

- 1) Invoca lo Spirito Santo perché possa aprire il tuo cuore alla comprensione della Parola.
- 2) Leggi attentamente il brano del Vangelo

Dal Vangelo di 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».”*

- 3) Rileggilo più volte per interiorizzare ogni Parola
- 4) Adesso fai silenzio perché Gesù possa parlare al tuo cuore.

5) Rifletti: Eccoci giunti alla prima domenica di Avvento, tempo che ci vuol svegliare dal torpore, ridestando in noi l'attesa per il Signore che viene. Il Vangelo di oggi è composto da due parti: nella prima parte Gesù ci parla delle cose ultime, ci dice il fine della realtà, la meta finale, la sua venuta nella gloria; nella seconda di come vivere nell'attesa dell'incontro con Lui.

«Vi saranno segni nel sole, nella luna e nelle stelle, e sulla terra angoscia di popoli in ansia...». Angoscia, paura, ansia: decisamente questo Avvento non comincia all’insegna della tranquillità. Ma Gesù non lo dice per gettarci nel terrore ma piuttosto per aiutarci a leggere quanto avviene nel profondo della storia e a scegliere gli atteggiamenti più saggi. Ci chiede di stare attenti, di tenere gli occhi bene aperti per cogliere i segni e non lasciarci prendere alla sprovvista: la posta in gioco è troppo alta, è un momento decisivo per ognuno di noi. Ci domanda di liberarci in modo deciso e senza rimpianti di tutto ciò che appesantisce il nostro andare, di tutto ciò che distrae il nostro cuore, di tutto ciò che offusca la nostra intelligenza. Purtroppo molte volte afferrati dagli affanni, perdiamo di vista quello che conta veramente. Un invito, dunque, a passare dal clima facile ed emotivo del Natale al coraggio di interrogarci sul senso serio della nostra vita.

“State attenti a voi stessi, che i vostri cuori non si appesantiscano in dissipazioni, ubriachezze e affanni della vita”. La seconda parte del Vangelo ci dice come prepararci all'incontro con il Signore. Una mongolfiera, per volare, deve essere slegata e senza troppi pesi. Ecco le tre possibili malattie e pesi del cuore: la dissipazione, l'ubriachezza e l'affanno.

Viviamo dissipati quando sciupiamo, sprechiamo ciò che è prezioso. Il rischio è riempire la vita di cose che non hanno valore, vivere una vita vuota, inconsistente.

Viviamo da ubriachi quando consumiamo i giorni nella superficialità, quando ricerchiamo un piacere per soddisfare i nostri bisogni: viviamo solo il presente, senza passato né futuro. L'ubriachezza spirituale fa pensare a tutto ciò che provoca ebbrezza e attenua la capacità di agire con ragionevolezza.

Viviamo affannati quando corriamo agitati da un'attività all'altra alla ricerca di qualcosa che, sappiamo, non ci soddisferà mai. Le preoccupazioni eccessive strappano la speranza. Il cristiano non si lascia turbare dagli eventi, anche quelli più dolorosi, ma vive tutto alla presenza di Dio.

- **E il nostro cuore com'è? È abitato da zavorre che ci tengono inchiodati alla terra? Quali sono le cose che appesantiscono la nostra vita?**

“Vegliate in ogni momento pregando” Vigilanza e preghiera pongono di fatto il credente, già oggi, alla presenza del Signore e di conseguenza, lo abilitano a **«comparire davanti al Figlio dell'uomo»** per incontrarlo nel giorno del giudizio. Quindi l’invito a vegliare e pregare in ogni momento per sfuggire al male e aprirci continuamente alla grazia del Signore. *“Alzate il capo, perché la vostra liberazione è vicina”.* Uomini e donne in piedi, a testa alta, occhi alti e liberi: così sono i discepoli il Vangelo. Chiediamoci allora onestamente durante queste settimane di Avvento se veramente attendiamo il Signore e se desideriamo veramente incontrarlo. Non facciamoci trovare addormentati come gli apostoli nell’Orto degli Ulivi.

- 6) **Prega:** Trasforma in propositi e in preghiera le riflessioni che lo Spirito ti ha suggerito.

Signore Gesù, non permettere che ci lasciamo distrarre da ciò che non conta, incantare da lusinghe ingannevoli, attrarre da preoccupazioni che ci distolgono dall'essenziale. Liberaci da tutto ciò che rende affannosa la nostra vita. Sgombra le nostre menti e i nostri cuori da ogni ubriachezza che toglie lucidità, da ogni prigionia che impedisce di scegliere, da ogni dipendenza che ci sottomette agli idoli di questo tempo. Donaci di continuare a vegliare nell'attesa gioiosa del tuo giorno. Amen!

Impegno: Se viviamo il Natale in un clima di consumismo, di preoccupazione per cosa comperare, se pensiamo al Natale solo in funzione dei regali da chiedere, se diamo troppa importanza al cenone o al pranzo... allora Gesù verrà ma noi non lo troveremo.

BUON CAMMINO DI AVVENTO