

Preghiera di Avvento

Cari confratelli sacerdoti, cari educatori degli adolescenti,

sono don Giovanni Casalin, da pochi mesi referente della Pastorale degli Adolescenti.

Con queste poche righe, come Ufficio di pastorale giovanile, vi offriamo alcuni spunti per vivere un momento di preghiera con i vostri adolescenti durante il tempo dell'Avvento. Non è necessario replicare interamente lo schema, ciascuno può prendere gli spunti che interessano. Per chi lo desidera, abbiamo incluso anche una traccia per l'esame di coscienza, qualora fosse in programma la celebrazione penitenziale.

Colgo l'occasione per segnalarvi altre proposte:

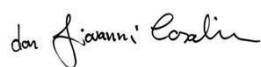
1. Sulla pagina Instagram *Giovani Padova*, in queste domeniche di Avvento, troverete il brano del Vangelo, un commento, una domanda e un brano musicale che potrebbero essere utili per guidare la preghiera dell'incontro di gruppo con i vostri adolescenti.
2. Questo tempo di preparazione al Natale può essere un'occasione per portare un saluto agli anziani o alle persone sole della vostra Parrocchia. Vi proponiamo di prendere contatto con il vostro parroco o con i ministri dell'Eucaristia, affinché possano suggerirvi alcune persone che potrebbero accogliere con piacere la visita di un piccolissimo gruppetto di adolescenti. Affinché questo gesto non rimanga fine a sé stesso, vi suggeriamo di prepararlo insieme ai ragazzi: attraverso una preghiera, la preparazione di un segno per le persone che visiterete e magari concludendo la serata con una cena, per condividere l'esperienza vissuta.
3. Sulla pagina Instagram troverete un romanzo consigliato che potete suggerire ai vostri ragazzi (questa potrebbe essere una proposta anche per gli educatori).
4. Venerdì 30 gennaio il Vescovo incontra i ministranti adolescenti delle superiori e i ministranti giovani presso la Parrocchia di Mestrino. Il ritrovo è previsto alle ore 17.00, la Santa Messa alle ore 19.00, a seguire la cena (prossimamente maggiori info e dettagli per le iscrizioni).
5. Vi ricordiamo la festa diocesana degli adolescenti il prossimo 25 Aprile 2026. Potrete avere tutti gli aggiornamenti dell'evento seguendo direttamente i nostri canali e quelli dell'Azione Cattolica.
6. Seguite i nostri canali: profilo Instagram <https://www.instagram.com/giovani.padova/>, canale Whatsapp <https://whatsapp.com/channel/0029Vb6UgcZ7j6fxlXD4L52K>, Darkside of PG e il sito della Pastorale giovanile diocesana <https://www.giovanipadova.it/>. (si possono mettere i link per ciascun elemento)

Un ringraziamento particolare va a Maria Segato, insegnante della nostra diocesi, che mi ha aiutato a pensare a questo itinerario di preghiera.

Concludo ricordandovi che sono a disposizione per incontrarvi e conoscervi innanzitutto. Se lo vorrete, potremo confrontarci insieme sui passi che state facendo per accompagnare i ragazzi: uno scambio di idee, spunti e prospettive per crescere insieme nella sfida della pastorale adolescenti.

Vi auguro un buon tempo di Avvento, in attesa della Sua venuta.

don Giovanni Casalin



Preghiera di Avvento

- proposta per lo svolgimento -

Ambiente

Si può preparare un ambiente comodo e accogliente: si possono disporre sedie in cerchio o un tappeto con dei cuscini. Esporre un crocifisso o un'immagine con il volto di Gesù. In ogni posto, si possono collocare un foglio e un segno - un lumino o un fiore - che trasmettono la cura per la bellezza gratuita del dono che ogni singolo ragazzo è.

Si può valutare di regalare anche un libretto o un quadernino perché, nel tempo, ciascuno possa scrivere ciò che lo colpisce, le proprie riflessioni.

Accogliere i ragazzi con un piccolo dono può aiutare a far loro comprendere la grandezza che ciascuno di loro è per Dio e per ciascuno di noi: il primo dono infinito e gratuito è la loro stessa vita (ciascuno di loro è unico e irripetibile nella creazione del Padre).

Introduzione – Meditazione proposta

Ci troviamo in questo tempo di Avvento, di attesa. Ci regaliamo un momento in cui ascoltare noi stessi, la sete di felicità del nostro cuore.

Corriamo sempre tra tante attività – scuola, compiti e verifiche, sport e uscite -; spesso, però, tra le tante corse delle nostre giornate non troviamo il tempo per ascoltare con un poco di silenzio noi stessi. Ci sentiamo pressati da impegni, prove, rapporti e aspettative, e magari non ci sentiamo sempre guardati per il nostro desiderio di diventare grandi e felici, di diventare noi stessi.

Ma se ci fermiamo un momento, se ci chiediamo cosa vogliamo davvero, cosa conta davvero per noi, forse le domande non sarebbero molte, ma sarebbero di certo le più importanti. Chi non vorrebbe essere amato e imparare ad amare? Chi non vorrebbe essere felice? Chi non vorrebbe incontrare un'esperienza che riempia il cuore come non mai, che ci renda finalmente liberi, cioè noi stessi, perché finalmente grati della nostra vita e di quello che siamo, così come siamo?

In realtà, se ascoltiamo davvero la nostra profondità – anche quando può farci timore – scopriamo che tutti noi siamo fatti di questi desideri. Tutti noi desideriamo amore immenso e immensa felicità, ma scopriamo anche che nessuno di noi riesce a farsi felice da solo.

Chi può colmare questo bisogno di amore che cova dentro di noi? Chi può renderci finalmente liberi, felici, in pace?

Siamo qui, insieme, per vivere un'esperienza che vada oltre la superficie, per fare un'esperienza di amicizia, per essere liberamente noi stessi senza avere la preoccupazione di dover fare qualcosa, di dover essere o di dover riuscire.

Siamo qui perché Gesù, venendo al mondo e morendo per ciascuno di noi, ci ha insegnato che la vita e il desiderio di felicità di ciascuno sono la cosa più bella, che merita perfino la venuta al mondo di Dio, perfino la morte di Dio.

Pensate: noi non sappiamo, con le nostre sole forze, rendere il nostro cuore felice; ma Dio è venuto a morire sulla terra perché ciascuno di noi possa non morire mai, ed essere felice per sempre.

In fondo, noi siamo amici per questo: per scoprire se questa storia – che ci ha condotti qui – è vera.

Per aiutarci ad ascoltare le domande e la sete del nostro cuore, vediamo insieme il video di una canzone tratta da un film che probabilmente avrete già visto (*A star is born*).

Mentre ascoltiamo, possiamo prestare attenzione alle parole attraverso il testo e la traduzione che trovate nel foglio.

Lady Gaga, Bradley Cooper - *Shallow* (dal film *A Star is Born*)

Link: https://www.youtube.com/watch?v=bo_efYhYU2A

Rileggiamo insieme il testo [*l'educatore o il sacerdote che guida invita i ragazzi a sottolineare le parti che ritiene più importanti e che c'entrano qualcosa con ciò che vive oggi*].

Testo

Tell me somethin', girl
Are you happy in this modern world?
Or do you need more?
Is there somethin' else you're searchin' for?
I'm falling
In all the good times I find myself longin' for
change
And in the bad times I fear myself
Tell me something, boy
Aren't you tired tryin' to fill that void?
Or do you need more?
Ain't it hard keeping it so hardcore?
I'm falling
In all the good times I find myself longing for
change
And in the bad times I fear myself
I'm off the deep end, watch as I dive in
I'll never meet the ground
Crash through the surface, where they can't hurt us
We're far from the shallow now
In the shallow, shallow
In the shallow, shallow
In the shallow, shallow
We're far from the shallow now
I'm off the deep end, watch as I dive in
I'll never meet the ground
Crash through the surface, where they can't hurt us

Traduzione

Dimmi una cosa, ragazza
Sei felice in questo mondo moderno?
O hai bisogno di più?
C'è qualcos'altro che stai cercando?
Sto precipitando
In tutti i bei momenti mi ritrovo a desiderare il
cambiamento
E nei brutti momenti ho paura di me stesso
Dimmi qualcosa, ragazzo
Non sei stanco di cercare di riempire quel vuoto?
O hai bisogno di più?
Non è difficile resistere così tenacemente?
Sto precipitando
In tutti i bei momenti mi ritrovo a desiderare il
cambiamento
E nei brutti momenti ho paura di me stessa
Ho toccato il fondo, guarda mentre mi tuffo
Non arriverò mai a terra
Mi schianto contro la superficie, dove non possono
farci del male
Siamo lontani dal superficiale adesso
Sulla superficie, superficie
Sulla superficie, superficie
Sulla superficie, superficie
Siamo lontani dalla superficie adesso
Ho toccato il fondo, guarda mentre mi tuffo
Non arriverò mai a terra

We're far from the shallow now
In the shallow, shallow
In the shallow, shallow
In the shallow, shallow
We're far from the shallow now

Mi schianto contro la superficie, dove non possono
farmi del male
Siamo lontani dal superficiale adesso
Sulla superficie, superficie
Sulla superficie, superficie
Sulla superficie, superficie
Siamo lontani dalla superficie adesso

Ora leggiamo insieme un passo del Vangelo di Giovanni. Gesù si è recato a Gerusalemme con i suoi discepoli e qui incontra un uomo infermo, dimenticato da tutti. Vediamo cosa ci racconta questa pagina:

[Lettura del brano del Vangelo: Giovanni, 5, 1-9]

«Dopo questi fatti, ricorreva una festa dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme. A Gerusalemme, presso la porta delle Pecore, vi è una piscina, chiamata in ebraico Betzàtā, con cinque portici, sotto i quali giaceva un grande numero di infermi, ciechi, zoppi e paralitici. Si trovava lì un uomo che da trentotto anni era malato. Gesù, vedendolo giacere e sapendo che da molto tempo era così, gli disse: "Vuoi guarire?"».

[Commento al Vangelo]:

Infermi, ciechi, zoppi e paralitici: c'è spazio per tutti nel cuore di Gesù, e non c'è nessuna infermità che non sia degna non solo di uno sguardo di amore, ma dell'Amore di Dio.

Queste persone siamo ciascuno di noi, perché tutti facciamo esperienza della fatica; questa infermità fisica può corrispondere ad una nostra ferita interiore, non necessariamente visibile. Quante volte, infatti, ci sentiamo zoppi e affaticati nel cammino dell'esistenza, quante volte ci sentiamo incapaci di vedere o di essere visti, fermi, disorientati in un mondo che corre alla velocità dei bit lasciando nell'oblio chi va troppo lento per i meccanismi del successo. Però, a un certo punto, ecco la novità: irrompe un nuovo sguardo d'amore che non guarda il paralitico per i suoi limiti o per quello che lui non riesce a fare, ma lo guarda perché gli importa che lui sia felice.

Oggi Gesù si rivolge a te e guarda a te; Lui passa attraverso la compagnia di tutti noi per raggiungerci e chiederti: "Vuoi guarire?"

Tu vuoi guarire? Da che cosa, in questo tempo della tua vita vorresti guarire, cioè essere liberato, per sentirti libero, te stesso?

Poter guarire significa, infatti, essere finalmente te stesso. E allora stasera puoi essere veramente te stesso qui, con noi, davanti a Gesù.

Ora concludiamo la lettura di questa pagina del Vangelo per comprenderla meglio:

«Dopo questi fatti, ricorreva una festa dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme. A Gerusalemme, presso la porta delle Pecore, vi è una piscina, chiamata in ebraico Betzàtā, con cinque portici, sotto i quali giaceva un grande numero di infermi, ciechi, zoppi e paralitici. Si trovava lì un uomo che da trentotto anni era malato. Gesù, vedendolo giacere e sapendo che da molto tempo era così, gli disse: "Vuoi guarire?". Gli rispose il malato: "Signore, non ho nessuno che mi immerga nella piscina quando l'acqua si agita. Mentre infatti sto per andarvi, un altro scende prima di me". Gesù gli disse: "Alzati, prendi la tua barella e cammina". E all'istante quell'uomo guarì: prese la sua barella e cominciò a camminare.»

Possiamo porci ora, insieme, queste domande (proponiamo di lasciare un breve tempo di deserto per permettere ai ragazzi di sostare su queste provocazioni).

Credo che possa esistere un amore che si china su di noi quando ci sentiamo soli e dimenticati da tutti? Quando ci sentiamo solo un fallimento e ci sembra di non poter più tornare a camminare mentre gli altri corrono davanti a noi?

Pensate: Gesù non solo guarisce il paralitico, ma fa di più: prende in braccio la sua solitudine.

C'è qualcuno che ama fino a questo punto la nostra immobilità e piccolezza, fino a farla sua e a rompere le regole (il sabato ebraico, giorno in cui non si poteva lavorare) per amore?

Ora guardiamo insieme un pezzo di una serie che forse alcuni di voi conoscono: *The Chosen* (circa 15 minuti):

Link della quarta puntata, seconda stagione:

<https://watch.thechosen.tv/video/184683594356>

Guardare dal minuto 05:53 al minuto 06:50 e (questa seconda è la parte più importante) dal minuto 44:33 al minuto 50:15.

Dopo questa visione, per chi lo desidera, proponiamo il momento delle confessioni.

[Introduzione alla confessione]:

Ora, ragazzi, stiamo su questa domanda: “Vuoi guarire?”

La confessione è proprio questo: riconoscere Gesù che ci aspetta per abbracciarci!

Non dobbiamo temere nulla, perché questo è un momento di amor e di Grazia.

Vi lasciamo, nel foglio che avete, la proposta di un esame di coscienza, che potete liberamente usare se volete confessarvi.

[Nella pagina che segue, trovate la bozza che potete usare per il foglio che lascerete ai ragazzi].

Preghiera di Avvento

Lady Gaga, Bradley Cooper - *Shallow* (dal film *A Star is Born*)

Link: https://www.youtube.com/watch?v=bo_efYhYU2A

Testo

Tell me somethin', girl
Are you happy in this modern world?
Or do you need more?
Is there somethin' else you're searchin' for?
I'm falling
In all the good times I find myself longin' for
change
And in the bad times I fear myself
Tell me something, boy
Aren't you tired tryin' to fill that void?
Or do you need more?
Ain't it hard keeping it so hardcore?
I'm falling
In all the good times I find myself longing for
change
And in the bad times I fear myself
I'm off the deep end, watch as I dive in
I'll never meet the ground
Crash through the surface, where they can't hurt us
We're far from the shallow now
In the shallow, shallow
In the shallow, shallow
In the shallow, shallow
We're far from the shallow now
I'm off the deep end, watch as I dive in
I'll never meet the ground
Crash through the surface, where they can't hurt us
We're far from the shallow now
In the shallow, shallow
In the shallow, shallow
In the shallow, shallow
We're far from the shallow now

Traduzione

Dimmi una cosa, ragazza
Sei felice in questo mondo moderno?
O hai bisogno di più?
C'è qualcos'altro che stai cercando?
Sto precipitando
In tutti i bei momenti mi ritrovo a desiderare il
cambiamento
E nei brutti momenti ho paura di me stesso
Dimmi qualcosa, ragazzo
Non sei stanco di cercare di riempire quel vuoto?
O hai bisogno di più?
Non è difficile resistere così tenacemente?
Sto precipitando
In tutti i bei momenti mi ritrovo a desiderare il
cambiamento
E nei brutti momenti ho paura di me stessa
Ho toccato il fondo, guarda mentre mi tuffo
Non arriverò mai a terra
Mi schianto contro la superficie, dove non possono
farci del male
Siamo lontani dal superficiale adesso
Sulla superficie, superficie
Sulla superficie, superficie
Sulla superficie, superficie
Siamo lontani dalla superficie adesso
Ho toccato il fondo, guarda mentre mi tuffo
Non arriverò mai a terra
Mi schianto contro la superficie, dove non possono
farci del male
Siamo lontani dal superficiale adesso
Sulla superficie, superficie
Sulla superficie, superficie
Sulla superficie, superficie
Sulla superficie, superficie
Siamo lontani dalla superficie adesso

Giovanni, 5, 1-9

«Dopo questi fatti, ricorreva una festa dei Giudei e Gesù salì a Gerusalemme. A Gerusalemme, presso la porta delle Pecore, vi è una piscina, chiamata in ebraico Betzetà, con cinque portici, sotto i quali giaceva un grande numero di infermi, ciechi, zoppi e paralitici. Si trovava lì un uomo che da trentotto anni era malato. Gesù, vedendolo giacere e sapendo che da molto tempo era così, gli disse: "Vuoi guarire?". Gli rispose il malato: "Signore, non ho nessuno che mi immerga nella piscina quando l'acqua si agita. Mentre infatti sto per andarvi, un altro scende prima di me". Gesù gli disse: "Àlzati, prendi la tua barella e cammina". E all'istante quell'uomo guarì: prese la sua barella e cominciò a camminare.»

Proposte per l'esame di coscienza

Vivere con Dio

Dio è il Signore della nostra vita. Egli è nostro Padre. Noi parliamo con lui e lo ascoltiamo.

Rifletti:

Ti sei ricordato di Dio nella preghiera giornaliera, per ringraziarlo e chiedergli il suo aiuto?

Rispettare Dio

Dio è grande e buono. Noi lo amiamo e parliamo con rispetto di lui.

Rifletti:

Come parli di Dio? Ti è capitato di bestemmiare?

Domenica e giorni festivi

La domenica è il giorno del Signore. Dio vuole che noi celebriamo insieme questo giorno e pensiamo a lui.

Rifletti:

Hai celebrato insieme con gli altri la domenica e i giorni di festa partecipando all'Eucarestia?

Genitori

Dio ci ha dato i genitori ed altre persone perché si prendessero cura di noi e ci aiutassero. Siamo chiamati ad ascoltare e ad essere buoni con loro.

Rifletti:

I tuoi genitori possono fare affidamento su di te? Ti impegni ad aiutarli? Preghi per i tuoi genitori?

Il prossimo

Gesù ci dice: come io ho amato voi, così dovete amarvi gli uni gli altri. Noi osserviamo questo comandamento se siamo buoni gli uni verso gli altri, se ci sentiamo responsabili gli uni degli altri, se ci aiutiamo vicendevolmente.

Rifletti:

Sei stato gentile con gli altri e hai cercato di aiutarli? Come ti sei comportato con i tuoi fratelli? Le tue sorelle? Ci sono delle persone con le quali non vai d'accordo, che provochi volentieri e fai arrabbiare? Sei stato invidioso verso qualcuno? Sei stato contento del male capitato agli altri?

Proprietà

Dobbiamo fare un buon uso di quello che possediamo e rispettare le cose degli altri.

Rifletti:

Hai cura delle tue cose? Sei capace di dividere le tue cose con gli altri? Consumi tutto il denaro per te stesso?

Verità

La convivenza e l'amicizia tra gli uomini sono possibili solo se fondate sulla stima e la fiducia reciproca. Pertanto, Dio vuole che siamo sinceri.

Rifletti:

Riferisci le cose così come sono? Hai mantenuto le promesse fatte? Hai ammesso quando hai sbagliato? Oppure cerchi sempre di scusarti? Hai cercato di ingannare a scuola? Con le tue parole hai fatto del male ad altri od addirittura riportato cose non vere?