

*Venite a me, voi tutti, che siete affaticati e oppressi, e
io vi ristorerò.*

Adorazione Eucaristica

IV^a Domenica di Avvento Anno “C”



*Cel. “Infondi nel nostro spirito la tua grazia, o Padre,
tu, che nell’annuncio dell’angelo
ci hai rivelato l’incarnazione del tuo Figlio,
per la sua passione e la sua croce
guidaci alla gloria della risurrezione.” (Colletta)*

G. L'elemento più caratteristico della settimana che va dal 17 al 23 dicembre, da non confondersi con la novena, è la presenza delle cosiddette antifone "O", sia nella Liturgia delle Ore come antifone al *Magnificat*, sia nella celebrazione dell'Eucarestia come versetti del canto al Vangelo. Così chiamate perché iniziano sempre con il vocativo formato dall'interazione "O", seguito da uno dei titoli attribuiti a Gesù, sono sette preghiere molto antiche entrate nella liturgia intorno al IX secolo. Esse sono composte da passi biblici, tratti quasi letteralmente dalla versione latina di S. Girolamo, e sviluppano un tema biblico particolare ricavato dal titolo con cui iniziano: *O Sapientia, O Adonai, O Radix Iesse, O Clavis David, O Oriens, O Rex gentium, O Emmanuel*. Le lettere iniziali di titoli latini, messe in ordine dall'ultima alla prima, formano l'acrostico "ERO CRAS" ("Sarò domani"): è la promessa di Cristo nell'imminenza della sua venuta. Le antifone "O" sono fonte di ispirazione e di preghiera per invocare la venuta del Signore e ci fanno così da guida nei giorni di preparazione al Natale.

SAC. "Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola."

+ *Dal Vangelo secondo Luca: (Lc 1,39-45)*

In quei giorni Maria si alzò e andò in fretta verso la regione montuosa, in una città di Giuda. Entrata nella casa di Zaccaria, salutò Elisabetta. Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria, il bambino sussultò nel suo grembo. Elisabetta fu colmata di Spirito Santo ed esclamò a gran voce: «Benedetta tu fra le donne e benedetto il frutto del tuo grembo! A che cosa devo che la madre del mio Signore venga da me? Ecco, appena il tuo saluto è giunto ai miei orecchi, il bambino ha sussultato di gioia nel mio grembo. E beata colei che ha creduto nell'adempimento di ciò che il Signore le ha detto». *Parola del Signore.*

Pausa di Silenzio

G. Siamo ormai nell'imminenza del Natale e la Liturgia ci prende per mano per introdurci nella comprensione sempre più profonda del mistero che celebriamo. Poiché in ogni celebrazione noi facciamo memoria del "sì" di Cristo, si tratta di prendere coscienza che la Messa non è un semplice rito che ricorda un fatto passato, ma è la ri-presentazione di quel gesto con il quale Gesù esprime la sua totale obbedienza al Padre, per mezzo del quale siamo stati salvati, come ricorda il Prefazio VII del Tempo Ordinario: «In lui servo obbediente, hai ricostruito l'alleanza distrutta dalla disobbedienza del peccato». Questa consapevolezza può aiutarci a cogliere il senso vero del Natale ormai vicino. Nel "sì" di Cristo noi comprendiamo anche il "fiat" di Maria e impariamo a dire il nostro "amen"!

Tutti

Dal Salmo 79: Rit. Signore, fa' splendere il tuo volto e noi saremo salvi.

Tu, pastore d'Israele, ascolta,
seduto sui cherubini, risplendi.
Risveglia la tua potenza
e vieni a salvarci. **Rit.**

Dio degli eserciti, ritorna!
Guarda dal cielo e vedi
e visita questa vigna,
proteggi quello che la tua destra ha piantato,
il figlio dell'uomo che per te hai reso forte. **Rit.**

Sia la tua mano sull'uomo della tua destra,
sul figlio dell'uomo che per te hai reso forte.
Da te mai più ci allontaneremo,
facci rivivere e noi invocheremo il tuo nome. **Rit.**

Pausa di Silenzio

In preparazione al S. Natale, il vangelo ci parla di Maria e della sua grande opera di misericordia: va a visitare e ad aiutare per tre mesi l'anziana cugina Elisabetta, che dà alla luce Giovanni Battista, il precursore.

Sentiamo in tutta la loro profondità le parole di Elisabetta rivolte a Maria "Beata te che hai creduto!" e il cantico di Maria: "L'anima mia magnifica il Signore perché ha fatto cose grandi in me Colui che è potente, la sua misericordia di generazione in generazione..."

Uno scrittore e maestro di vita spirituale si esprime con le espressioni che riporto.

"Maria, ancora scossa da quanto le è successo, comincia a cantare e a fare i complimenti a Dio che salva lei e noi. Nelle loro parole avvertiamo la tensione, lo stupore, l'inaudito che si realizza.

È vero, allora: Dio ha scelto di venire, Dio si rende presente, Dio - il Dio d'Israele - è qui. E questo scatena la gioia, contagia, stupisce...

«Beata te che hai creduto». È il massimo che si può dire ad una ragazzina semplice, umile, povera, che ha avuto la ventura di parlare con gli angeli, lei che è un nulla, e che si è sentita dire che dovrà avere un figlio che sarà il Santo e figlio dell'Altissimo.

«Beata te che hai creduto, Maria». Non è facile credere! Non è così, Maria? Non è così anche per te?

Non c'è fatica più grande sulla terra della fatica di credere, sperare, amare: tu lo sai.

Aveva ragione tua cugina Elisabetta a dirti: «Beata te che hai creduto!»
Sì, Maria, beata te che hai creduto.

Beata te che mi aiuti a credere, beata te che hai avuto la forza di accettare tutto il mistero della Natività e di avere avuto il coraggio di prestare il tuo corpo ad un simile avvenimento che non ha limiti nella sua grandiosità e nella sua inverosimile piccolezza.

Nell'incarnazione gli estremi si sono toccati e l'infinitamente lontano si è fatto l'infinitamente vicino, e l'infinitamente potente si è fatto l'infinitamente povero. Maria, capisci cosa hai fatto?

Sei riuscita a star ferma sotto il peso di un mistero senza confini. Sei riuscita a non tremare davanti alla luce dell'Eterno che cercava il tuo ventre come casa per riscaldarsi.

Sei riuscita a non morire di paura davanti al ghigno di Satana che ti diceva che era cosa impossibile che la trascendenza di Dio potesse incarnarsi nella sporcizia dell'umanità.

Che coraggio, Maria! Solo la tua umiltà poteva aiutarti a sopportare simile urto di luce e di tenebra".

Anche oggi "Beata" ogni persona che crede a Dio, al suo amore, alla sua opera di salvezza e rende testimonianza della propria fede. Beati anche noi quando crediamo!

Quanto è importante e necessario oggi più che mai avere fede, coltivare la fede, affrontare la vita e la storia del mondo con la fede! (R.Rossi)

Tutti

Signore, noi vogliamo che la nostra vita abbia un senso
e la nostra storia uno scopo.

Vogliamo che ciascuno di noi
abbia la sua parte nella scoperta di questo senso,
nella realizzazione di questo scopo.

Vogliamo che la storia di tutti sia fatta da tutti
perché questo è il tuo disegno.

Aiutaci a realizzare questo tuo progetto
per rendere credibile la nostra speranza.

Canto:

Pausa di Silenzio

Un Vangelo di gioia e di donne. Santa Maria, gravida di Dio, incinta di luce, va in fretta, pesante di vita nuova e leggera di libertà, sui monti di Giuda.

Origene di Alessandria afferma che l'immagine più vivida e bella del cristiano è quella di una donna incinta, che porta in sé una nuova vita. E non occorre che parli, è evidente a tutti ciò che accade: è viva di due vite, battono in lei due cuori. E non li puoi separare.

Il cristiano passa nel mondo gravido di Dio, "*ferens Verbum*" (Origene) portando un'altra vita dentro la sua vita, imparando a respirare con il respiro di Dio, a sentire con i sentimenti di Cristo, come se avesse due cuori, il suo e uno dal battito più forte, che non si spegnerà più. Ancora adesso Dio cerca madri, per incarnarsi.

Nell'incontro di Maria con Elisabetta, Dio viene mediato da persone, convocato dai loro abbracci e dai loro affetti, come se fosse, e lo è, un nostro familiare. Non c'è infinito quaggiù lontano dalle relazioni umane.

In questa che è l'unica scena del Vangelo dove protagoniste sono solo donne, è inscritta l'arte del dialogo.

Il primo passo: Maria, entrata nella casa, salutò Elisabetta. Entrare, varcare soglie, fare passi per andare incontro alle persone.

Non restarsene al di fuori, ad aspettare che qualcosa accada ma diventare protagonisti, avvicinarsi, bussare, ricucire gli strappi e gli allontanamenti.

E salutare tutti per via, subito, senza incertezze, per primi, facendo viaggiare parole di pace tra le persone.

Bella l'etimologia di "salutare": contiene, almeno in germe, una promessa di salute per le relazioni, di salvezza negli incontri.

Il secondo passo: benedire. Elisabetta...esclamò: Benedetta tu fra le donne. Se ogni prima parola tra noi fosse come il saluto di chi arriva da

lontano, pesante di vita, nostalgia, speranze; e la seconda fosse come quella di Elisabetta, che porta il "primato della benedizione".

Dire a qualcuno "sei benedetto" significa portare una benedizione dal cielo, salutare Dio in lui, vederlo all'opera, vedere il bene, la luce, il grano che germoglia, con uno sguardo di stupore, senza rivalità, senza invidia. Se non impariamo a benedire, a dire bene, non saremo mai felici.

Il terzo passo allarga orizzonti: allora Maria disse: l'anima mia magnifica il Signore. Il dialogo con il cielo si apre con il "primato del ringraziamento". Per prima cosa Maria ringrazia: è grata perché amata.

L'amore quando accade ha sempre il senso del miracolo: ha sentito Dio venire come un fremito nel grembo, come un abbraccio con l'anziana, come la danza di gioia di un bimbo di sei mesi, e canta.

A Natale, anche noi come lei, grati perché amati, perché visitati dal miracolo. (E.Ronchi)

Tutti

Non sono degno, Signore,
che tu entri nella mia casa.
Vedi bene che c'è del disordine.
Non è pronta ad accoglierti.
Avrei voluto per te un ambiente più ospitale
e prepararti qualcosa di gustoso, per trattenerci.
Sono impreparato e perciò ti confesso:
non son degno che tu entri!
Mi piacerebbe tanto che, come facesti una volta
con Zaccheo, tu dicessi anche a me:
«oggi devo fermarmi a casa tua».
Non ardisco sperarlo, non oso domandarlo.
Vedi, Signore: la porta è aperta,
ma la casa non è pronta!
Almeno così a me pare. E a te?
Rimaniamo, ad ogni modo,

a parlare un po' sull'uscio.
È bello ugualmente. Ho delle cose da dirti.
Ho, soprattutto, bisogno di ascoltare
tante cose da te.
Quante vorrei udirne dalla tua bocca!
Ne ha bisogno il mio cuore ferito.
Parla, allora, Signore. Ti ascolto.
La tua Parola è vita per me. Vita eterna. Amen.
(✠ *Marcello Semeraro Vescovo di Albano*)

Pausa di Silenzio

Canto:

Meditazione

Preghiere spontanee

Padre Nostro

G. È un incontro di gioia, Gesù, quello che avviene tra Maria, tua madre, e la sua cugina Elisabetta. Sono due creature tanto diverse per età, per condizione sociale, eppure le accomuna la stessa esperienza: Dio è entrato nella loro esistenza e l'ha radicalmente trasformata. Il suo amore ha cambiato la loro vita ed esse l'hanno accolto con gratitudine. È un incontro di gioia, Gesù, perché entrambe percepiscono di portare in grembo una creatura destinata ad essere protagonista in un disegno di grazia. Giovanni sarà colui che ti precede, ti annuncia e invita tutti a far posto a Dio che diventa vicinissimo. E tu sei lo stesso Figlio di Dio: in te la misericordia di Dio si fa carne e si manifesta in ogni tua parola e in ogni tuo gesto. Di domenica in domenica anche a noi tu continui a dare appuntamento per un incontro di gioia: a noi, così diversi, chiedi di essere testimoni del tuo amore. Ci domandi di accogliere una Parola di tenerezza e di luce e di sederci alla tua tavola per ricevere il tuo Corpo. Ciò che Maria ed Elisabetta hanno intravisto per noi diventa una realtà da testimoniare.

Tutti

Preghiera per le vocazioni sacerdotali

Obbedienti alla tua Parola, ti chiediamo, Signore:
“manda operai nella messe”.

Nella nostra preghiera, però,
riconosci pure l'espressione di un grande bisogno:
mentre diminuiscono i ministri del Vangelo,
aumentano gli spazi dov'è urgente il loro lavoro.

Dona, perciò, ai nostri giovani, Signore,
un animo docile e coraggioso perché accolgano i tuoi inviti.
Parla col Tuo al loro cuore e chiamali per nome.

Siano, per tua grazia, sereni, liberi e forti;
soltanto legati a un amore unico, casto e fedele.

Siano apostoli appassionati del tuo Regno,
ribelli alla mediocrità, umili eroi dello Spirito.

Un'altra cosa chiediamo, Signore:
assieme ai “chiamati” non ci manchino i “chiamanti”;
coloro, cioè, che, in tuo nome,

invitano, consigliano, accompagnano e guidano.

Siano le nostre parrocchie segni accoglienti
della vocazionalità della vita e spazi pedagogici della fede.
Per i nostri seminaristi chiediamo perseveranza nella scelta:
crescano di giorno in giorno in santità e sapienza.

Quelli, poi, che già vivono la tua chiamata
- il nostro Vescovo e i nostri Sacerdoti -,
confortali nel lavoro apostolico, proteggili nelle ansie,
custodiscili nelle solitudini, confermali nella fedeltà.

All'intercessione della tua Santa Madre,
affidiamo, o Gesù, la nostra preghiera.

Nascano, Signore, dalle nostre invocazioni
le vocazioni di cui abbiamo tanto bisogno. Amen.

(+ *Marcello Semeraro Vescovo di Albano*)

Canto: Tantum Ergo

Tantum ergo Sacramentum
Veneremur cernui
Et antiquum documentum
Novo cedat ritui
Praestet fides supplementum
Sensuum defectui.

Genitori Genitoque
Laus et jubilatio
Salus, honor, virtus quoque
Sit et benedictio.
Procedenti ab utroque
Compar sit laudatio.

V Hai dato loro il pane disceso dal cielo.

R Che porta con sé ogni dolcezza.

Guarda, o Padre, al tuo popolo, che professa la sua fede in Gesù Cristo, nato da Maria Vergine, crocifisso e risorto, presente in questo santo sacramento e fa' che attinga da questa sorgente di ogni grazia frutti di salvezza eterna. Per Cristo nostro Signore.

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.