



AVVENTO NATALE 2023



QUATTRO DOMENICHE IN CAMMINO

per catechisti, famiglie, bambini,
adolescenti, giovani e adulti

“Si può... ricominciare” così s’intitola il percorso di Avvento di quest’anno.

L’Avvento si fa attesa in cammino per avvicinarsi a piccoli passi a Dio che si fa uomo; e come i due discepoli di Emmaus, anche noi ci mettiamo per strada equipaggiati, di settimana in settimana, dal “Vangelo” dei giorni festivi, da un “linguaggio simbolico”, dalla “riflessione e preghiera”, vera cura alla vita frenetica moderna, che insegna quanto è bello ogni tanto “fermarci per ascoltare e gustare” le nostre emozioni, e procedere a piccoli passi per aspettare e per “desiderare”.

Gli strumenti di preghiera sono stati pensati e realizzati per accompagnare la preghiera quotidiana in famiglia e i momenti comunitari e di gruppo.

MATERIALE on-line

Il materiale, in formato pdf, è disponibile on-line dal 25 novembre sul sito ufficiocatechistico@diocesipinerolo.it



“SI PUÒ”

Il cammino sarà accompagnato dalla lettura di alcune pagine della lettera pastorale “Si può”, dedicata al tema della Speranza, preparata dal nostro vescovo Derio, per accompagnare l’anno pastorale della nostra diocesi. (Si trova presso le chiese della diocesi).

LA SPIRALE DI LUCE

In questo periodo si osserva con “stupore” la tavola stagionale, i suoi cambiamenti. Spesso ci lamentiamo di quanto il Natale stia diventando sempre più una festa dedicata al consumismo, che un’occasione di “riflessione e di raccoglimento”. Abbiamo pensato una corona/calendario a forma di spirale dove, ogni domenica, si accende la classica candela con l’aggiunta, per ogni giorno della settimana, di oggetti naturali che ci aiutano a fermarci e riflettere.



materiale occorrente

- utilizzato piatto Ø 30 cm decorato finto oro
- stoffa o cartone (blu o verde o marrone Ø 30 cm)
- 19 stelle piccole bianche (4x4 cm)
- 4 stelle grandi gialle (4x4 cm)
- 3 candele rosse e una bianca (Ø 4 cm)
- aghi di pino per decoro
- 6 pietre (4x4 cm),
- 6 pani fatti in casa (4x4 cm)
- 6 sezioni di tronco (Ø 4 cm H a piacere).

(Se aumentate il Ø del piatto aumenterete le dimensioni degli oggetti).

Si possono realizzare:
- con origami



- legno



- cartone



L’abete simboleggia la Rinascita, la Prosperità, la Speranza, la Resistenza e l’Immortalità.



La candela accesa simboleggia la luce e l’amore che Gesù dona agli uomini.



La Nascita di Gesù è accompagnata da dolci simbolici come il Panettone.



Pane è festa, condivisione, è gioia.



Le pietre simboleggiano il peso dei nostri peccati e sofferenze.



Il legno ricorda un’antica usanza del ceppo nel caminetto, in attesa del bambino Gesù.

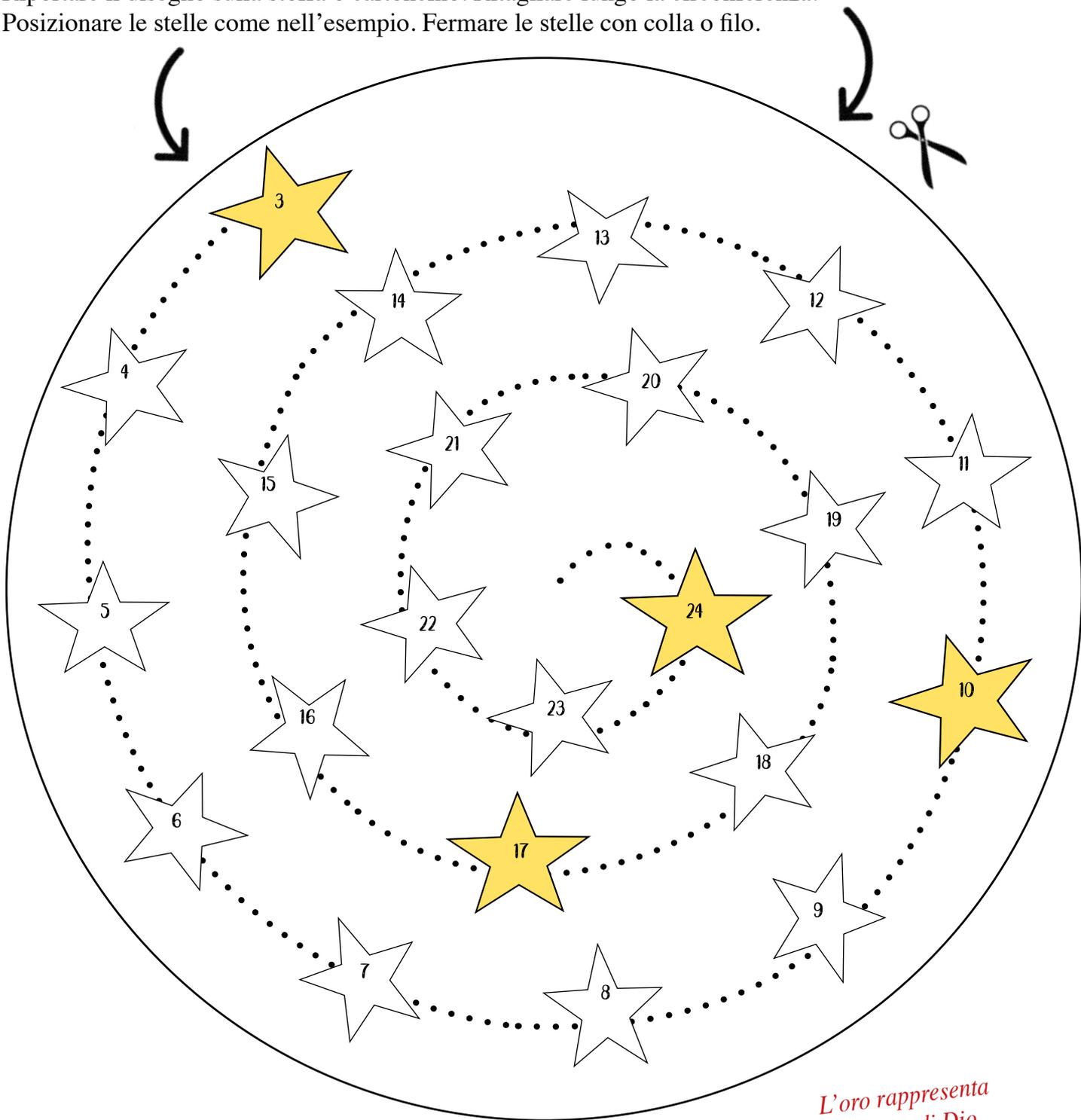
REALIZZAZIONE DEL SUPPORTO

Prendere un pezzo di stoffa rigida (feltro) o cartoncino.

Ingrandire il disegno riportato sotto, del diametro della circonferenza del vostro piatto o supporto.

Riportare il disegno sulla stoffa o cartoncino. Ritagliare lungo la circonferenza.

Posizionare le stelle come nell'esempio. Fermare le stelle con colla o filo.



Inserire dentro il piatto il cerchio di stoffa o cartoncino. A piacere, disporre una semplice decorazione utilizzando elementi di stagione naturali.



*L'oro rappresenta
l'amore di Dio
in mezzo a noi.
Scende, simbolicamente,
dall'alto. Riempie tutto.
Il vassoio
è come un grembo,
a generare tutto ciò che è
buono, vero, giusto, bello.
L'oro rende
preziosa ogni cosa !*

1^A DOMENICA

VEGLIATE

Dal Vangelo
secondo Marco
13, 33-37

Cuori feriti e
orme in movimento

PER RIFLETTERE CON IL CUORE

Oggi inizia l'Avvento, il tempo liturgico che ci prepara al Natale, invitandoci ad "alzare lo sguardo e ad aprire il cuore" per farci domande concrete su "come e per chi" spendiamo la nostra vita.

Questa è la lieta notizia:
Gesù Risorto offre il senso ad ogni esperienza di vita.
È la possibilità per ogni uomo e donna di non rimanere schiacciato dalla disperazione, dalla solitudine, dall'isolamento o dall'esclusione.

"SI PUÒ"

Lettera del vescovo Derio
(pag 24-29 leggi e rifletti)

Mani e volti parlano dei fatti appena passati: due discepoli avevano sperato in Gesù, ma per loro e molti altri, la sua vita è stato un fallimento. Persa la fede e la speranza, lasciano la comunità dei discepoli a Gerusalemme. Ascoltiamo le nostre paure, pensieri, dubbi e ansie e condividiamole con chi ci è vicino.

Nel nostro presepe non manca mai il pastore con la lanterna. È l'uomo viaggiatore, colui che ricerca la strada, colui che non si accontenta di ciò che ha trovato. Non gli basta il Natale di sempre, non gli basta sapere che a Betlemme due millenni fa, è nato un bambino ma si interessa e si chiede chi sia quel piccolo nato nella povertà. Occorre quindi guardare oltre la luce della propria lanterna, oltre il bagliore del "già capito"...

ASCOLTA la musica



Sierra - Solitudine
Vasco - Siamo soli
Laura Pausini - La solitudine
Franco Battiato - Amata solitudine
Tears for Fears - Mad World
Green Day - Boulevard of broken dreams



OCCHIO
alla
Parola
nell'arte
di
Arcabas



Una colata di sole

L'immagine usata per illustrare il dono di sé è quella del seme che deve cadere a terra e morire per dare vita. Il mistero Pasquale è la croce immersa in questa colata d'oro che penetra nel terreno scuro pieno di lettere in disordine, senza senso. Sono

frammenti di parole, di frasi, che hanno perso il loro ordine. Rappresentano le domande che si pongono i due discepoli, le domande che ogni uomo e donna si pone oggi. Queste parole e frasi trovano il senso solo se si accoglie la logica della Pasqua, logica dell'amore folle di Dio che si dona.

La parola è come un seme

Il misterioso viandante li ascolta con attenzione e poi apre la loro mente alla comprensione delle Scritture; quelle parole non sono fredde ed asettiche spiegazioni, ma sono coinvolgenti riferimenti ai fatti che loro hanno visto, a parole che loro hanno già sentito. Il cuore dei due si riscalda, la memoria si risveglia dal torpore; all'amarezza della delusione subentra pian piano la speranza di un possibile re-inizio.

1^A DOMENICA

VEGLIATE

Stare in famiglia la Spirale di luce

L'Avvento è un rituale che onora il ritorno della luce e simboleggia la luce che arde intensamente dentro di noi, anche durante i giorni più bui dell'anno.



- 1^A DOMENICA: poniamo sopra la prima stella gialla la candela rossa della SPERANZA
- Poi posizioniamo per 6 giorni una PIETRA sulle 6 stelle dopo la candela.
(come vedete nell'immagine qui sopra)

Cosa sono le pietre sul nostro cammino?

Le pietre sono il nostro "cuore ferito": dal peccato, da stato d'animo disperato, da reazione all'insuccesso, al fallimento. Queste nostre pietre sono pesanti e per alleggerirle devono essere portate insieme ad altri o condivise. Mettersi in gioco, provare e riprovare, rialzarsi e ricominciare offrono prospettive diverse su cui riflettere e migliorare.

Posizionando le pietre sulle stelle della Spirale di luce, chiediamoci "scusa" a vicenda se in settimana non sempre ci siamo voluti bene, o non ci siamo capiti o aiutati.

parole per riflettere

Il primo servizio che si deve al prossimo e' quello di ascoltarlo. Come l'amore di Dio incomincia con l'ascoltare la sua Parola, cosi' l'inizio dell'amore per il fratello sta nell'imparare ad ascoltarlo. Chi non sa ascoltare il fratello, ben presto non sapra' neppure piu' ascoltare Dio. Anche di fronte a Dio sara' sempre lui a parlare.
(Dietrich Bonhoeffer)

preghiera

*Caro Gesù,
spesso siamo distratti dalle tante cose da fare,
non riusciamo a trovare pochi minuti per stare in ascolto della Tua Parola.
Aiutaci a rimanere svegli e attenti perché possiamo accoglierti con gioia quando arriverai,
Amen*

2^A DOMENICA

PREPARATE LA VIA

Dal Vangelo
secondo Marco
1, 1-8

Cuori ardenti
e occhi aperti

PER RIFLETTERE con il CUORE

Abbiamo imparato ad "ascoltare" il Vangelo,
ora possiamo procedere oltre e "meditarlo"
e "capirlo" con il nostro cuore.

Cosa vuol dire a noi la Parola ascoltata?
Quante volte Maria avrà meditato la Parola letta
prima di pronunciare il suo "sì"?

ASCOLTA la musica



Me contro Te - Insieme
Lorenzo Baglioni - Insieme
Giorgia - Credo
Elisa - Ogni Istante
Noemi - Glicine
Emanuele Aloia - Quando Dio ti ha inventata
Lady Gaga - Hold my hand

"SÌ PUÒ"

Lettera del vescovo Derio
(pag 38-45 leggi e rifletti)



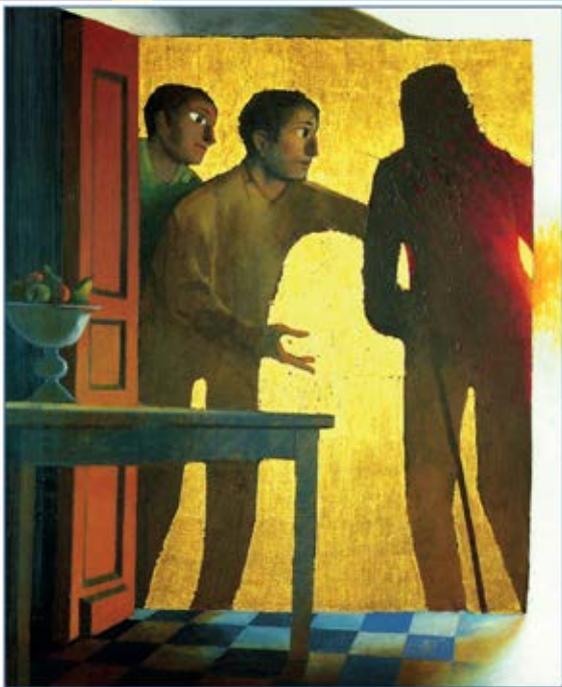
Eccoli ora sulla soglia: la porta è aperta, una tavola con una bella fruttiera campeggiano in primo piano ad indicare la quotidianità dell'esistenza; i due invitano il misterioso pellegrino ad entrare e a restare con loro per quella sera, dopo quel tratto di cammino fatto insieme.

In questo Natale pensiamo alla "solitudine". Non è affare degli adulti, ma attraversa tutte le fasce d'età: dai baby alla Gen Z, i giovani e gli anziani riferiscono tutti sentimenti di solitudine.

Il Natale non rende tutti più buoni, ci aiuta a guardarci dentro, uscire dalla solitudine, dall'egoismo per andare incontro all'altro.
Il Natale è la festa dell'incontro.



OCCHIO
alla
Parola
nell'arte
di
Arcabas



parole per riflettere

Arcabas ci dice che nel cuore dei due pellegrini di Emmaus c'è un grande bisogno di festa, di stare bene insieme.

Questo bisogno è nel cuore di tutte le persone del mondo. Anche nel nostro cuore.

L'oro ci ricorda la luce di Dio.

La nascita di Gesù ci illumina e ci scalda il cuore, rallegra l'esistenza, colora il senso della quotidianità.



*Pastori e pecore,
nel presepe non possono mancare.
I pastori rappresentano lo strato
della popolazione più umile,
i meno abbienti; sono coloro che
hanno conservato un animo puro e,
proprio grazie a questo, sono i primi
ad intuire l'importanza di quanto sta
accadendo nella grotta, non lontano
da loro e far festa accogliendo.*

2^A DOMENICA

PREPARATE LA VIA

Stare in famiglia la Spirale di luce

In tutte le culture
la festa è l'occasione per "vivere
insieme" un evento, una memoria,
un'appartenenza, una speranza condivisa.

(ENZO BIANCHI)



- 2^A DOMENICA: poniamo sopra la stella gialla la candela rossa della PACE
- Poi posizioniamo per 6 giorni un PANE PICCOLO FATTO IN CASA sulle 6 stelle dopo la candela. (come vedete nell'immagine qui sopra)

Cosa sono i pani sul nostro cammino?

Ogni pane sulla nostra tavola ricorda che il 25 dicembre è chiamato "giorno del pane",
che Betlemme dall'ebraico Bet Lehem significa "Casa del Pane",
che nella preghiera del Padre Nostro ripetiamo la frase: "dacci oggi il nostro pane quotidiano..."

*Prendiamoci cura del "rito quotidiano" nel preparare e mangiare insieme,
specialmente il pranzo della Domenica.*

*Posizionando il pane sulle stelle della Spirale di luce, prima dei pasti
attendiamo il silenzio esterno ed interiore, recitiamo la preghiera scritta qui sotto.*

parole per riflettere

"Fikihbz wa meleh bainema" ovvero
"Tra te e me c'è pane e sale".
Questo antico proverbio arabo significa che
dopo aver mangiato assieme condividendo
pane e sale, simboli tradizionali dell'ospitalità,
non possiamo più farci la guerra.

(Proverbio arabo)

preghiera

Grazie Gesù,
perché riuniti attorno a questa
tavola ci sentiamo più uniti e
più vicini a te.

Aiutaci a ricordarci di chi non
ha il pane.

Amen

3^A DOMENICA

COSA CERCATE ?

Dal Vangelo
secondo Giovanni
1, 6-8.19-28

Non sto
nella pelle

PER RIFLETTERE CON IL CUORE

*In questo cammino di Avvento
ascoltiamo, meditiamo Dio che parla,
ma, gli possiamo "rispondere"
con la nostra preghiera.*

*Oggi ci sono tanti "ciechi", "sordi",
"duri di cuore".*

*Questi fratelli hanno bisogno di noi:
di una parola, di un sorriso,
di un aiuto.*

ASCOLTA
la musica



Laura Pausini - il mondo che vorrei
Celine Dion, Andrea Bocelli - The prayer
Vasco Rossi - un mondo migliore
Fiorella Mannoia - Belle speranze
Elisa - Hope

"SI PUÒ"

Lettera del vescovo Derio
(pag 48-51 leggi e rifletti)



La frazione del pane a tavola ha rivelato l'identità
del misterioso ospite: era Lui, era Gesù!

Quello che conta a Natale è la ripetizione, il
riproporsi ogni anno di certi comportamenti crea
in ognuno di noi, nei bambini soprattutto, una
tradizione che genera senso di
sicurezza e appartenenza.



OCCHIO
alla
Parola
nell'arte
di
Arcabas

Conta poco quello che si fa, conta
che si ripeta. Il ripetersi delle cose
fa sì che si fissino nelle memoria in maniera tale da creare una base
emotiva che poi potrà essere trasmessa alla generazione successiva.

Una tovaglia che viene stesa

Ora sono entrati, si sono seduti:
il momento è conviviale e solenne insieme.
Tutto è mistico, a partire dai colori usati, dai simboli
che si notano (una croce), dal fondo sagomato su
cui si stagliano i tre personaggi.
Al centro il pellegrino ha il volto in parte in ombra,
gli occhi abbassati, il gesto benedicente sulla coppa
che gli sta davanti.

Il discepolo a sinistra osserva
con sguardo intenso l'ospite,
mentre l'altro versa del vino
agli invitati.

Momento di convivialità e di
attesa, di silenzio carico di
ascolto per quell'uomo che
riscaldava il cuore, per quelle
parole che svelavano una
"speranza nuova".

3^A DOMENICA

COSA CERCATE ?

Stare in famiglia la Spirale di luce

Nella nostra vita a volte si sente la presenza di Dio, a volte è difficile dire "il Signore è presente". Spesso, come i discepoli, riconosciamo la presenza di Dio nello specchietto retrovisore, nella rilettura di quanto ci è accaduto. I discepoli riconoscono Gesù e subito scompare.



- 3^A DOMENICA: poniamo sopra la stella gialla la candela della **GIOIA**
- Poi posizioniamo per 6 giorni un **LEGNETTO** sulle 6 stelle dopo la candela (come vedete nell'immagine qui sopra)

Cosa simboleggia il legno sul nostro cammino?

Il termine presepe deriva dal latino "prae" davanti e "saepes" recinto, ed indica propriamente ogni recinto chiuso. Il recinto come la mangiatoia e la stalla sono di legno. Nel presepe sentieri naturali impervi conducono alla stalla buia che si configura come un confine tra *luce e tenebre*. E in questi sentieri c'è un pastore con uno sguardo cristallino con labbra socchiuse, come quelle di un bambino davanti un dono, ha le braccia aperte per accogliere quel regalo così prezioso. Abbiamo bisogno tutti, anche noi grandi, almeno un giorno all'anno, di poterci stupire per un dono inaspettato.

*Davanti il presepe osserva, stupisciti della bellezza di una pagina di Vangelo... viva!
Diciamoci grazie ponendo il legno su ogni stella.*



parole per riflettere

*La vera preghiera non e'
quando Dio sta ad ascoltare
ciò che noi gli domandiamo;
ma quando l'orante continua a
pregare fino a che sia egli colui che
ascolta: che ascolta ciò che Dio vuole.*
(Soren Kierkegaard)



preghiera

*Grazie Signore,
di riconoscerti nelle persone che mi
sono vicine, fa che la preghiera
ci aiuti a non essere ciechi con i
fratelli, a non essere sordi alla tua
Parola, a non zoppiare sul cammino
che ci conduce alla gioia
di essere "figli di Dio".
Caro Gesù non vogliamo zoppiare
ma correrti incontro con gioia!
Amen.*

4^A DOMENICA

CHI ACCOGLIETE ?

Dal Vangelo
secondo Luca
1, 26-38

Cuori accesi
aperti al mondo

PER RIFLETTERE con il CUORE

Oggi nasce un bimbo "speciale"
Dov'è la novità?
Eppure oggi è diverso:
angeli e pastori sono in festa,
una mangiatoia diventa culla di Dio.
Un Dio straniero da "accogliere"!

Come vorremmo accoglierti dentro di noi,
dentro la nostra vita e trasformarci
nella "mangiatoia" più bella della storia!

ASCOLTA
la musica



Laura Pausini - Sino a ti
U2 - Beautiful Day
Coldplay - Viva La Vida

"SI PUÒ"

Lettera del vescovo Derio
(pag 54-63 leggi e rifletti)



E così avviene. La tavola rimane ancora apparecchiata: piatti, posate, bicchieri pieni, la zuppiera, il candelabro spento, la tovaglia raccolta, i tovaglioli abbandonati, la sedia rovesciata... tutto parla di un'uscita frettolosa, tanto che la porta è ancora spalancata e fuori si vede un cielo nitido, blu intenso, punteggiato di stelle. La soglia è aperta così come il loro cuore e la loro mente si sono aperti alla speranza.

La vita umana è un cammino.
Verso quale meta? Chi incontriamo?
Come ne troviamo la strada?

La vita è come un viaggio spesso oscuro ed in burrasca, un viaggio nel quale scrutiamo gli astri che ci indicano la rotta.

Le vere stelle della nostra vita sono le persone che hanno saputo vivere rettamente. Esse sono luci di speranza in questo Natale.



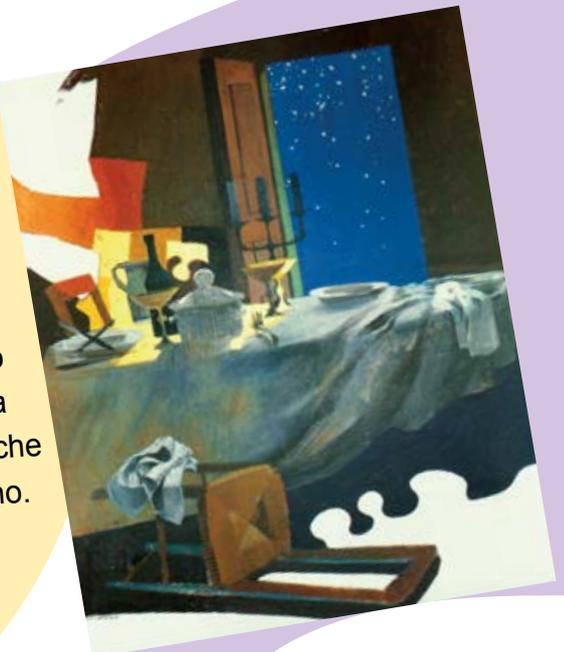
OCCHIO
alla
Parola
nell'arte
di
Arcabas

Un cielo stellato

Il candelabro è in ombra e le candele sono spente,
perché ora sono inutili.

Ma qui la luce c'è.

C'è presente la luce d'oro che abbraccia ancora una parte della tavola e colora di gioia un quadrato di tovaglia. C'è la luce delle stelle che riempiono la notte come piccoli diamanti preziosi. Sono le stelle che accompagnano i pastori alla stalla di Gesù bambino.



4^A DOMENICA

CHI ACCOGLIETE ?

Stare in famiglia la Spirale di luce

Nel silenzio della notte, posato sul suo nido
di paglia, il Bambino sogna.
I magi si sono messi già in cammino!
I pastori hanno creduto alla luce che,
anche se piccola, illumina le nostre notti.



- 4^A DOMENICA: poniamo sopra la stella gialla la candela bianca della SALVEZZA
(come vedete nell'immagine qui sopra)

Cosa simboleggia la candela bianca?

Gesù bambino non è un dettaglio del presepe, è il centro e il motivo per cui
da ogni dove uomini e donne vivono questa festa di luce.
È il segno che forse faticiamo di più ad accogliere ma è il senso del Natale stesso.
Se non crediamo in lui, ci manca il motivo della festa.

La strada se non ha una meta, il cammino perde significato.
Cercare, stupirsi e camminare insieme sono solo tre atteggiamenti che ci possono aiutare a
vivere bene questo Natale. A ridarci il motivo per cui dirci "Buon Natale".

Accendendo la candela bianca la sera di Natale recita la preghiera di San Francesco d'Assisi:

parole per riflettere

*Tutti abbiamo un compito speciale:
ricordare al mondo che è Natale!
Se mettiamo ali al nostro cuore
saremo angeli che parlano d'amore.*

*Sarà Natale se ami,
sarà Natale se doni,
sarà Natale se chiami qualcuno solo
a stare con te.*

*Asciuga, Bambino Gesù,
le lacrime dei fanciulli!
Accarezza il malato e l'anziano!
Spingi gli uomini a deporre le armi e a
stringersi in un universale
abbraccio di pace!*

*Dio della Pace,
dono di pace all'intera umanità,
vieni a vivere nel cuore
di ogni uomo e di ogni famiglia.*

Sii Tu la nostra pace e la nostra gioia!

Amen