, mai sentite prima, eppure tanto vere, che gli scendevano nell'anima, ridestandogli energie spirituali nascoste, finora assopite o soffocate dal male. Don Carlo gli tracciò l'assoluzione e notò quegli occhi prima torvi e opachi diventare limpidi e luminosi come quelli di un bambino, e il volto corrugato diventare sereno, come se la carezza invisibile della Mamma l'avesse spianato.

Glielo disse e vide quell'uomo allontanarsi felice con la certezza di non essere più solo nel suo difficile quotidiano: ora si sentiva avvolto, condotto, protetto dall'amore del Padre e della Mamma Celeste, reso così visibile in quel Sacerdote che per primo gli aveva sorriso.