



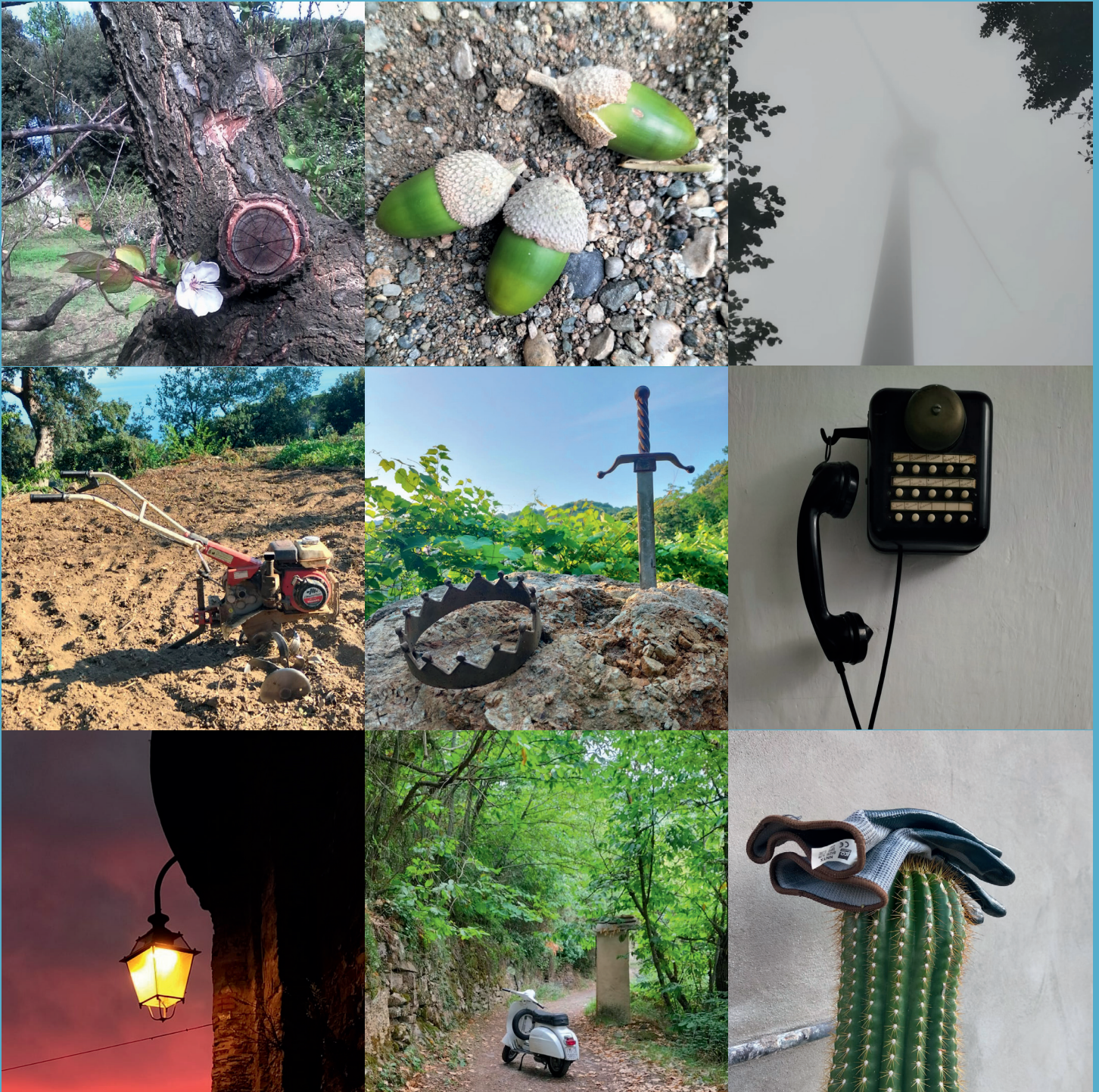
Attesa di felicità

Seconda settimana di Avvento

1. La forma

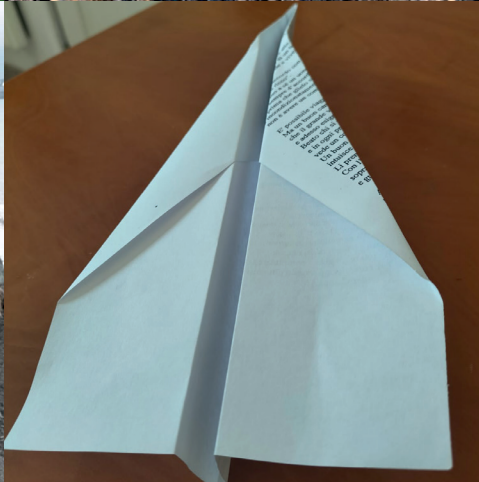
gli occhi ci aiutano a trovare il nostro modo di attendere

Ti proponiamo una serie di immagini. Tra tutte queste immagini quale esprime meglio la forma della tua attesa di felicità in questo Avvento? E perché?





1. La forma

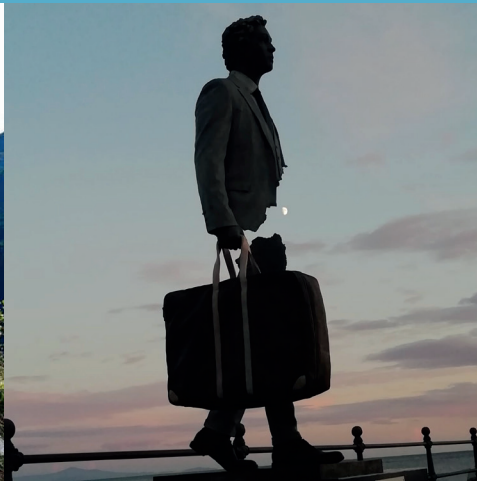




Attesa di felicità

Seconda settimana di Avvento

1. La forma



NB

Per la prossima domenica di Avvento invece, guardati intorno e individua una che sia solamente tua, le nostre giornate ne sono davvero piene...





Attesa di felicità

Seconda settimana di Avvento

Dal Vangelo di Marco 1, 1-8

Inizio del vangelo di Gesù, Cristo, Figlio di Dio.

Come sta scritto nel profeta Isaia:

Ecco, dinanzi a te io mando il mio messaggero:
egli preparerà la tua via.

Voce di uno che grida nel deserto:

Preparate la via del Signore,
raddrizzate i suoi sentieri

vi fu Giovanni, che battezzava nel deserto e proclamava un battesimo di conversione per il perdono dei peccati. Accorrevano a lui tutta la regione della Giudea e tutti gli abitanti di Gerusalemme. E si facevano battezzare da lui nel fiume Giordano, confessando i loro peccati. Giovanni era vestito di peli di cammello, con una cintura di pelle attorno ai fianchi, e mangiava cavallette e miele selvatico. E proclamava: «Venne dopo di me colui che è più forte di me: io non sono degno di chinarmi per slegare i lacci dei suoi sandali. Io vi ho battezzato con acqua, ma egli vi battezzerà in Spirito Santo».

SPUNTI DI RIFLESSIONE

Accade a volte che il ricordo di una frase dei nostri nonni o di qualche anziano a noi caro ci torni in mente, di fronte a situazioni di cambiamento e ci fa dire: "Lo aveva detto, lui/lei sapeva". Quella frase che arriva dal passato ed è maturata con l'esperienza di una vita, ci illumina e fornisce un criterio per interpretare il presente.

Così le parole del profeta Isaia aiutano la prima comunità cristiana a "interpretare" la figura di Giovanni, le sue parole e le sue azioni, comprendere il ruolo che egli ha avuto in relazione alla persona di Gesù.

Cosa viene detto di Giovanni? Che è un messaggero, che prepara la via, che è voce che invita alla conversione e alla giustizia, personale e sociale.

Le sue parole non rimangono senza riscontro, tanto che molti accorrono. Esse fanno emergere il profondo desiderio di conversione e di cambiamento di stile di vita che abita nel cuore degli uomini e delle donne di ogni tempo.

Sono parole credibili perché sono accompagnate da scelte concrete di stile di vita.

- La **prima** è di abitare nel deserto, luogo difficile ma anche fondamentale nella storia del popolo ebreo, perché il deserto è il luogo della rivelazione e dell'alleanza, della via verso la liberazione.
- La **seconda** scelta concreta è di vivere con essenzialità. Di Giovanni si dice che era vestito di peli di cammello e si nutriva di cavallette e miele selvatico. Scelta non solo di essenzialità, ma anche di profonda armonia con il creato, nel quale Giovanni si cala con rispetto, senza pretese di dominio, sentendosene parte, collegato all'ambiente circostante. Vive con misura di ciò che quel luogo gli offre.
- La **terza** scelta concreta sono le parole, che non attirano l'attenzione su di sé, ma invitano a guardare altro da sé, un altro uomo, nel quale riconosce una così intensa presenza di Dio da considerarlo "la tenda" dello Spirito Santo.

2. La Parola

quella di Dio prima di tutto
e altri contributi per la riflessione

Questa pagina è ricca di immagini visive e uditive di attesa "intraprendente":

il messaggero il deserto

l'uomo vestito di pelli di cammello da un lato e
l'accorrere di molte persone dall'altro lato
la voce che echeggia nello spazio vuoto

Essa ci fornisce molteplici spunti per rileggere e illuminare la nostra vita di adulti, di capo/capi in servizio, di donne e uomini calate/i in un mondo contemporaneo complesso.

LE VIE DI FELICITÀ CHE EMERGONO DAL TESTO

1. Beati coloro che pronunciano parole di giustizia
2. Beati coloro che vivono nell'essenzialità che libera
3. Beati coloro che sono al servizio dello Spirito che abita nei cuori degli altri

DOMANDE

1. Beati coloro che pronunciano parole di giustizia

Come capo scout (e/o come Co.ca.) fai memoria e pensa a ciò che le tue parole annunciano: di quali messaggi si fanno portatrici?

2. Beati coloro che vivono nell'essenzialità che libera

Qual è la conversione di vita che desideri nel profondo? Conversione di vita significa una vita più semplice, più felice, più autentica, più felice. Scrivi per 10 volte "Io (il tuo nome) sono felice quando...". C'è qualche sorpresa in questo elenco. Come entra il Signore nella tua felicità?

3. Beati coloro che sono al servizio dello Spirito che abita nei cuori degli altri

I bambini e/o i ragazzi ai quali presti servizio sono abitati dallo Spirito del Signore, che li aiuta a crescere e aiuta te a essere un capo migliore.

Come aiuti i ragazzi a conoscere la bellezza della vita e la presenza di Dio in loro? Come pensi che loro ti aiutino a conoscere il Signore?

NB

Le domande che abbiamo proposto dopo il brano sono uno strumento. Sentiti libero/a di usarle solo nella misura in cui aiutano a focalizzare la tua riflessione e preghiera. Scegli quelle che ti aiutano in questo momento.

Non usarle se ti rendi conto che il brano che hai letto ti spinge a riflettere su altri aspetti della tua vita e del tuo servizio. Inoltre, non preoccuparti di considerare tutto il testo della Parola di Dio. Se trovi una frase, un'immagine o anche solo una parola che ti "danno gusto", rimani lì per tutto il tempo che ritieni, non andare oltre, va in profondità!!





Attesa di felicità

Seconda settimana di Avvento

3. Lo stile

anche il “come” è importante

UN PO' DI TEMPO PRIMA DI INIZIARE A PREGARE

Scegli un **MOMENTO** della giornata in cui pensi di non essere disturbata/o e non sei troppo stanca/o da addormentarti.

Scegli quanto tempo dedicare alla preghiera: 15, 20, 30 minuti. Una volta scelto, all'inizio della preghiera ricordati di impostare la sveglia del cellulare, così potrai stare con il Signore e con te stessa/o senza essere distratta/o dal guardare l'orologio.

Scegli un luogo dove pregare, dove tu ti senti al sicuro e a tuo agio. Sceglilo pensando di non essere interrotta/o o distratta/o eccessivamente.

SUBITO PRIMA DI INIZIARE A PREGARE

Leggi il brano, anche due o tre volte, lentamente. Con una lettura lenta alcune parole, un'immagine, un'espressione “emergeranno” dal testo, le sentirai di più e ti colpiranno. Sottolineale e segnale.

Scegli una posizione del corpo, seduta/o o sdraiata/o (se sei nella tua camera). Scegli una posizione che puoi tenere per tutto il tempo della preghiera, che sia comoda e non ti distraiga.

PREGHIERA

1. Inizia facendo un **segno di croce**.
2. Per qualche secondo concentrati sul **respiro**: l'aria che entra e che esce dalle narici...
3. Poi **visualizza il volto del Signore Gesù**, che ti guarda con amore, rispetto, amicizia e stima.
4. Ora **prendi le parole che ti hanno colpito nella lettura** che hai fatto poco prima e ripetile silenziosamente dentro di te, riflettendo su di esse, pensando a come possono essere legate alla tua vita, a cosa ti fanno venire in mente: quali ricordi suscitano? Quali intuizioni favoriscono? Quali desideri fanno emergere? Come ti aiutano ad amare di più?
5. Quando senti suonare la sveglia che hai impostato e avviato prima del segno di croce, termina la preghiera, **rivolgiti a Gesù come un amico ad un amico**, dandogli del tu, ringraziandolo per il tempo che avete trascorso insieme, per qualche intuizione ricevuta, per una luce interiore.
6. Chiudi la preghiera con altro **segno di croce**. È un gesto semplice, che come una parentesi (o **un abbraccio**), segna l'inizio e il termine del tempo che hai dedicato al Signore.

DOPO LA PREGHIERA

Fermati un attimo e **segna su un quaderno**, un taccuino – non su un foglio volante, che appunto rischia di volare via...) – **l'immagine o la parola** che ti hanno colpita/o, sia in senso positivo dandoti gioia e pace, sia turbandoti. In ogni caso quell'immagine e/o quella parola è significativa per te. Se lo vorrai, potrai partire da ciò che ti sei segnata/o sul taccuino **per condividere il frutto della tua preghiera**, se si creasse l'occasione di farlo.

Perché scrivere subito dopo? Perché viviamo vite molto intense e dopo mezza giornata ciò che era chiaro terminata la preghiera può sfumare e anche essere dimenticato.

L'APPUNTAMENTO

Pensando alla preghiera, spesso molto è lasciato al “quando mi sento”, “quando ho tempo”, il Signore certo non vuole che ci sentiamo ingabbiati... Ma abbiamo mai pensato che le relazioni si basano su “appuntamenti” stabiliti, su momenti dedicati, su tempo liberato? Anche la relazione con il Signore si basa su “appuntamenti”, per prepararci, per cominciare a pregare, per progettare ed eventualmente per prendere consapevolezza che “gli abbiamo dato buca”. Per questo è importante prefissare un tempo, breve, concreto, alla nostra portata, un **appuntamento per la preghiera**, tempo dedicato (quanto è bello pensare che non sia solo il nostro verso Dio, ma anche di Dio nei nostri confronti!). È un allenamento alla costanza, alla consapevolezza di sé e a fare del tempo un processo: “è un invito ad assumere la tensione tra pienezza e limite, assegnando priorità al tempo” come ci dice papa Francesco (EG223).

questa prima parte non prende più di un paio di minuti

è la parte più consistente del tempo di preghiera

questa parte prende 2/3 minuti

NB

Il metodo che ti proponiamo è una possibilità. Non sentirti in dovere di usarlo, se lo avverti come una forzatura. Altri prima di te lo hanno trovato utile, ma ciascuno di noi è diverso. Il metodo può apparire un po' meccanico le prime volte che viene applicato, con la ripetizione ciascuno di noi lo adatta e lo personalizza. Ciò che ci piacerebbe ti arrivasse è l'invito all'attenzione, il nostro incoraggiamento a “preparare” il momento di preghiera, che si compone di un prima, di un durante e di un dopo. Abbi cura della tua preghiera e usa di questo metodo, o di altri che conosci, ciò che ti aiuta a gustare il tempo con il Signore. Siamo convinti che questo sia ciò che conta.





4. I pensieri

per fare qualche passo in più...

*Le nubi coprono il cielo,
la notte è scesa, il buio mi circonda.
La mancanza della luce porta alla mente i timori,
i dubbi di una giornata infinita
Come farò? Saprò rispondere?
Attendo
Mi affido a Dio, Lui è vicino, mi tende la mano, mi conforta.
In Lui ripongo le mie speranze,
da Lui ritrovo le mie certezze.
Le nubi che scorrono
liberano un angolo in cui nel nero manto si accendono le stelle,
splendono di luce e sono un segno che porta tranquillità.
Erano lì, come sono sempre,
a confortare e dare coraggio.
Cammino verso l'angolo del riposo,
dove i sogni che verranno
mi faranno sorridere
e saranno forse segno del tempo che verrà,
il tempo dell'impegno,
dell'affidamento.
Attendo.*

