

ACCENDERE LA LAMPADA DEL CUORE

*Nel luogo dove si celebra porre al centro la parola: “VEGLIARE: COSA SIGNIFICA?” E ognuna è invitata ad esprimersi con una parola o un pensiero. Dopo la condivisione consegnare il testo della preghiera.*

**INTRODUZIONE**

**Siamo ormai prossime all’inizio del tempo di Avvento, che per ogni cristiano e in modo particolare per noi Ancelle è un tempo di “grazia”, nel quale il Signore ci invita a *“disporre il cuore alla sua venuta, ma nello stesso tempo perché Egli stesso lo prepari.”* (CS 18/12/1988)**

**È un tempo in cui siamo invitate ad *accendere la lampada del cuore,* per non lasciare che il nostro vivere quotidiano si disperda in molte cose ma si apra *all’ascolto della Parola* che plasma il nostro cuore e lo rende capace di vivere i sentimenti di Cristo Gesù.**

*Ora leggiamo liberamente il testo “Vegliare: cosa significa?” tenendo presente se le frasi esprimono anche il pensiero che ciascuna ha espresso nella condivisione.*

**Vegliare: cosa significa?**

*“Vegliate dunque, perché non sapete né il giorno né l’ora” (Mt.24.13)*

Cosa vuol dire “vegliare”?

1) **“Vegliare”** significa tenere accesa in noi la lanterna della saggezza alimentandola con l’olio della parola di Dio, della fede e della speranza.

2) **“Vegliare”** significa tenere desta in noi la sete di Dio, cioè amarLo sempre con tutto il cuore, con tutta l’anima e con tutta la mente.

3) **“Vegliare”** significa vivere nella consapevolezza che tutto passa e che in ogni momento Dio ci chiama ad una nuova vita.

4) **“Vegliare”** significa scoprire che ogni momento è un dono e che va vissuto intensamente in stretta unione con la Santissima Trinità.

5) **“Vegliare”** significa non dare nulla per scontato, ma scoprire che Dio ci ama e si comunica attraverso tutto ciò che vediamo ed ascoltiamo.

6) **“Vegliare”** significa essere in continuo atteggiamento di “ascolto”, come Maria che meditava continuamente in cuor suo sui grandi eventi della sua vita.

7) **“Vegliare”** significa essere attenti alle ispirazioni interiori che provengono dallo Spirito e attenti ai fabbisogni del prossimo.

8) **“Vegliare”** significa combattere la tiepidezza con la riscoperta del mondo interiore che dona la visione poetica alla vita, perché tiene desto in noi il senso del mistero.

9) **“Vegliare”** significa conoscere i nostri limiti ed accogliere il mistero che ci interroga continuamente.

10) **“Vegliare”** significa vivere nella consapevolezza che siamo “Tempio dello Spirito Santo” e che dobbiamo continuamente adorare Dio che è in noi e negli altri.

**RISONANZA**

*Ora lasciamo che il Salmo 121 come balsamo affinché possiamo gustare la “veglia” di Dio su ciascuna di noi.*

**(120) Fiducia in Dio che veglia su Israele** *1Canto dei pellegrini.*

Alzo gli occhi verso i monti:
chi mi potrà aiutare?
2 L'aiuto mi viene dal Signore
che ha fatto cielo e terra.
3 Il Signore non ti

 lascerà cadere,
veglia su di te, senza dormire.
4 Certo non dorme né riposa,
lui, che veglia su Israele.
5 Su di te veglia il Signore,
ti protegge con

la sua ombra,
sta sempre al tuo fianco.
6 Il sole non ti

colpirà di giorno,
né la luna di notte.

7 Il Signore proteggerà

la tua vita,
ti proteggerà da

ogni male.
8 Il Signore ti proteggerà
quando parti e

quando arrivi,
da ora e per sempre!



**Con il versetto del salmo 56, il salmista ci sollecita a svegliare il nostro cuore perché esprima la sua gratitudine al Signore.**

Salmi 56,9

Voglio cantare, a te voglio inneggiare:
svègliati, mio cuore,
svègliati arpa, cetra,
voglio svegliare l'aurora.

**Il versetto del salmo 72, ci orienta a scegliere Dio come roccia su cui posare il nostro cuore.**

Salmi 72,26

La roccia del mio cuore è Dio,
è Dio la mia sorte per sempre.

**Il salmista esprime una invocazione al Signore affinché ci doni un cuore semplice che si affida al Signore.**

Salmi 85,11
Signore, donami un cuore semplice
che tema il tuo nome.

**La lode scaturisce da un cuore che ha sperimentato l’amore del Signore**.

Salmi 85,12

Ti loderò, Signore, Dio mio, con tutto il cuore
e darò gloria al tuo nome sempre.

**Nel libro dei Proverbi 4:23 leggiamo**:

«Custodisci il tuo cuore più d’ogni altra cosa, poiché da esso procedono le sorgenti della vita». Quello che esce dalla tua bocca esce anche dal tuo cuore. La tua bocca è quindi il barometro del tuo cuore.

 **BREVE TEMPO DI SILENZIO**

Madre Elena **nella conferenza del 25 aprile del 1900 a riguardo delle Regole diceva:**

**“…** *chi vive le proprie regole vola nella via della santità perché le Regole sono ali e ruote che aiutano anche i deboli a percorrere rapidamente la via della santità religiosa. …chi vive le proprie regole …è modello di perfezione”.*

Leggiamo come le nostre Costituzioni ci invitano a vivere l’Avvento:

38. **L'Avvento fa raccogliere l'Ancella**

**in religiosa e vigile attesa del Signore**.

Con Maria e Giuseppe

**medita nel suo cuore**

tutte le cose che riguardano Gesù, attendendo nella fede

che si compiano in ogni loro dimensione.

39. Secondo la tradizione della Congregazione

**il tempo dell'Avvento**

**è accompagnato da interiorità e silenzio**

«per onorare il silenzio di Gesù Bambino

nel seno di Maria»

ma è anche «tempo di serenità e di gioia

perché si medita un mistero di gioia e di letizia»

40. **L'Avvento per l'Ancella**

**non è circoscritto**

**al periodo liturgico pre-natalizio:**

**esso è un atteggiamento fondamentale**

**della sua vita spirituale**

**in quanto attesa silenziosa e vigilante**

del Signore che è venuto

nella storia passata dell'umanità,

che viene

nella attualizzazione del mistero liturgico

e negli eventi contemporanei,

che verrà alla fine dei tempi

«come un ladro di notte».

Questo tempo di pellegrinaggio

nella sua brevità

è momento favorevole

e giorno di salvezza;

benché carico di prove

e di sofferenza

prepara per la gloria futura.

**Dalle Specificazioni**

1. Coltiviamo il silenzio come rispetto di una Presenza e come mezzo per favorire la capacità di ascolto e di accoglienza di Dio, dei fratelli e della realtà che ci circondano.

Il rispetto dei momenti di preghiera, di studio e di riposo delle sorelle ci suggeriscono di evitare rumori e discorsi inutili.

Ci impegniamo a vivere in spirito di maggiore raccoglimento:

* dal termine della giornata fino al mattino seguente;
* nel giorno del ritiro mensile;
* durante gli esercizi spirituali;
* nell'Avvento e durante la settimana santa.

Madre Elena dalle conferenze spirituali afferma:

“Il silenzio di una religiosa deve consistere nel raccoglimento interiore, e non deve escludere né l’occupazione, né il compimento del proprio dovere.

**Il cuore deve restare raccolto** nell’occupazione, e mentre la bocca tace, la mente deve essere occupata *nella Parola* e nei consigli che ha ascoltato”. (CS 30/03/1901)

“Guardate che il vostro cuore non sia soltanto largo, ma anche profondo. La profondità è l’umiltà. …Osservate diligentemente voi stesse, se avete profonda umiltà per ricevere le grazie del Signore, e se vivete il raccoglimento interiore e la custodia dei sensi, perché dalle loro porte non escano le grazie ricevute”. (CS 18/12/1898.)

PREGHIERE SPONTANEE O FAR RISUONARE UN VERSETTO, UN PENSIERO DEI TESTI CHE ABBIAMO PREGATO

**CANTO FINALE**