



sussidio di preghiera

AVVENTO 2025

~ a cura dell'equipe ACR ~

Diocesi di Acqui

Caro educatore, cara educatrice, caro/cara catechista,

Ecco, come di consueto, la nostra proposta per accompagnare i ragazzi e le ragazze dei nostri gruppi parrocchiali e territoriali nel periodo dell'Avvento.

Nei mesi passati è stato diffuso un questionario che ha permesso a tanti/e di esprimere suggerimenti e pensieri sull'operato di questi anni, e conseguentemente a noi équipe di affinare il nostro lavoro.

Quest'anno, dunque, abbiamo provato a metterci in gioco per spostarci dalla comfort zone del "classico" sussidio di preghiera per l'Avvento: cambia il format e si sviluppa con esso l'idea di non voler rimanere fermi su schemi "rigidi" ma piuttosto di voler essere sempre pronti ("vegliare", se si vuole) ad evolversi, mettere in dubbio, ascoltare, accogliere, con l'obiettivo di seguire i ragazzi e le ragazze in un percorso più profondo, che permetta loro di immedesimarsi veramente nell'Avvento di Gesù.

Questo nuovo approccio sarà esplorato tramite l'approfondimento e l'esperimento di cosa significhino **attesa ed aspettativa** per loro (e per ciascuno di noi) nella vita di tutti i giorni.

Un'altro stimolo, innovativo, su cui ragionare riguarda la volontà di realizzare un incontro zonale (come una Festa Pace o degli Incontri, ma pensata e costruita per zone più vicine, ad esempio Canelli-Nizza-Incisa-altri, o Ovada-Acqui-Montaldo-Sezzadio-altri, ...) per permettere ai gruppi di conoscere facilmente diverse realtà, di conoscersi, di amalgamarsi, di condividere e vivere l'attesa del Natale giocando e stando insieme.

Per fare questo, trovate qui a disposizione i numeri di telefono di Elisa (3279132471) e Maddalena (3496544477), Responsabili ACR Diocesi di Acqui.

Nella speranza che questo stile possa risultare interessante e proficuo, aspettiamo impazienti un riscontro da tutte e tutti voi!

Buon percorso!

l'Equipe ACR.

hanno collaborato

Carlo, Elisa, Elisa, Isabella, Letizia, Maddalena, Don Mario, Matteo, Michele, Paola, Samuele, Silvia, Tomaso, Umberto

Seconda parte

attesa, aspettativa





STORIA

L'attesa di Tommaso

Ciao!

Sono Tommaso.

Quando avevo otto anni
stavo per diventare fratello maggiore.

La mamma mi aveva detto che nella sua pancia cresceva una bambina, una sorellina.

«Arriverà tra un po' di tempo», mi diceva sempre sorridendo.

Ma per me quel po' di tempo sembrava infinito.

Ogni mattina, appena mi svegliavo, correvo nella camera della mamma per vedere se la pancia era cresciuta ancora un pochino.

«È arrivata oggi?» chiedevo, anche se sapevo già la risposta.

Lei rideva: «Non ancora, tesoro. Ma ogni giorno cresce un po'. Anche se non la vedi, sta imparando a conoscerci.»

Così ho cominciato a immaginarla.

A volte pensavo che avrebbe avuto i capelli ricci come i miei.

Altre volte, che avrebbe riso forte come il papà.

Ogni giorno le disegnavo qualcosa: una casa piena di colori, un sole sorridente, un pupazzo di neve. Poi mettevo i disegni in una scatola che avevo chiamato "Il tesoro per lei."

Ma l'attesa non era sempre facile.

A volte mi sentivo impaziente.

«Quando arriva? Voglio giocare con lei adesso!» dicevo.

Allora la mamma prendeva la mia mano e la poggiava sulla pancia.

«Senti, Tommy... È qui dentro! Sta aspettando anche lei di incontrarti! E quando sarà pronta, ti riconoscerà dalla voce, perché ti ascolta ogni giorno.»

Una mattina, mentre sistemavo la sua cameretta, mi sono accorto che provavo qualcosa di diverso.

Non era solo impazienza.

Era paura.

E se la mia sorellina avesse pianto sempre? Se la mamma e il papà non avessero più tempo per me?

L'attesa si era riempita di domande, di emozioni che non sapevo spiegare.

La mamma mi ha guardato, come se mi avesse letto nel pensiero.

«Lo sai,» mi ha detto accarezzandomi i capelli, «che anche l'attesa serve a imparare qualcosa? Serve a prepararsi, dentro, a voler bene in un modo nuovo.»

Da quel giorno ho capito che non dovevo solo aspettare: dovevo crescere insieme a quella nuova vita che stava per arrivare.

Ho cominciato a parlarle. Le raccontavo le mie giornate, di come stavamo preparando la sua cameretta, del suo lettino, e dei vestitini che avevamo comprato.

Era come avere un'amica invisibile, ma sempre accanto a me.

E poi, una notte d'inverno, il papà mi ha svegliato con un sorriso enorme:

«Tommy... È arrivata.»

Il giorno dopo sono corso in ospedale, con la mia scatola di disegni stretta al petto.

Quando l'ho vista, piccola e avvolta in una coperta, il cuore mi è saltato in gola.

Non era come me l'ero immaginata: non aveva i capelli ricci, né il sorriso dei miei disegni.

Era minuscola, con il viso arrossato e le manine chiuse a pugno, come se il mondo fosse ancora troppo grande per lei.

Avevo sognato per mesi una compagna di giochi, e invece quella creaturina dormiva e piangeva, fragile e silenziosa.

Ma poi lei ha aperto gli occhi.

Due occhi scuri, profondi, che mi hanno guardato per un solo secondo — e in quello sguardo ho sentito qualcosa di forte, come se mi avesse riconosciuto. Come se conoscesse già la mia voce, le mie parole, la mia lunga attesa.

Ho sorriso piano e ho pensato:

“Non sei come ti avevo immaginata... sei molto di più.”

La mamma mi ha sussurrato: «Vuoi salutarla?»

Mi sono avvicinato piano e ho detto:

«Ciao... sono io. Ti ho aspettata tanto.»

spunti di riflessione e attività

Nella storia Tommaso cerca di prepararsi al meglio per l'arrivo della sua sorellina. Allo stesso modo noi Cristiani, nel periodo dell'Avvento, ci prepariamo ad accogliere Gesù. Tuttavia, all'arrivo della sorellina, Tommaso rimane sbalordito! Non era come se l'era immaginata, anzi, sembrava proprio una persona diversa! Ed effettivamente noi Cristiani come possiamo riconoscere Gesù? Nella nostra vita possiamo incontrare Gesù dovunque, anche nei posti e nelle persone più inaspettate!

Per te, **educatore, educatrice, catechista**, qui di seguito ti diamo spunti diversi per affrontare la storia e il tema dell'attesa:

1. consigliamo di fare una riflessione guidata su come prepararsi al meglio ad affrontare l'arrivo di Gesù, come e cosa bisogna prepararsi?;
2. far disegnare come i bambini e i ragazzi si immaginano di passare il giorno di Natale e cosa faranno per prepararsi ad esso;
3. gioco astronave versione cameretta. Nuovo arrivato in famiglia. Puoi mettere nella cameretta solo tot oggetti (es 10, 5 etc...), cosa metti (consigliato in gruppo per stimolare la discussione)?
4. **(per i più grandi)** Riflessione guidata riguardo all'insicurezza e all'incertezza dell'attesa. All'epoca di Gesù, Lui non è venuto come il Messia che si aspettavano, ovvero il "Re degli Eserciti". Anche a noi capita che l'attesa ci porti a immaginare destini poi diversi dalla realtà dei fatti, ma non per questo sempre negativi; d'altronde, al posto del re degli eserciti, è venuto a noi Il Re dei Cieli! Come è cambiata l'attesa del Natale durante la preadolescenza/adolescenza? Cosa c'è oltre ai regali? Come viene vissuta?



build a

PREGHER

step 1

Prepariamo due cartelloni:

- uno con la parola "Attesa"
- uno con la parola "Avvento"

Chiediamo ai bambini di fare un brainstorming, scrivendo sul cartellone parole o brevi frasi che associano a ciascuna tematica.

Poi... si gioca!

Mettiamo i due cartelloni in punti opposti della stanza e dividiamo i bambini in due squadre.

Ogni squadra dovrà raggiungere il proprio cartellone affrontando un percorso a ostacoli e completando una staffetta: chi arriva scrive una parola o una frase sul cartellone, poi torna indietro per dare il cambio al compagno successivo. Dopo un po' di tempo, le squadre si scambiano cartellone, così tutti potranno contribuire a entrambi.

Alla fine, vince la squadra che ha scritto più parole o frasi.

step 2

Nella Bibbia diverse persone ci parlano di attesa, sentiamo cosa hanno da dire!

dal Vangelo di Matteo (24, 42-44):

“Vegliate dunque, perché non sapete in quale giorno il Signore vostro verrà.
Questo considerate: se il padrone di casa sapesse in quale ora della notte viene il ladro, veglierebbe e non si lascerebbe scassinare la casa.
Perciò anche voi state pronti, perché nell'ora che non immaginate, il Figlio dell'uomo verrà.”

dal Salmo-130 (129), 5-7

“Io spero nel Signore, l'anima mia spera nella sua parola.
L'anima mia attende il Signore più che le sentinelle l'aurora.
Israele attenda il Signore, perché presso il Signore è la misericordia e grande presso di lui la redenzione.”

anche don Tonino Bello ci aiuta a riflettere sull'attesa, parlando di Maria, Donna dell'attesa:

“Attendere: ovvero sperimentare il gusto di vivere.
Hanno detto addirittura che la santità di una persona si commisura dallo spessore delle sue attese. Forse è vero.”
“Attendere: infinito del verbo amare. Anzi, nel vocabolario di Maria, amare all'infinito.”
“Se oggi non sappiamo attendere più, è perché siamo a corto di speranza.
Se ne sono disseccate le sorgenti. Soffriamo una profonda crisi di desiderio.
E, ormai paghi dei mille surrogati che ci assediano, rischiamo di non aspettarci più nulla neppure da quelle promesse ultraterrene che sono state firmate col sangue dal Dio dell'alleanza.”

step 3

“Uniamo i due cartelloni (quello dell'attesa e quello dell'avvento) con dello scotch; con delle puntine e dei fili di lana colorati, colleghiamo tra loro le parole o frasi che ci sembrano affini o che hanno qualcosa in comune. Le parole collegate formeranno pezzi di una frase, e — passo dopo passo — nascerà una preghiera. Gli educatori possono aiutare i bambini a collegare le idee e a formulare le frasi, fino a comporre una preghiera personalizzata, frutto della collaborazione di tutti.



SIMBOLO

Entrambi i simboli sono preceduti da un momento di riflessione su come viviamo l'attesa. Si può seguire questa traccia, scegliendo le domande più consone al gruppo:

- Qual'è la prima parola che ti viene in mente se ti dico "attesa"?
- Ti capita spesso nella vita di tutti i giorni di aspettare? E cosa?
- come ti fa sentire quest'attesa?
- attendere eventi diverso ti fa sentire sempre allo stesso modo o no?
- Che colore o consistenza ha l'attesa o i vari tipi di attesa
- ti piace attendere? Perché sì e Perché no?
- Qual'è una cosa/evento che stai attendendo attualmente? Anche noi legato all'avvento
- in che modo stai attendendo questo evento? In modo attivo (ti stai preparando) o in modo passivo (aspetti senza prepararti, ma sperando solamente che questo avvenimento arrivi. Magari guidato dalla noia/paura di agire/insicurezze)
- Cos'è che ti sprona a continuare ad aspettare, senza perdere la speranza o la pazienza? Qualcuno? Qualcosa?

*ecco due proposte di attività
per creare il simbolo -->*

prepariamo il tavolo per l'ospite

Questo simbolo consiste nell'apparecchiare un tavolo per Gesù nell'attesa del suo arrivo. Può essere fatto sia su un cartellone o fisicamente con un tavolo vero.

Su ogni oggetto della tavola viene scritto un elemento dell'attesa:

Piatto: nel proprio piatto ognuno scrive un evento che sta aspettando in questo periodo (anche non relazionato all'avvento).

Sul coltello: si scrive cosa si sta facendo ora per aspettare l'evento in modo attivo (si può scrivere anche "niente" nel caso in cui si stia aspettando in modo passivo senza fare nulla per prepararsi)

Sulla forchetta: si scrive cosa si vorrebbe fare per prepararsi all'evento (attendere in modo attivo). Può anche corrispondere a ciò che si è scritto sul coltello se si è soddisfatti di ciò che si sta facendo.

Sul bicchiere: si scrive cosa o chi ci sprona a continuare ad attendere (a non perdere la speranza a non perdere pazienza).

la candela dell'attesa

L'obiettivo del simbolo è quello di creare un portacandela che simboleggi il proprio modo di vivere e percepire l'attesa.

Per creare questo portacandela ogni bambino avrà un barattolo che deve, poi, decorare con diversi materiali.

Ogni materiale simboleggia un modo di agire o un'emozione che si prova nel momento dell'attesa.

Si può proseguire in 2 modi:

1° modo: si fa un brainstorming riguardo le emozioni che i ragazzi provano nel momento di attesa, su come agiscono e in generale facendo emergere parole che relazionano all'aspettare. Per fare il brainstorming si può utilizzare un cartellone. Dopodiché ogni bambino sceglie le 3 parole che definiscono meglio per lui l'attesa e le associa a 3 dei materiali o colori messi a disposizione dagli educatori.

Con questi materiali decorerà il proprio barattolo così che tutti avranno lo stesso oggetto, ma personalizzato secondo le scelte fatte.

2° modo: le emozioni sono già assegnate ai vari materiali o colori e i bambini devono scegliere quale di questi usare:

Giallo= gioia/eccitazione

Rosso= ansia/angoscia

Blu= impazienza

Cartoncino colorato = determinazione, mi preparo sempre nel minimo dettaglio per tutto ciò che mi attende.

Sughero = condivido con chi mi sta intorno ciò che sto attendendo e questo mi sprona a prepararmi per aspettare in modo attivo (anche non in modo perfetto, ma agisco).

Stecche dei ghiaccioli = voglia di fare festa (non ho bisogno della spinta degli altri per agire, come il secondo caso, ma non pianifico tutto nel dettaglio come il primo caso, mi faccio guidare dalle mie emozioni).

cotone = non mi interessa, so cosa potrei fare per prepararmi, ma non lo faccio per pigrizia.

Lana = troppi pensieri non mi permettono di agire.

Carta crespata = non mi sono interrogato in cosa dovrei fare per attendere in modo attivo, penso solo che se l'evento deve arrivare lo farà da solo.

Come nel primo caso con questi materiali decorerà il proprio barattolo.

Ovviamente i materiali, i colori scelti sono indicativi e ogni gruppo di educatori potrà adattare la lista e i significati in base alle proprie esigenze.



GIOCO0000

in 4 tappe

*se si è in pochi
si possono fare
i quattro giochi
singolarmente

*proponiamo ogni gioco
diviso in varianti per i più grandi e i più piccoli

*adattamenti in caso di organizzazione di un incontro zonale

*può essere utile alla fine del grande gioco, o di ogni singola tappa,
spiegare il significato delle varie attese, specialmente ai più grandi

*applicazioni, divisioni in gruppi, e punteggi sono a discrezione dell'équipe
educatori/catechisti del gruppo.

1) attesa di conoscere noi stessi e chi abbiamo intorno

- **per i più grandi:** ognuno scrive su un foglietto anonimo qualcosa di sé seguendo le categorie date dagli educatori (es. una paura, un sogno, hobby, libro preferito...). Quando tutti hanno finito si leggono i foglietti e si deve indovinare di chi sono. (Se si fa con ragazzi che non si conoscono si possono inserire anche caratteristiche fisiche per aiutare ad indovinare)
- **per i più piccoli:** versione più semplice (colore occhi e capelli, qualcosa che piace).

2) avere costanza nella cura per qualcosa o qualcuno

Per grandi e piccini

Si costruisce un percorso da svolgere due a due in diverse posizioni (ad esempio: a carriola, schiena contro schiena, spalla-spalla,...) così che si possa fare esperienza della pazienza che è presente nell'aspettare e rispettare i tempi e ritmi dell'altro.

3) attendere il tempo

Obiettivo: imparare ad attendere un momento o a resistere nell'attesa

- **per i più grandi:** si cammina sparsi (diverse velocità, magari regolate da una scala di numeri da 1 a 5) aspettando un segnale, ad esempio un fischio o un battito di mani; all'arrivo del segnale si deve fare qualcosa ai/con i compagni, diverso in base ai suoni (es fischio: solletico, battito di mani: battersi il 5 a coppie,...)
- **per i più piccoli:** sfida di resistenza (es. plank, squat)

4) dalle parole ai fatti - gioco finale!

Ora che tanto abbiamo **atteso**... giochiamo al gioco finale!

Nel mimo si passa dalla parola/situazione data, ai fatti, cioè si interpreta questa parola/situazione e si fa indovinare!

Svolgimento: un gruppo pesca una parola o un'azione da mimare, la mette in pratica e gli altri devono indovinare. (**Per i più grandi** si può sviluppare qualcosa di più profondo, che possa portare a riflettere sulle applicazioni nella loro vita, ad es. prendersi cura dell'ambiente, ...)