



CONGREGAZIONE SUORE COLLEGINE DELLA S. FAMIGLIA

ADORAZIONE EUCARISTICA VEGLIATE IN OGNI MOMENTO

G. «A te, Signore, elevo l'anima mia, Dio mio, in te confido: che io non sia confuso. Non trionfino su di me i miei nemici. Chiunque spera in te non resti deluso. (Sal 24,1-3). La supplica confidente e fiduciosa del salmista, proposta dalla liturgia come antifona d'ingresso della prima domenica di Avvento, apre il nuovo anno liturgico e introduce la Chiesa in un clima spirituale di memoria del Messia atteso per lunghi secoli, di contemplazione del Cristo presente nel frammento della storia e di vigile speranza del ritorno glorioso del Risorto alla fine dei tempi.

Il tempo dell'Avvento, che tiene insieme la fede nel "già" della prima venuta del Salvatore e l'attesa del "non ancora" dell'ultima venuta del Signore, nell'imminenza del Giubileo ordinario del 2025, è un'occasione propizia per riscoprire il senso vero della speranza cristiana, che «non illude e non delude, perché è fondata sulla certezza che niente e nessuno potrà mai separarci dall'amore divino» (Francesco, Spes non confundit, n. 3). L'Avvento, infatti, è pervaso dalla consolante evidenza che Dio, che ricorda le sue promesse e dimentica le nostre colpe, è sempre pronto a ricominciare e a portare avanti il suo disegno di salvezza.

Invochiamo la tua presenza vieni Signor.
Invochiamo la tua presenza scendi su di noi.
Vieni Consolatore e dona pace e umiltà.
Acqua viva d'amore questo cuore apriamo a Te.

Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!
Vieni su noi Maranathà, vieni su noi Spirito!
Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi!

Vieni Spirito, vieni Spirito, scendi su di noi,
scendi su di noi.

Invochiamo la tua presenza, vieni Signor,
invochiamo la tua presenza scendi su di noi.
Vieni luce dei cuori dona forza e fedeltà.
Fuoco eterno d'amore questa vita offriamo a te.

Canto d'adorazione

Voglio adorare te
Voglio adorare te
Voglio adorare te
Signor solo te
Nella gioia e nel dolore
Nell'affanno della vita
Quando sono senza forze adoro te
Nella pace e nell'angoscia
Nella prova della croce
Quando ho sete del tuo amore
Adoro te Signore

Nel coraggio e nel timore
Nel tormento del peccato
Quando il cuore mio vacilla adoro te
Nella fede e nella grazia
Nello zelo per il regno
Quando esulto nel tuo nome
Adoro te Signore

PREGHIERA

Breve Silenzio, poi a cori alterni recitiamo il Salmo

SALMO 24

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.

Buono e retto è il Signore,
indica ai peccatori la via giusta;
guida i poveri secondo giustizia,

insegna ai poveri la sua via.

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.

Sottofondo musicale

ASCOLTO DELLA PAROLA

Ascoltiamo 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

RIFLESSIONE padre Ermes Ronchi

SE NON ALZI IL TUO CAPO NON VEDRAI L'ARCOBALENO

Ricomincia da capo l'anno liturgico, quando ripercorreremo un'altra volta tutta la vita di Gesù. L'anno nuovo inizia con la prima domenica d'Avvento, il nostro capodanno, il primo giorno di un cammino (quattro settimane) che conduce a Natale, che è il perno attorno al quale ruotano gli anni e i secoli, l'inizio della storia nuova, quando Dio è entrato nel fiume dell'umanità. Ci saranno segni nel sole, nella luna e nelle stelle, e sulla terra angoscia di popoli in ansia per ciò che dovrà accadere. Il Vangelo non anticipa la fine del mondo, racconta il segreto del mondo: ci prende per mano e ci porta fuori, a guardare in alto, a sentire il cosmo pulsare attorno a noi; ci chiama ad aprire le finestre di casa per far entrare i grandi venti della storia, a sentirci parte viva di una immensa vita. Che patisce, che soffre, ma che nasce. Il mondo spesso si contorce come una partoriente, dice Isaia, ma per produrre vita: è in continua gestazione, porta un altro mondo nel grembo. La terra risuona di un pianto mai finito, ma il Vangelo ci domanda di non smarrire il cuore, di non camminare a capo chino, a occhi bassi. Risollevatevi, alzate il capo, guardate in alto e lontano, la liberazione è vicina. Siamo tentati di guardare solo alle cose immediate, forse per non inciampare nelle macerie che ingombrano il terreno, ma se non risolleviamo il capo non vedremo mai nascere arcobaleni. Uomini e donne in piedi, a testa alta, occhi nel sole: così vede i discepoli il Vangelo. Gente dalla vita verticale. Allora il nostro compito è di sentirci parte dell'intero creato, avvolti da una energia più grande di noi, connessi a una storia immensa, dove anche la mia piccola vicenda è preziosa e potente, perché gravida di Dio: «Cristo può nascere mille volte a Betlemme, ma se non nasce in me, è nato invano» (Meister Eckart). Gesù chiede ai suoi leggerezza e attenzione, per leggere la storia come un grembo di nascite. Chiede attenzione ai piccoli dettagli della vita e a ciò che ci supera infinitamente: "esisterà pur sempre anche qui un pezzetto di cielo che si potrà guardare, e abbastanza spazio dentro di me per poter congiungere le mani nella preghiera" (Etty Hillesum). Chiede un cuore leggero e attento, per vegliare sui germogli, su ciò che spunta, sul nuovo che nasce, sui primi passi della pace, sul respiro della luce che si disegna sul muro della notte,

sui primi vagiti della vita e dei suoi germogli. Il Vangelo ci consegna questa vocazione a una duplice attenzione: alla vita e all'infinito. La vita è dentro l'infinito e l'infinito è dentro la vita; l'eterno brilla nell'istante e l'istante si insinua nell'eterno. In un Avvento senza fine.

TEMPO PERSONALE

Ecco, verranno giorni - oracolo del Signore - nei quali io realizzerò le promesse di bene che ho fatto alla casa d'Israele e alla casa di Giuda (Ger 33,14).

L'Avvento rimette in moto la nostra tensione positiva verso i "giorni che verranno", ci ridona l'ardore dello sguardo in alto e in avanti, il coraggio di sperare ancora - nono- stante tutto - nella realizzazione delle promesse di Dio sul popolo che crede nella sua alleanza.

La nostra vita allora riprende audacemente il suo cammino, come un pellegrinaggio di vera speranza, grazie alla concretezza di questa promessa: tutta la nostra sete di giustizia, pur in mezzo a un mondo che sembra averla smarrita e calpestate, verrà saziata da un "Germoglio".

Pausa di Silenzio

CANTO ISAIA 11

*Ed un virgulto dal tronco di Jesse
domani germoglierà.
Un ramoscello dalle sue radici
a vessillo si eleverà.*

Su di lui sapienza, intelletto, consiglio,
fortezza e timore del Signore.
La sua parola sarà come verga
e dal male ci libererà.

L'agnello e il lupo insieme staranno
e accanto al capretto vivran.
pascoleranno con l'orsa e il leone
un fanciullo li guiderà

Ed in quel giorno di nuovo il Signore
la mano su di lui stenderà.
Come vessillo il germoglio di Jesse
sui popoli si eleverà.

PREGHIERA

Avvento, tempo dell'attesa e della speranza:
è la tua venuta, o Cristo, che vogliamo rivivere,
preparandoci più profondamente
nella fede e nell'amore.

Avvento, tempo della Chiesa affamata del Salvatore:
essa vuole ripeterti, volgendosi a te
con più insistenza, con un lungo sguardo,
che tu sei tutto per lei.

Avvento, tempo dei desideri più nobili dell'uomo
che più coscientemente convergono verso di te,
e che devono cercare in te, nel tuo mistero,
il loro compimento.

Avvento, tempo di silenzio e di raccoglimento,
in cui ci sforziamo d'ascoltare la Parola
che vuol venire a noi,
e di sentire i passi che si avvicinano.
Avvento, tempo dell'accoglienza
in cui tutto cerca di aprirsi,

in cui tutto vuol dilatarsi nei nostri cuori troppo stretti,
al fine di ricevere la grandezza infinita
del Dio che viene a noi.

CANTO

Tantum ergo sacramentum
veneremur cernui,
et antiquum documentum
novo cedat ritui;
præstet fides supplementum
sensuum defectui.

Genitori Genitoque
laus et iubilatio,
salus, honor, virtus quoque
sit et benedictio;
Procedenti ab utroque
compar sit laudatio.
Amen

Elevazione del Santissimo Sacramento e Benedizione Eucaristica. Al termine: Acclamazioni:

Dio sia benedetto.
Benedetto il Suo Santo Nome.
Benedetto Gesù Cristo vero Dio e vero Uomo.
Benedetto il Nome di Gesù
Benedetto il suo Sacratissimo Cuore.
Benedetto il suo Preziosissimo Sangue.
Benedetto Gesù nel santissimo sacramento
dell'altare.

Benedetto lo Spirito Santo Paraclito.
Benedetta la gran Madre di Dio, Maria
Santissima.
Benedetta la sua Santa ed Immacolata Concezione
Benedetta la sua gloriosa Assunzione.
Benedetto il nome di Maria, Vergine e Madre.
Benedetto San Giuseppe suo castissimo sposo.
Benedetto Dio nei suoi angeli e nei suoi santi.

CANTO FINALE **Resta qui con noi**

Le ombre si distendono,
scende ormai la sera,
e s'allontanano dietro ai monti
i riflessi di un giorno che non finirà,
di un giorno che ora scorrerà sempre,
perché sappiamo che una nuova vita
da qui è partita e mai più si fermerà.

***Resta qui con noi, il sole scende già,
resta qui con noi, Signore è sera ormai.
Resta qui con noi, il sole scende già,
se tu sei tra noi la notte non verrà.***

S'allarga verso il mare
il tuo cerchio d'onda

che il vento spingerà fino a quando
giungerà ai confini di ogni cuore,
alle porte dell'amore vero.
Come una fiamma che dove passa brucia,
così il tuo amore tutto il mondo invaderà.

Davanti a noi l'umanità
lotta, soffre e spera,
come una terra che nell'arsura
chieda l'acqua da un cielo senza nuvole,
ma che sempre le può dare vita.
Con te saremo sorgenti d'acqua pura,
con te fra noi il deserto fiorirà.

**A TE, SIGNORE, INNALZO L'ANIMA MIA,
MIO DIO, IN TE CONFIDO: CHE IO NON RESTI DELUSO!
NON TRIONFINO SU DI ME I MIEI NEMICI!
CHIUNQUE IN TE SPERA NON RESTI DELUSO.** Ant. ingresso I Dom d'avvento