



## **INTRODUZIONE**

La culla della vera pace

Il Natale è il tempo in cui Dio si fa Bambino per abitare nel nostro cuore. È il momento in cui il Figlio di Dio nasce povero e fragile, portando con Sé il dono più grande: la Pace vera. Non si tratta della semplice assenza di conflitto, ma di un'armonia profonda tra Dio e l'uomo, tra l'uomo e se stesso, tra il cuore e la vita.

Tuttavia, questa Pace non si riceve senza impegno. È necessario disarmare il cuore, rimuovendo una a una le pietre interiori che ci allontanano dalla culla di Betlemme: il dubbio che soffoca la fiducia, il rumore che copre la voce di Dio, l'egoismo che chiude alla comunione, il lamento che spegne la gratitudine, il rancore che lacera, l'orgoglio che non sa chinarsi, la paura che paralizza, la stanchezza che svuota la speranza e, infine, il cuore chiuso all'Amore, che rifiuta di farsi toccare dal dono.

Sono queste le pietre che impediscono al Principe della Pace di nascere pienamente nella nostra vita.

Per questo la Novena che vivremo è un cammino di purificazione interiore, un percorso spirituale di disarmo e rinascita, guidato dalla luce della fede e sostenuto dalla preghiera quotidiana. Ogni giorno, accompagnati da una figura evangelica o da un personaggio del presepe, riconosceremo un ostacolo da rimuovere e accoglieremo una virtù di pace da custodire, fino alla notte in cui il Bambino sarà deposto nella mangiatoia: segno della pace disarmata di Dio che si fa carne.

"La pace è il frutto della giustizia, e la giustizia è la regina delle virtù sociali." - Papa Leone XIII Accogliere Cristo significa trasformare il nostro cuore in una culla viva, un luogo sacro dove la Sua Pace possa abitare e da cui possa irradiarsi nella famiglia, nella comunità, nel lavoro e nelle relazioni quotidiane. Disarmiamo il cuore, spalanchiamo le porte dell'anima e facciamo spazio a Colui che è la vera Pace, la nostra Culla di Betlemme.

## IL METODO DEI QUATTRO COLORI - Un cammino di luce e pace

Per accompagnare questo percorso, seguiremo ogni giorno un **metodo simbolico**, ispirato ai quattro colori che rappresentano le tappe del disarmo interiore e della rinascita spirituale. Ogni colore ci guiderà in una dimensione della preghiera, aiutandoci a vivere l'incontro con la Parola con mente, cuore e vita.

## NERO - Comprendere

Il Nero è il colore della profondità e dell'ascolto. Qui riconosciamo il limite, l'ostacolo, la pietra che appesantisce il cuore. Si parte dalla realtà concreta: dubbio, paura, peccato, chiusura. È la tappa della verità: impariamo a vedere le ombre non per giudicarle, ma per lasciarle illuminare da Dio.

#### **BLU** - Meditare

Il Blu è il colore della calma e dell'interiorità. In questa fase, la Parola di Dio scende nel cuore e si fa eco silenziosa. Impariamo ad ascoltare dentro, a fare spazio e a lasciare che la voce di Dio purifichi pensieri e sentimenti. È il tempo della meditazione, del silenzio che guarisce e del cuore che si apre lentamente alla fiducia.

## **ROSSO - Pregare**

Il Rosso è il colore dell'amore e dello Spirito. Dopo aver ascoltato e meditato, la Parola si fa preghiera: il cuore dialoga con Dio, esprime gratitudine, supplica e desiderio di pace. È l'incontro con Dio, in cui la fede si accende e l'amore diventa risposta.

#### **VERDE** - Vivere

Il Verde è il colore della speranza e della vita. Dopo aver compreso, meditato e pregato, siamo chiamati a **vivere la Parola**: tradurla in gesti concreti, scelte quotidiane di pace e riconciliazione. È il tempo dell'impegno, della semina silenziosa, del perdono e dell'azione.

#### I SEGNI DELLA NOVENA - Disarmare e Ricostruire la Pace

Ogni giorno sarà accompagnato da due segni simbolici che rendono visibile ciò che il cuore vive:

#### 1. Le Pietre dell'Ostacolo

Ogni giorno avremo una pietra liscia sulla quale scriveremo la parola che rappresenta l'ostacolo da disarmare (es. "DUBBIO", "RUMORE", "EGOISMO"). La pietra simboleggia il peso e la durezza che portiamo dentro. Durante la preghiera o alla fine della giornata, possiamo lasciarla ai piedi del presepe o in un cesto comune: un gesto semplice ma potente di liberazione.

## 2. Le Fasce della Pace (Perle di Pace)

Ogni giorno riceveremo anche una fascia di stoffa chiara, simbolo delle fasce di Gesù Bambino. Su di essa scriveremo la "Perla di Pace", cioè la virtù o disposizione del cuore che desideriamo accogliere ("PACE NELL'ASCOLTO PROFONDO", "PACE NELL'UMILTÀ", ecc.). Alla fine della Novena, tutte le fasce potranno essere legate insieme e deposte nella culla del Bambino, come segno dell'amore e della conversione compiuta nei nostri cuori.

#### **COME VIVERE LA NOVENA**

Questa Novena può essere vissuta:

- In famiglia, come momento serale di preghiera e dialogo, coinvolgendo anche i bambini nei segni e nelle preghiere.
- In comunità, come liturgia della Parola o celebrazione penitenziale, animata da canti e momenti di condivisione.
- **Personalmente**, come tempo di silenzio e contemplazione, una "piccola liturgia interiore" per lasciare che la Parola risuoni nel cuore.

Il linguaggio dei colori, dei segni e delle pietre unisce tutti: adulti e bambini, chi crede e chi cerca. Dio non chiede perfezione, ma **cuori disarmati**, pronti a farsi culla della Sua Pace.

## **NOVENA DI NATALE**

# "Disarma il cuore per la tua pace"

Giorno	Personaggio guida	Ostacolo da disarmare (La pietra)	Perla di Pace (La fascia)	Simbolo o gesto
1. La Profezia Inattesa	₩ Zaccaria, il sacerdote muto	Pietra del Dubbio - "Non credo che Dio possa agire"	O"PACE NELLA CERTEZZA"	Scrivere "Dubito" sulla pietra e deporla. Accendere la candela della Certezza.
2. L'Attesa che Ascolta	P Elisabetta, la donna del silenzio e della lode	Pietra del Rumore - "Non ascolto più la voce di Dio"	O"PACE NELL'ASCOLTO PROFONDO"	Spegnere i rumori, ascoltare in silenzio. Accendere la candela dell'Ascolto.
3. L'Eccomi di Maria	ॐ Maria, la serva del Signore	Pietra della Chiusura - "Non mi fido dei piani di Dio"	O"PACE NELLA DISPONIBILITÀ"	Dire un "sì" concreto al servizio. Accendere la candela della Disponibilità.
4. Il Canto della Fiducia	Maria in visita a Elisabetta	Pietra dell'Orgoglio - "Penso di bastare a me stesso"	●"PACE NELL'UMILTÀ"	Cantare un Magnificat personale. Accendere la candela dell'Umiltà.
5. La Luce dei Pastori	🦣 I Pastori, i poveri della notte	Pietra dell'Indifferenza - "Non mi riguarda, non è il mio problema"	•"PACE NELLA VICINANZA"	Visitare qualcuno solo o bisognoso. Accendere la candela della Vicinanza.
6. Giuseppe, il Custode	≺ Giuseppe, uomo del silenzio e dell'obbedienza	Pietra della Paura - "Non credo che Dio mi protegga"	"PACE NELLA FIDUCIA E NELLA PROTEZIONE"	Scrivere "Non mi fido" sulla pietra e deporla. Accendere la candela della Fiducia.
7. I Magi, cercatori di luce	<b>≭</b> I Magi	Pietra dell'Egoismo - "Tengo tutto per me"	•"PACE NEL DONO E NELLA GRATUITÀ"	Compiere un gesto di dono gratuito. Accendere la candela del Dono.
8. Il Bambino che nasce	Gesù, Principe della Pace	Pietra della Stanchezza - "Non ho più forza o speranza"	● "PACE NELLA GIOIA E NELLA TENEREZZA"	Deporre la pietra ai piedi del presepe. Accendere la candela della Gioia.
9. La Comunità della Pace	* Tutti noi, la Chiesa di Betlemme	Pietra del Cuore chiuso - "Mi difendo dall'amore"	○"PACE CHE ILLUMINA E UNISCE"	Unire le fasce di pace, accendere tutte le candele. Benedizione finale.

## GIORNO 1 - LA PROFEZIA INATTESA

Guida: Zaccaria, il sacerdote muto

Ostacolo da disarmare (La Pietra): Pietra del Dubbio – "Non credo che Dio possa agire"

Perla di Pace (La Fascia): PACE NELLA CERTEZZA

#### CANTO DI APERTURA

"Canto delle Profezie"

(Segue un momento di silenzio e la preghiera iniziale del giorno.)

#### Accensione della Candela

Accendiamo la prima candela della Novena, la Luce della Certezza.

Essa rappresenta la fede che rinasce, la luce che spezza l'oscurità del dubbio e apre il cuore al miracolo.

#### Invocazione:

"Signore Gesù, vieni a sciogliere il nostro dubbio e a riempire il cuore di pace e fiducia."

#### Parola di Vita – Luca 1,18-20

Zaccaria disse all'angelo: «Da che cosa saprò questo? Io sono vecchio e mia moglie è avanti negli anni». L'angelo gli rispose: «Io sono Gabriele, che sto dinanzi a Dio, e sono stato mandato a parlarti e a portarti questo lieto annuncio. Ed ecco, sarai muto e non potrai parlare fino al giorno in cui queste cose avverranno, perché non hai creduto alle mie parole, le quali si compiranno a loro tempo».

#### ■ FASE NERA - COMPRENDERE

#### Il dubbio che paralizza la fede

Zaccaria è un uomo giusto, un sacerdote fedele al Tempio.

Eppure, quando Dio lo sorprende con la promessa dell'impossibile,

il suo cuore si ferma: non riesce più a credere.

Il suo dubbio non nasce dalla ribellione, ma dalla stanchezza di chi ha atteso troppo a lungo.

È la fatica di chi serve Dio, ma dentro si è spento.

Anche noi, a volte, viviamo così: con le mani attive e il cuore spento.

Il dubbio diventa una pietra che blocca la sorgente della fiducia,

una catena invisibile che soffoca la voce della gioia.

E Dio, che vede il cuore, non punisce Zaccaria: lo conduce al silenzio, perché lì la fede possa guarire.

#### FASE BLU - MEDITARE

#### Il silenzio che guarisce

"E Zaccaria rimase muto..."

Il silenzio non è castigo, ma cura.

È un deserto che diventa grembo di fede nuova.

Nel silenzio, Zaccaria comprende che credere non è capire tutto,

ma affidarsi anche quando non si vede nulla.

Dio parla ancora, ma nel linguaggio dei segni e della tenerezza.

Anche tu, oggi, puoi scegliere un piccolo tempo di silenzio:

non per isolarti, ma per ascoltare una voce che parla dentro.

Solo lì la fede torna a respirare come un seme sotto la neve.

#### FASE ROSSA - PREGARE

## La fede che diventa pace

Gesù, Desiderio Eterno,

spezza le catene del nostro scetticismo.

Illumina la nostra mente perché creda all'impossibile.

Donaci la pace di chi si fida senza vedere

e la forza di chi sa attendere il compimento delle Tue promesse.

Come Zaccaria, insegnaci a tacere per ascoltare,

a credere nel Tuo tempo,

a custodire la gioia anche nell'attesa.

Vieni, Signore Gesù, e accendi in noi la fiamma della fede. Amen.

(Padre Nostro – Ave Maria)

Canto da repertorio

## TESTIMONIANZA – "Quando la fede è tornata a parlare"

"Per anni ho chiesto a Dio una grazia che non arrivava.

All'inizio pregavo con speranza, poi con rassegnazione, infine con amarezza.

Continuavo a frequentare la chiesa, ma dentro sentivo solo silenzio.

Una sera, durante l'adorazione, ho detto a Dio: 'Non ce la faccio più a chiedere'.

E in quel silenzio ho sentito nel cuore una voce dolce: 'Non smettere di credere, anche se non capisci'.

Non è cambiato tutto subito, ma da quel giorno ho trovato pace.

Ho smesso di pretendere e ho iniziato a fidarmi.

Oggi so che la fede non è avere risposte,

ma continuare a dire "si" anche quando non se ne vedono i frutti.

È lì che la pace torna a fiorire."

#### ■ FASE VERDE – VIVERE

#### La fede che si fa segno

#### Segni del giorno:

- La Pietra del Dubbio: scriviamo "Dubito" sulla pietra e la deponiamo accanto alla candela accesa. È il gesto con cui affidiamo a Dio le nostre incertezze.
- La Fascia della Pace: su una fascia *bianca* scriviamo "PACE NELLA CERTEZZA". Essa rappresenta la fiducia che desideriamo accogliere, come le fasce che avvolgeranno il Bambino Gesù.

#### Impegno concreto:

- Smettere di dire "non ce la farò" e sostituirlo con "Dio può tutto".
- Portare una parola di fiducia a chi è scoraggiato.
- Ripetere nel cuore, ogni volta che il dubbio sale: "Io credo, Signore, aumenta la mia fede."

#### **CANTO FINALE**

("Vergine fedele", "Magnificat"...)

#### BENEDIZIONE CONCLUSIVA

Il Signore ci doni una fede viva, una fiducia che non teme il buio, e una pace che nasce dal Suo silenzio d'amore. **Amen.** 

## GIORNO 2 - L'ATTESA CHE ASCOLTA

Guida: Elisabetta, la donna del silenzio e della lode

Ostacolo da disarmare: La Pietra del Rumore - "Non ascolto più la voce di Dio"

Perla di Pace: "PACE NELL'ASCOLTO PROFONDO"

#### **CANTO DI APERTURA:**

"Canto delle Profezie"

(Segue un momento di silenzio e la preghiera iniziale del giorno)

#### ACCENSIONE DELLA CANDELA

Accendiamo la **seconda candela** della Novena: la Luce dell'Ascolto. Essa rappresenta l'orecchio del cuore che si apre alla voce di Dio, la luce che trasforma il silenzio in grembo di vita e di speranza.

#### Invocazione:

"Vieni, Signore Gesù, parla al nostro cuore nel silenzio della Tua presenza."

#### PAROLA DI VITA - Luca 1,39-45

In quei giorni Maria si mise in viaggio verso la montagna e raggiunse in fretta una città di Giuda. Entrò nella casa di Zaccaria e salutò Elisabetta. Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria, il bambino le sussultò nel grembo. Elisabetta fu colmata di Spirito Santo ed esclamò a gran voce: «Benedetta tu fra le donne e benedetto il frutto del tuo grembo! E beata colei che ha creduto nell'adempimento di ciò che il Signore le ha detto».

## ■ FASE NERA - COMPRENDERE

#### Il rumore che soffoca la voce di Dio

Elisabetta ha conosciuto il silenzio come deserto e come grembo.

Per anni la sua preghiera sembrava non avere eco.

La sterilità, agli occhi del mondo, era segno di vergogna; ma nel silenzio Dio preparava la promessa.

Quando l'angelo parla a Zaccaria, lei non c'è.

Elisabetta non riceve apparizioni, non ascolta voci: solo il silenzio che cresce dentro di lei.

Eppure, è proprio quel silenzio che diventa luogo di ascolto.

Quando Maria entra nella sua casa, il bambino sussulta:

è il linguaggio dell'anima che riconosce la presenza di Dio.

Il rumore non è solo quello esterno: è il frastuono interiore delle preoccupazioni, dei giudizi, della fretta.

È il bisogno di parlare sempre, di spiegare tutto, di avere l'ultima parola.

In mezzo al rumore, la voce di Dio si perde.

E la pace si allontana.

Elisabetta ci insegna che l'ascolto nasce dal silenzio accettato, non imposto.

Il silenzio che non è vuoto, ma spazio che permette alla Parola di risuonare.

#### FASE BLU - MEDITARE

#### Il silenzio che genera vita

"Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria, il bambino sussultò nel grembo."

È l'ascolto che fa sussultare la vita!

Nel saluto tra due donne si rivela il mistero della comunione: una parla, l'altra ascolta, e Dio agisce.

L'ascolto vero non è passività, ma accoglienza.

È dire con il cuore: "Parla, Signore, il tuo servo ti ascolta."

Il silenzio di Elisabetta diventa canto: non parole studiate, ma esclamazioni nate dallo Spirito.

Chi ascolta Dio diventa profeta senza bisogno di gridare.

Anche noi possiamo riscoprire un silenzio fecondo, che non è assenza di suoni, ma presenza di senso. Un silenzio che cura le relazioni, che trasforma la preghiera in dialogo, che fa spazio alla voce di chi ci parla accanto. Forse oggi Dio ci invita a *non dire di più*, ma ad *ascoltare meglio*.

#### FASE ROSSA - PREGARE

#### La Parola che nasce dal silenzio

Signore Gesù, Parola eterna del Padre, insegnaci a fare silenzio per ascoltare la Tua voce.

Quando il cuore si riempie di rumore e di stanchezza, donaci l'umiltà di fermarci.

Fa' che il nostro ascolto diventi lode, che il nostro silenzio sia grembo di pace e non rifugio di paura.

Come Elisabetta, vogliamo accoglierti con stupore e riconoscere la Tua presenza nelle piccole visite dell'amore. Vieni, Signore Gesù, e rendi il nostro cuore una casa che ascolta. Amen.

(Padre Nostro, Ave Maria)

Canto suggerito: "Parla, Signore" - Gen Verde / oppure un Taizé: "Ubi caritas"

## TESTIMONIANZA - "Ho riscoperto Dio nel silenzio di un ospedale"

"Quando la malattia mi ha costretto a stare a letto, il rumore del mondo si è spento. All'inizio era insopportabile: troppo silenzio, troppe domande. Poi, in quella calma forzata, ho cominciato ad ascoltare davvero: il battito del cuore, il respiro, le parole della Scrittura che avevo dimenticato. È lì che ho sentito Dio. Non con la voce, ma con la pace.

Oggi so che il silenzio non è vuoto, ma lo spazio in cui Dio sussurra: 'Ci sono, fidati'."

## ■ FASE VERDE - VIVERE

#### L'ascolto che diventa gesto di pace

#### Segni del giorno:

- La Pietra del Rumore: scriviamo su una pietra la parola "Rumore" o "Non ascolto" e la deponiamo ai piedi del presepe. È il segno con cui chiediamo al Signore di zittire in noi tutto ciò che impedisce di udire la Sua voce.
- La Fascia della Pace: su una fascia *viola* scriviamo: "PACE NELL'ASCOLTO PROFONDO". La fascia rappresenta l'abbraccio del silenzio fecondo che custodisce la vita nuova.

#### Impegno concreto:

- Oggi scelgo di creare uno spazio di silenzio nella mia giornata: dieci minuti senza telefono, senza parole, solo presenza.
- Voglio ascoltare davvero una persona che incontro, senza interrompere, senza giudicare.
- Ogni volta che sento confusione o agitazione, dirò nel cuore: "Parla, Signore, il tuo servo ti ascolta."

## **CANTO FINALE**

"Silenzioso Dio" - Gen Verde (oppure: "Resta con noi, Signore della Vita", "Ubi Caritas" - Taizé)

#### **BENEDIZIONE CONCLUSIVA**

Il Signore ci doni orecchi attenti e cuori silenziosi, che sappiano riconoscere la Sua voce nel fruscio del quotidiano. E la Sua pace, che nasce dal silenzio e dall'ascolto, rimanga con noi e illumini la nostra attesa. **Amen.** 

9

## GIORNO 3 - L'ECCOMI DI MARIA

Guida: Maria, la serva del Signore

Ostacolo da disarmare: La Pietra della Chiusura - "Non mi fido dei piani di Dio"

Perla di Pace: 'PACE NELLA DISPONIBILITÀ"

#### **CANTO DI APERTURA:**

"Canto delle Profezie"

(Segue un momento di silenzio e la preghiera iniziale del giorno)

#### ACCENSIONE DELLA CANDELA

Accendiamo la terza candela della Novena: la Luce della Disponibilità.

Essa rappresenta il cuore che si apre ai disegni di Dio, anche quando non li comprende. È la luce che nasce dal "sì" di Maria, un sì che illumina la storia e rende possibile la Pace.

#### Invocazione:

"Vieni, Signore Gesù, insegnaci a dire con Maria: Eccomi, si compia in me la Tua Parola."

#### PAROLA DI VITA - Luca 1,26-38

L'angelo Gabriele fu mandato da Dio in una città della Galilea, chiamata Nazaret, a una vergine promessa sposa di un uomo della casa di Davide, di nome Giuseppe. L'angelo le disse: «Rallegrati, piena di grazia: il Signore è con te». Ma ella rimase turbata e si domandava che senso avesse un saluto come questo. L'angelo le disse: «Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. Ed ecco, concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù». Allora Maria disse: «Eccomi, sono la serva del Signore, avvenga per me secondo la tua parola».

#### ■ FASE NERA - COMPRENDERE

#### La chiusura che nasce dalla paura

Maria è una ragazza semplice, forse appena quindicenne.

Vive a Nazaret, un villaggio sconosciuto, lontano dai centri del potere e della gloria.

Quando l'angelo la visita, tutto in lei trema: la vita che conosce sta per cambiare per sempre.

La paura è naturale. Il turbamento è segno di verità.

La pietra della chiusura si manifesta quando, come Maria all'inizio, ci chiediamo:

"Come avverrà questo? Non conosco uomo... Non sono all'altezza..."

È la resistenza che nasce quando Dio ci chiede qualcosa che supera i nostri calcoli.

Spesso anche noi vogliamo credere, ma a modo nostro;

vogliamo servire, ma solo se capiamo dove ci porterà.

Eppure, Dio non ci chiede di capire, ma di fidarci.

La chiusura non è peccato, ma una soglia da attraversare.

È lì che la fede diventa libertà.

Maria non si chiude nella paura: apre il cuore, e il suo "si" diventa la porta del Cielo.

#### FASE BLU - MEDITARE

#### L'ascolto che diventa disponibilità

Maria non dice "capisco", ma "eccomi".

Nel suo sì non c'è rassegnazione, ma abbandono fiducioso.

È la disponibilità di chi sa che Dio scrive dritto anche sulle righe storte della vita.

Dio non cerca eroi, ma cuori disposti.

Ogni "eccomi" pronunciato con amore genera pace, perché libera il cuore dal bisogno di controllare tutto. Anche noi possiamo dire "eccomi" ogni giorno:

- davanti a una nuova responsabilità,
- in una relazione da ricucire,
- di fronte a un imprevisto che ci spaventa.

Ogni volta che scegliamo di fidarci, nasce qualcosa di divino in noi.

Maria ci insegna che la disponibilità non è debolezza, ma forza nascosta che cambia la storia.

#### FASE ROSSA - PREGARE

#### Il "si" che genera la Pace

Maria, Donna dell'ascolto, insegnaci a dire il nostro "eccomi" anche quando non capiamo.

Quando la paura chiude il cuore, ricordaci che Dio è fedele.

Fa' che il nostro sì diventi fecondo, che ogni nostro gesto porti la Tua presenza nel mondo.

Signore Gesù, Tu che sei nato dal "si" di Maria, rinasci nei nostri sì quotidiani:

nei momenti di fiducia, di servizio, di amore gratuito. Rendici strumenti della Tua pace. Amen.

(Padre Nostro, Ave Maria)

Canto suggerito: "Eccomi, Signore, vengo a Te", oppure "Magnificat" - Taizé.

## TESTIMONIANZA - "Quando ho imparato a dire sì al Signore"

"Per anni ho pregato perché Dio mi cambiasse la vita: un lavoro più sicuro, meno problemi, più serenità.

Poi ho capito che Dio non voleva cambiarmi la vita, ma cambiarmi nel profondo.

Mi chiedeva solo un sì: 'Accogli quello che sei e vivi con fiducia'.

Quel giorno ho smesso di combattere contro tutto.

Ho detto: Signore, se è questo il cammino, sia fatta la Tua volontà.

E da allora ho trovato una pace nuova, che non dipende da come vanno le cose, ma da Chi cammina con me."

#### FASE VERDE - VIVERE

## Il sì che diventa segno concreto

#### Segni del giorno:

- La Pietra della Chiusura: scriviamo sulla pietra "Non mi fido" o "Ho paura" e la deponiamo accanto alla candela accesa. È il gesto con cui consegniamo a Dio le nostre resistenze.
- La Fascia della Pace: su una fascia *blu* scriviamo: "PACE NELLA DISPONIBILITÀ". Essa rappresenta il nostro sì quotidiano, la stoffa del cuore che accoglie il mistero.

#### Impegno concreto:

- Dire un "si" concreto oggi: offrire il proprio tempo, un aiuto, un gesto di servizio gratuito.
- Accogliere una proposta che normalmente avrei rifiutato per paura o pigrizia.
- Pregare ogni mattina con queste parole: "Signore, eccomi. Ti offro questo giorno. Fa' di me ciò che vuoi."

#### **CANTO FINALE**

"Eccomi, sono la serva del Signore" - canto mariano (oppure: "Ave Maria, Vergine del Si", "Magnificat" - Gen Verde)

#### BENEDIZIONE CONCLUSIVA

Il Signore ci doni un cuore aperto come quello di Maria, che non teme le novità di Dio, che sa dire "si" anche nel buio, e che diventa grembo di pace per chi incontra. **Amen**.

11

## GIORNO 4 - IL CANTO DELLA FIDUCIA

Guida: Maria in visita a Elisabetta

Ostacolo da disarmare: La Pietra dell'Orgoglio - "Penso di bastare a me stesso"

Perla di Pace: "PACE NELL'UMILTÀ"

#### **CANTO DI APERTURA:**

"Canto delle Profezie"

(Segue un momento di silenzio e la preghiera iniziale del giorno)

#### ACCENSIONE DELLA CANDELA

Accendiamo la quarta candela della Novena: la Luce dell'Umiltà.

Essa rappresenta la gioia di chi riconosce che ogni bene viene da Dio, la luce di chi sa condividere la propria fede e cantare la gratitudine.

#### Invocazione:

"Vieni, Signore Gesù, rendi il nostro cuore semplice e grato, capace di cantare la Tua fedeltà."

#### PAROLA DI VITA - Luca 1,46-49

Maria disse: «L'anima mia magnifica il Signore e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore, perché ha guardato l'umiltà della sua serva. D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata. Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente, e santo è il suo nome».

## ■ FASE NERA - COMPRENDERE

#### L'orgoglio che chiude il cuore

Maria, appena ricevuto l'annuncio dell'angelo, non resta a contemplare se stessa, ma "si alzò e andò in fretta" da Elisabetta.

Nonostante sia Lei la madre del Messia, non si sente superiore, ma serva.

È il primo segno della sua umiltà: non trattiene il dono, lo mette in cammino.

L'orgoglio, invece, ci fa fermare: ci fa credere di bastare a noi stessi,

di non avere bisogno né di Dio né degli altri.

È la pietra che separa e isola, che ci spinge a misurare tutto con il nostro ego.

Eppure, chi si crede autosufficiente non può accogliere la grazia.

Maria ci insegna che la vera grandezza non è fare grandi cose, ma riconoscere che è Dio a compierle in noi. Solo chi si sente piccolo può cantare: "Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente."

#### FASE BLU - MEDITARE

#### L'umiltà che diventa canto

Quando Maria incontra Elisabetta, lo Spirito Santo riempie entrambe di gioia.

La lode scaturisce spontanea: non è un discorso, è un canto che nasce dal cuore grato.

L'umiltà è la chiave della fiducia: chi è umile si affida, chi si affida si rallegra.

Nel Magnificat, Maria riconosce che la sua vita è interamente dono:

tutto è grazia, nulla è merito.

La vera pace nasce quando smettiamo di paragonarci agli altri, di voler essere al centro.

La fiducia cresce quando riconosciamo che Dio opera in ciascuno in modo unico e misterioso.

Il canto di Maria ci invita a guardare la vita con occhi di gratitudine:

anche ciò che ci sembra piccolo, se vissuto con amore, diventa Magnificat.

## FASE ROSSA - PREGARE

#### La gioia dell'umiltà

Signore Gesù, mite e umile di cuore,

insegnaci a riconoscere la Tua mano in ogni cosa buona che viviamo.

Rendici liberi dal bisogno di apparire,

dalla vanità che ci fa dimenticare la Tua presenza.

Maria, donna dell'umiltà e della fiducia,

fa' che anche noi sappiamo dire:

"Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente."

Trasforma la nostra superbia in gratitudine,

e la nostra autosufficienza in fiducia viva.

Vieni, Signore Gesù, e rendi la nostra vita un canto di lode. Amen.

(Padre Nostro, Ave Maria)

Canto suggerito: "Magnificat", "Grandi cose", oppure "L'anima mia magnifica il Signore")

## TESTIMONIANZA - "Ho imparato a dire grazie"

"Per molto tempo mi sono lamentata: del lavoro, della famiglia, delle mie fragilità.

Poi un giorno, ascoltando il Vangelo del Magnificat, mi sono accorta che non dicevo mai grazie.

Ho cominciato a scrivere ogni sera tre cose belle della giornata, anche piccole.

Dopo qualche settimana, il mio sguardo era cambiato.

Ho capito che la felicità non viene quando tutto va bene, ma quando impari a ringraziare.

Da allora, ogni volta che mi viene da lamentarmi, dico nel cuore:

'Grandi cose hai fatto in me, Signore'. E la pace torna."

#### FASE VERDE - VIVERE

L'umiltà che si fa gesto

#### Segni del giorno:

- La Pietra dell'Orgoglio: scriviamo sulla pietra la parola "Io basto a me stesso" e la deponiamo accanto alla candela accesa. È il gesto con cui lasciamo a Dio il nostro bisogno di controllo.
- La Fascia della Pace: su una fascia azzurra scriviamo: "PACE NELL'UMILTÀ". Essa rappresenta la fiducia serena di chi riconosce che ogni dono viene dall'Alto.

#### Impegno concreto:

- Oggi ringrazio per tre cose che spesso do per scontate.
- Farò un complimento sincero a qualcuno, senza gelosia.
- Eviterò di vantarmi o di cercare approvazione: ogni volta che mi verrà la tentazione, dirò nel cuore: "Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente."

#### **CANTO FINALE**

"Magnificat" - Taizé / Gen Verde (oppure: "Grandi cose", "Maria, Madre umile")

#### BENEDIZIONE CONCLUSIVA

Il Signore ci doni un cuore umile e fiducioso,

capace di riconoscere la Sua mano in ogni cosa.

Ci insegni a cantare la gratitudine anche nei giorni oscuri,

e ci renda testimoni della pace che nasce dalla semplicità. Amen.

## GIORNO 5 - LA LUCE DEI PASTORI

Guida: I Pastori, i poveri della notte

Ostacolo da disarmare (La Pietra): Pietra dell'Indifferenza - "Non mi riguarda, non è il mio problema"

Perla di Pace (La Fascia): PACE NELLA VICINANZA

#### CANTO DI APERTURA

"Canto delle Profezie"

(Segue un momento di silenzio e la preghiera iniziale del giorno)

## Accensione della Quinta Candela

Accendiamo la quinta candela della Novena, la Luce della Vicinanza.

Essa rappresenta il cuore che si lascia toccare, che si fa prossimo, che riconosce Dio presente nei piccoli e nei poveri. È la luce che scioglie il gelo dell'indifferenza e accende la fiamma della compassione.

#### Invocazione:

"Vieni, Signore Gesù, e illumina le nostre notti. Rendi il nostro cuore capace di accorgersi di chi soffre accanto a noi, perché nella Tua luce impariamo a volerci bene davvero."

#### Parola di Vita - Luca 2,8-14

C'erano in quella regione alcuni pastori che trascorrevano la notte all'aperto a custodire le loro greggi. Un angelo del Signore apparve loro e la gloria del Signore li avvolse di luce. Essi furono presi da grande timore, ma l'angelo disse loro: 'Non temete! Vi annuncio una grande gioia: oggi, nella città di Davide, è nato per voi un Salvatore, che è Cristo Signore. Questo vi servirà da segno: troverete un bambino avvolto in fasce e deposto in una mangiatoia.' E subito apparve con l'angelo una moltitudine dell'esercito celeste che lodava Dio dicendo: 'Gloria a Dio nel più alto dei cieli e pace in terra agli uomini amati dal Signore.'

#### ■ FASE NERA - COMPRENDERE

## L'indifferenza che isola

I pastori vivono ai margini, lontani dalle luci della città.

Sono uomini semplici, poveri, spesso dimenticati - ma proprio a loro Dio affida il primo annuncio.

L'indifferenza è la pietra che chiude il cuore alla meraviglia e alla compassione.

È il pensiero che dice: "Non è affar mio", e così ci separa dal dolore e dalla gioia degli altri.

Anche noi, presi dalla fretta e dalla paura, rischiamo di passare oltre chi soffre,

di non vedere più i volti dietro le storie.

Ma Dio sceglie proprio la notte dei pastori per rompere il silenzio dell'indifferenza.

La gloria del Signore li avvolge, li raggiunge dove nessuno li avrebbe cercati.

È il segno che la Pace nasce solo quando ci lasciamo toccare dal bisogno dell'altro.

#### FASE BLU - MEDITARE

#### La vicinanza che illumina

L'angelo dice: "Oggi è nato per voi un Salvatore."

Non "per tutti" in modo anonimo, ma per voi: persone concrete, povere, stanche, reali.

Dio si fa vicino, e la vicinanza genera luce.

Anche noi siamo chiamati a diventare "angeli di vicinanza":

a portare parole buone, ascolto, gesti semplici che scaldano il cuore.

Quando ci avviciniamo a chi è solo, quando abbracciamo, quando sorridiamo con sincerità, una nuova luce si accende nel mondo.

La vera Pace non è assenza di conflitti, ma presenza d'amore che si fa concreta nel quotidiano.

#### FASE ROSSA - PREGARE

#### La preghiera dei pastori

Signore Gesù, insegnaci a non passare oltre, a riconoscerTi nei volti che incrociamo ogni giorno.

Donaci un cuore che si commuove, mani che si tendono, parole che riscaldano.

Come i pastori, vogliamo alzarci in fretta per venire a Te, e poi tornare al mondo portando la Tua luce. Fa' che la nostra fede diventi vicinanza, e la nostra vicinanza diventi pace. Amen.

(Padre Nostro - Ave Maria)

Canto suggerito: "Resta con noi, Signore" oppure "Gloria a Dio nel cielo e pace in terra".

## TESTIMONIANZA - "Quando ho scelto di fermarmi"

"Durante un Natale di qualche anno fa, correvo senza sosta: regali, lavoro, cene, mille impegni.

Eppure, dentro, sentivo un grande vuoto.

Una sera, tornando a casa, ho visto un uomo seduto per strada, tremava per il freddo.

Mi sono fermato, gli ho offerto qualcosa di caldo, e lui mi ha sorriso con gratitudine.

In quel sorriso ho sentito la voce di Dio.

Non ho risolto i suoi problemi, ma il mio cuore è cambiato:

avevo smesso di essere indifferente.

Da allora, ogni Natale, cerco un gesto concreto di vicinanza.

È lì che ho ritrovato la pace."

#### ■ FASE VERDE - VIVERE

#### La pace che si fa prossimità

#### Segni del giorno:

- Pietra dell'Indifferenza: scriviamo sulla pietra "Non mi riguarda" e la deponiamo accanto alla candela accesa. È il gesto con cui affidiamo a Dio il nostro cuore chiuso e chiediamo di renderlo capace di compassione.
- Fascia della Pace: su una fascia *verde* (colore della speranza e della vita) scriviamo "PACE NELLA VICINANZA". La fascia simboleggia il legame che unisce, la mano che si tende, l'amore che si fa prossimo.

## Impegno concreto:

- Oggi mi accorgo di qualcuno che vive un momento difficile e mi avvicino con un gesto concreto.
- Dedico tempo a chi è solo, ammalato o scoraggiato.
- Ogni volta che mi viene da dire "non è affar mio", rispondo nel cuore: "Tu, Signore, mi chiami a farmi vicino."

#### **CANTO FINALE**

"Vieni, Signore, ascoltiamo la Tua voce" (oppure: "Gloria a Dio nel cielo e pace in terra")

#### BENEDIZIONE CONCLUSIVA

Il Signore benedica il nostro cuore, lo liberi dall'indifferenza e lo renda attento al fratello. Possa la Sua Pace crescere in noi e risuonare in ogni gesto di amore. **Amen.** 

15

## GIORNO 6 - GIUSEPPE, IL CUSTODE

Guida: Giuseppe, uomo del silenzio e dell'obbedienza

Ostacolo da disarmare: La Pietra della Paura - "Non credo che Dio mi protegga" Perla di Pace: "PACE NELLA FIDUCIA E NELLA PROTEZIONE"

#### **CANTO DI APERTURA:**

"Canto delle Profezie"

(Segue un momento di silenzio e la preghiera iniziale del giorno)

#### ACCENSIONE DELLA CANDELA

Accendiamo la sesta candela della Novena: la Luce della Fiducia.

È la luce di chi si affida anche nel buio, di chi crede nel silenzio che custodisce la presenza di Dio. Giuseppe è l'uomo che non parla, ma agisce nella fede: la sua fiducia silenziosa illumina la notte.

#### Invocazione:

"Vieni, Signore Gesù, e rendi saldo il nostro cuore. Quando la paura ci blocca, fa' che ci affidiamo a Te, Custode fedele della nostra vita."

#### PAROLA DI VITA - Matteo 1,18–21

Maria, sua madre, essendo promessa sposa di Giuseppe, prima che andassero a vivere insieme si trovò incinta per opera dello Spirito Santo. Giuseppe suo sposo, poiché era uomo giusto e non voleva accusarla pubblicamente, pensò di ripudiarla in segreto. Mentre però stava considerando queste cose, ecco, gli apparve in sogno un angelo del Signore e gli disse: «Giuseppe, figlio di Davide, non temere di prendere con te Maria, tua sposa, perché quel che è generato in lei viene dallo Spirito Santo. Essa partorirà un figlio e tu lo chiamerai Gesù: egli infatti salverà il suo popolo dai suoi peccati».

#### ■ FASE NERA - COMPRENDERE

#### La paura che chiude il cuore

Giuseppe è un uomo buono, innamorato di Maria, ma anche disorientato.

La notizia che Maria aspetta un figlio lo getta nel turbamento: non capisce, non sa come reagire.

È la notte della paura - quella che nasce quando i piani di Dio sconvolgono i nostri.

La pietra della paura pesa nel cuore di Giuseppe: è la paura del giudizio, del fallimento, del futuro.

Come lui, anche noi a volte restiamo fermi, incapaci di agire,

perché non comprendiamo cosa Dio stia facendo nella nostra vita.

Ma Dio non parla nel rumore, parla nel sogno.

È nel silenzio che Giuseppe riceve la parola più dolce e più difficile: "Non temere."

Due parole che basterebbero a cambiare la storia se imparassimo a crederle davvero.

La fede di Giuseppe non è fatta di certezze, ma di fiducia che cammina nel buio.

## FASE BLU - MEDITARE

#### La fiducia che nasce nel silenzio

Giuseppe non dice una parola in tutto il Vangelo.

Il suo linguaggio è il silenzio dell'ascolto e dell'obbedienza.

In lui vediamo la forza di chi non pretende spiegazioni, ma si lascia guidare.

"Giuseppe, non temere..."

È come se Dio dicesse anche a noi: "Non temere di accogliere ciò che non capisci, perché lì abito Io."

Ogni paura può diventare luogo di incontro con Dio, se accettata nella fede. Ogni notte può essere grembo di luce, se ci lasciamo guidare dalla Sua voce. Giuseppe non fuggì: prese con sé Maria e il Bambino, e li custodì. Diventò segno di quella paternità che protegge senza possedere, di quell'amore che si esprime nel prendersi cura, senza clamore. Nel suo silenzio impariamo che la fiducia non si proclama: si vive.

#### FASE ROSSA - PREGARE

#### La pace di chi si affida

Signore Gesù, quando la paura ci invade e il domani ci sembra oscuro, ricordaci le parole che hai detto a Giuseppe: "Non temere."

Rendici uomini e donne di fiducia, capaci di restare anche quando non comprendiamo. Donaci un cuore che sa custodire, come Giuseppe custodì Te e Maria.

Fa' che le nostre mani diventino rifugio per chi ha paura, e la nostra fede una casa dove Tu possa nascere ogni giorno.

Vieni, Signore Gesù, e insegna al nostro cuore la pace dell'abbandono. Amen.

(Padre Nostro, Ave Maria)

Canto suggerito: "Resta accanto a me", "Come Tu mi vuoi", "Non temere" – RnS.

## TESTIMONIANZA - "Quando ho imparato a fidarmi del silenzio"

"Dopo un periodo difficile, avevo perso il lavoro e la serenità. Pregavo, ma dentro sentivo solo paura. Un giorno, leggendo la storia di San Giuseppe, mi ha colpito una frase: 'Giuseppe fece come gli aveva ordinato l'angelo.' Nessuna parola, solo fiducia. Ho iniziato anch'io a smettere di chiedere 'perché?' e a dire solo 'mi fido'. Piano piano la pace è tornata. Non perché tutto si sia risolto, ma perché ho sentito che Dio stava con me anche nel buio. Oggi credo che il silenzio non sia assenza di Dio, ma il luogo dove Lui parla di più."

#### FASE VERDE - VIVERE

#### La fiducia che diventa protezione

#### Segni del giorno:

- La Pietra della Paura: scriviamo "Non mi fido" sulla pietra e la deponiamo accanto al presepe. È il gesto con cui consegniamo a Dio le nostre insicurezze.
- La Fascia della Pace: su una fascia *gialla* scriviamo: "PACE NELLA FIDUCIA E NELLA PROTEZIONE". È il segno della fede che si affida e custodisce, come Giuseppe con la Santa Famiglia.

#### Impegno concreto:

- Oggi voglio vivere un gesto di fiducia: affidare a Dio una preoccupazione concreta, senza volerla controllare.
- Offrire protezione a qualcuno fragile o spaventato (un bambino, un anziano, un amico in difficoltà).
- Ripetere nel cuore durante la giornata: "Signore, non temerò, perché Tu sei con me."

#### **CANTO FINALE**

"Non temere" - (RnS / Gen Verde) (oppure: "Custodiscimi, Signore", "Tu sei la mia vita")

#### **BENEDIZIONE CONCLUSIVA**

Il Signore, che ha guidato Giuseppe nel sogno e nel silenzio, ci renda uomini e donne di fiducia. Ci doni la forza di custodire la vita con amore e la pace di chi si fida nel buio. E ci benedica con la Sua presenza fedele, ora e sempre. **Amen.** 

17

## GIORNO 7 - I MAGI, CERCATORI DI LUCE

Guida: I Magi, pellegrini del desiderio e del dono

Ostacolo da disarmare: La Pietra dell'Egoismo - "Tengo tutto per me" Perla di Pace: "PACE NEL DONO E NELLA GRATUITÀ"

#### **CANTO DI APERTURA:**

"Canto delle Profezie"

(Segue un momento di silenzio e la preghiera iniziale del giorno)

#### ACCENSIONE DELLA CANDELA

Accendiamo la settima candela della Novena: la Luce del Dono.

Essa rappresenta il cuore che sa uscire da sé per cercare e offrire, la luce di chi, come i Magi, cammina nella notte seguendo la stella.

#### Invocazione:

"Vieni, Signore Gesù, e guida i nostri passi. Fa' che come i Magi sappiamo alzarci e metterci in cammino, non per possedere, ma per donare con gioia e gratuità."

### PAROLA DI VITA - Matteo 2,1-2.9-11

Dei Magi giunsero da oriente a Gerusalemme e dicevano: «Dov'è colui che è nato, il re dei Giudei? Abbiamo visto spuntare la sua stella e siamo venuti ad adorarlo». Ed ecco, la stella che avevano visto li precedeva, finché giunse e si fermò sopra il luogo dove si trovava il bambino. Entrati nella casa, videro il bambino con Maria, sua madre, si prostrarono e lo adorarono. Poi aprirono i loro scrigni e gli offrirono in dono oro, incenso e mirra.

#### ■ FASE NERA - COMPRENDERE

#### L'egoismo che oscura la ricerca

I Magi sono uomini che non si accontentano delle proprie certezze.

Non restano chiusi nei loro regni, ma partono, seguendo una stella.

Sono simbolo di tutti coloro che vivono la fede come cammino, come desiderio di luce.

Ma accanto a loro, nel Vangelo, c'è anche Erode: l'uomo che non cerca, che teme di perdere il proprio potere, che vuole tutto per sé.

È il volto dell'egoismo: quello che trasforma la luce in minaccia, che uccide la gioia degli altri pur di conservare la propria sicurezza.

La pietra dell'egoismo è sottile: non si manifesta solo nell'avarizia, ma anche nell'indifferenza, nel trattenere, nel vivere chiusi nei nostri confini.

Quando pensiamo solo a noi stessi, la stella scompare.

Il dono, invece, riaccende la luce.

Dio si manifesta a chi sa uscire, non a chi trattiene.

La pace comincia quando impariamo a donare.

#### FASE BLU - MEDITARE

#### Il dono che illumina il cammino

I Magi non portano a Gesù ciò che "serve", ma ciò che ha valore: oro, incenso e mirra.

Sono doni simbolici, ma profondi: rappresentano il cuore che offre tutto di sé.

Il dono, nella logica del Vangelo, non è uno scambio: è gratuità pura.

Si dona perché si ama, non per essere ricambiati.

Il gesto dei Magi è un atto di adorazione, ma anche di spoliazione: si inginocchiano e aprono i loro scrigni.

La pace nasce quando anche noi impariamo ad "aprire i nostri scrigni": il tempo, l'ascolto, la presenza, la tenerezza.

Non c'è bisogno di oro per essere generosi: basta offrire ciò che abbiamo con amore sincero. Ogni gesto gratuito accende una stella nel cielo di qualcuno.

#### FASE ROSSA - PREGARE

## La gioia del dono

Signore Gesù,

Tu che hai ricevuto l'omaggio dei Magi, rendi anche noi pellegrini di luce.

Liberaci dall'egoismo che chiude il cuore, dalla paura di perdere, dalla smania di trattenere.

Insegnaci la gioia del dono, la libertà di chi sa offrire senza calcoli,

la pace di chi trova la felicità nel dare.

Vieni, Signore Gesù, e rendi la nostra vita un dono per gli altri, segno della Tua luce nel mondo. Amen.

(Padre Nostro, Ave Maria)

Canto suggerito: "Camminerò nella tua luce", "Ti seguirò", "Dove sei, Signore Gesù")

## TESTIMONIANZA - "Ho scoperto la gioia del dare"

"Ero abituata a vivere pensando che l'amore si meritasse. Facevo del bene solo se qualcuno lo riconosceva. Poi, un Natale, partecipai a un gesto di solidarietà con i senzatetto della città.

Una sera un uomo mi disse: 'Grazie, non tanto per la cena, ma perché mi hai guardato negli occhi.'

Quelle parole mi hanno cambiato. Ho capito che donare non è fare qualcosa di grande, ma restituire umanità. Da allora, ogni volta che dono, mi sento io quella che riceve di più."

#### ■ FASE VERDE - VIVERE

Il dono che si fa gesto concreto

#### Segni del giorno:

- La Pietra dell'Egoismo: scriviamo "Tengo tutto per me" sulla pietra e la deponiamo ai piedi del presepe. È il gesto con cui lasciamo a Dio il nostro desiderio di possesso.
- La Fascia della Pace: su una fascia *arancione* scriviamo: "PACE NEL DONO E NELLA GRATUITÀ". È il segno della generosità che illumina e libera il cuore.

## Impegno concreto:

- Compiere un gesto di dono gratuito: tempo, aiuto, parola buona, ascolto, offerta.
- Regalare qualcosa a chi non può ricambiare.
- Fare un atto di riconciliazione: donare perdono.
- Ripetere nel cuore durante la giornata: "La mia gioia è donare, come Tu, Signore."

#### **CANTO FINALE**

"Camminerò nella tua luce" - (RnS) (oppure: "Tu sei la mia pace", "Ecco, io vengo")

#### **BENEDIZIONE CONCLUSIVA**

Il Signore ci doni occhi per vedere la Sua stella, piedi per seguirla con perseveranza, e mani aperte per offrire senza misura. La Sua luce ci renda segni di pace, dono di amore per chi incontriamo. **Amen.** 

19

## GIORNO 8 - IL BAMBINO CHE NASCE

Guida: Gesù, Principe della Pace

Ostacolo da disarmare: La Pietra della Stanchezza - "Non ho più forza o speranza"

Perla di Pace: "PACE NELLA GIOIA E NELLA TENEREZZA"

#### **CANTO DI APERTURA:**

"Canto delle Profezie"

(Segue un momento di silenzio e la preghiera iniziale del giorno)

#### ACCENSIONE DELLA CANDELA

Accendiamo l'ottava candela della Novena: la Luce della Gioia.

È la fiamma che annuncia la nascita del Salvatore, la luce che vince la notte. Dio si fa Bambino: piccolo, fragile, tenero. Non viene con forza, ma con dolcezza; non domina, ma accoglie.

#### Invocazione:

"Vieni, Bambino Gesù, entra nel nostro cuore stanco. Rinnova la nostra speranza e ridonaci la gioia pura dei piccoli. Rendici portatori della Tua tenerezza nel mondo."

## PAROLA DI VITA - Luca 2,6-7.10-12

Mentre si trovavano là, si compirono per Maria i giorni del parto. Diede alla luce il suo figlio primogenito, lo avvolse in fasce e lo depose in una mangiatoia, perché per loro non c'era posto nell'alloggio. L'angelo disse ai pastori: «Non temete, ecco, vi annuncio una grande gioia, che sarà di tutto il popolo: oggi è nato per voi un Salvatore, che è Cristo Signore. Questo per voi il segno: troverete un bambino avvolto in fasce e deposto in una mangiatoia».

#### ■ FASE NERA - COMPRENDERE

#### La stanchezza che spegne la speranza

Maria e Giuseppe sono arrivati a Betlemme dopo un lungo viaggio.

Non trovano posto, non trovano accoglienza: solo una stalla, un luogo povero e nascosto.

Eppure proprio lì nasce la Vita.

Quante volte anche noi viviamo la stessa esperienza: cammini faticosi, porte chiuse, silenzi che pesano.

La pietra della stanchezza si fa sentire quando sembra che le forze non bastino più,

quando la speranza vacilla e la fede diventa un peso.

Ma è proprio lì, nel limite, che Dio sceglie di nascere.

Non nel palazzo, ma nella stalla; non tra le luci, ma nella notte; non tra i forti, ma tra i fragili.

Il Bambino di Betlemme non elimina la fatica: la riempie di senso.

La Sua nascita è la risposta di Dio alla nostra stanchezza: "Non temere, Io sono con te."

#### FASE BLU - MEDITARE

#### La gioia che nasce nella piccolezza

La tenerezza di Dio si rivela in un neonato: un respiro, un vagito, una carezza di luce.

In Lui la forza divina si fa umanità, e la pace prende il volto della dolcezza.

La gioia del Natale non è euforia: è certezza che Dio è vicino, anche nel dolore.

È la pace che nasce non dall'assenza di problemi, ma dalla presenza di Gesù.

Guardando il Bambino nella mangiatoia, comprendiamo che ogni piccola vita è sacra, che ogni gesto d'amore può diventare culla di Dio.

Ogni volta che accogliamo qualcuno, che doniamo un sorriso, il Bambino torna a nascere.

Il segreto della gioia è la tenerezza: quella che sa guardare con misericordia, che non giudica, che accoglie e benedice.

#### FASE ROSSA - PREGARE

#### La pace che nasce dal cuore tenero

Gesù Bambino, Tu che hai scelto la povertà e la semplicità, entra nelle nostre case e nei nostri cuori.

Porta la Tua luce nelle nostre stanchezze, la Tua pace nei nostri conflitti,

la Tua tenerezza nelle nostre durezze.

Insegnaci a guardare con occhi di bambino, a sorridere anche dopo il pianto,

a credere che il bene è più forte del male.

Fa' che la nostra vita diventi mangiatoia dove Tu possa riposare,

e che il nostro amore renda visibile la Tua presenza nel mondo. Amen.

(Padre Nostro, Ave Maria)

Canto suggerito: "È Natale", "Tu scendi dalle stelle", "Dolce sentire")

## TESTIMONIANZA - "Ho ritrovato la gioia nelle piccole cose"

"Dopo una lunga malattia, avevo perso ogni entusiasmo. Tutto mi sembrava inutile. Una sera, mentre preparavo il presepe, ho preso in mano la statuina del Bambino. Ho sentito nel cuore una frase: 'Sono nato per te, anche nella tua stanchezza.' Ho pianto, ma di gratitudine. Da quel momento ho cominciato a cercare piccoli segni di luce: un tramonto, un sorriso, un grazie. Oggi non ho risolto tutto, ma ho ritrovato la gioia. Perché ho capito che Dio non toglie il peso, ma lo porta con noi."

#### FASE VERDE - VIVERE

#### La gioia che diventa tenerezza

#### Segni del giorno:

- La Pietra della Stanchezza: scriviamo "Non ho forza" o "Sono stanco" sulla pietra e la deponiamo ai piedi del presepe, sotto la culla del Bambino. È il gesto con cui affidiamo a Dio la nostra fatica.
- La Fascia della Pace: su una fascia *rossa* scriviamo: "PACE NELLA GIOIA E NELLA TENEREZZA." Essa rappresenta l'amore che accoglie, la fede che si fa carezza.

#### Impegno concreto:

- Regalare un sorriso, un abbraccio o una parola gentile a chi è triste.
- Dedicarci a un gesto semplice e gratuito: scrivere un messaggio di augurio, una visita, una preghiera.
- Fermarci davanti al presepe e dire nel cuore: "Gesù, nasci anche in me. Rendi tenero il mio cuore."

#### **CANTO FINALE**

"È Natale" - (Gen Rosso / RnS) (oppure: "Tu scendi dalle stelle", "Notte di luce")

#### BENEDIZIONE CONCLUSIVA

Il Signore, che si è fatto Bambino per amore, colmi di pace le nostre fatiche e di luce le nostre notti. Ci doni un cuore nuovo, capace di meraviglia e di tenerezza, e ci renda testimoni della gioia che non tramonta. **Amen.** 

## GIORNO 9 - LA COMUNITÀ DELLA PACE

Guida: Tutti noi - la Chiesa di Betlemme

Ostacolo da disarmare: La Pietra del Cuore Chiuso - "Mi difendo dall'amore"

Perla di Pace: "PACE CHE ILLUMINA E UNISCE"

#### **CANTO DI APERTURA:**

"Canto delle Profezie"

(Segue un momento di silenzio e la preghiera iniziale del giorno)

#### ACCENSIONE DELLA CANDELA

Accendiamo l'ultima candela della Novena, la Luce dell'Unità.

Questa fiamma raccoglie tutte le luci accese nei giorni precedenti: la fede, l'ascolto, la disponibilità, l'umiltà, la vicinanza, la fiducia, il dono, la gioia...

Ora diventano un'unica luce, la luce della Pace che unisce.

#### Invocazione:

"Signore Gesù,

che nasci nel cuore della nostra comunità, rendi la Tua Chiesa culla della Pace.

Fa' che ogni divisione si sciolga nell'amore, ogni cuore chiuso si apra alla fraternità, ogni parola diventi benedizione. Amen."

#### PAROLA DI VITA - Efesini 2,13-14.19-22

Ora, in Cristo Gesù, voi che un tempo eravate lontani siete diventati vicini grazie al sangue di Cristo. Egli infatti è la nostra pace, colui che di due ha fatto una cosa sola, abbattendo il muro di separazione. [...] Non siete più stranieri né ospiti, ma concittadini dei santi e familiari di Dio, edificati sopra il

fondamento degli apostoli e dei profeti, avendo come pietra angolare lo stesso Cristo Gesù.

#### ■ FASE NERA - COMPRENDERE

#### Il cuore chiuso: la difesa che ferisce

Dopo aver camminato con Zaccaria, Elisabetta, Maria, Giuseppe, i pastori e i magi, arriviamo al cuore della Notte Santa: la comunità che accoglie la Luce.

Ma c'è ancora un ostacolo da disarmare: il cuore chiuso,

quello che si protegge per paura di soffrire,

che costruisce muri invece di ponti, che preferisce l'isolamento alla comunione.

A volte il cuore si chiude non per cattiveria, ma per difesa:

un dolore, un tradimento, un abbandono,

e ci sembra più sicuro restare da soli che fidarsi ancora.

Eppure, la nascita di Gesù ci dice che la vita vera è relazione.

Dio non viene da solo, ma si fa Emmanuele, "Dio con noi".

Non ci salva dall'alto, ma dal basso, entrando nel nostro tessuto umano.

Il Bambino di Betlemme è la prova che l'amore è più forte della paura.

E che solo aprendoci agli altri ritroviamo la pace profonda che unisce i cuori.

#### FASE BLU - MEDITARE

#### L'amore che unisce e illumina

La comunità di Betlemme è fatta di persone diverse: pastore e re, giovane e anziano, povero e sapiente.

Tutti si incontrano davanti alla stessa culla.

È lì che nasce la Chiesa: non come istituzione,

ma come famiglia di cuori disarmati.

La vera pace non è solitudine, ma comunione.

È il miracolo dell'unità che nasce quando ciascuno depone le proprie armi:

orgoglio, giudizio, rancore, indifferenza.

Il Bambino unisce ciò che il mondo divide.

Ci insegna che la differenza non è minaccia, ma dono.

Ogni persona, con la sua storia e la sua fragilità, è parte della stessa sinfonia di pace.

La luce del Natale non brilla in un solo cuore, ma tra i cuori.

Solo insieme diventiamo riflesso del Suo amore nel mondo.

#### FASE ROSSA - PREGARE

## La pace che si fa fraternità

Signore Gesù,

Tu che sei venuto per fare di noi un solo popolo,

guarisci le nostre chiusure e le nostre ferite.

Insegnaci ad amare senza condizioni, a perdonare chi ci ha ferito,

a cercare l'unità anche quando è difficile.

Fa' che la nostra comunità sia casa accogliente per tutti, luogo di ascolto, di servizio e di pace.

Accendi nei nostri cuori la luce che non si spegne:

la luce della fraternità che abbraccia ogni uomo e ogni donna. Amen.

(Padre Nostro, Ave Maria)

Canto suggerito: "Dove due o tre sono uniti nel mio nome", "Frutto della terra", "Rinasce la pace")

#### TESTIMONIANZA - "Quando ho scelto di perdonare, è tornata la pace"

"Avevo smesso di parlare con una persona della mia comunità. Un'incomprensione ci aveva separati. Ogni volta che la vedevo, provavo rabbia e tristezza. Durante la Novena ho sentito nel cuore: 'La pace nasce quando smetti di difenderti.' Ho deciso di fare il primo passo. Non è stato facile, ma l'abbraccio che ci siamo scambiati è stato come una luce. In quel momento ho capito: la pace non è un sentimento, è una scelta. E quando scegli di amare, Dio nasce davvero dentro di te."

#### FASE VERDE - VIVERE

#### La pace che si fa comunione

#### Segni del giorno:

- La Pietra del Cuore Chiuso: scriviamo sulla pietra "Mi difendo dall'amore" e la deponiamo ai piedi del presepe, insieme a tutte le altre pietre dei giorni precedenti. È il segno della resa del cuore davanti a Dio.
- La Fascia della Pace: su una fascia *dorata* scriviamo: "PACE CHE ILLUMINA E UNISCE." Tutte le fasce dei giorni passati (bianche, blu, rosse, verdi) vengono unite insieme, formando un unico nastro di pace da deporre accanto al Bambino Gesù.

#### Impegno concreto:

- Riconciliarsi con qualcuno, chiedendo o offrendo perdono.
- Partecipare insieme a un gesto comunitario di carità o preghiera.
- Portare la luce del Natale a una famiglia o persona sola.

## Ripetiamo nel cuore:

Gesù, rendimi strumento della Tua pace. Dove c'è odio, che io porti amore; dove c'è divisione, che io porti unità.

#### **CANTO FINALE**

"Dona la pace, Signore" – (RnS) oppure "Tu sei la mia pace", "Gloria in excelsis Deo".

#### BENEDIZIONE FINALE DELLA NOVENA

(Il celebrante o la guida può pronunciare con voce solenne, mentre tutte le candele vengono accese.)

Signore Gesù, Principe della Pace,

Ti consegniamo le nostre pietre e le nostre ferite.

Hai disarmato i nostri cuori, e ci hai donato la Tua luce.

Fa' che la Tua Pace, nata nella notte di Betlemme,

cresca in noi come seme di amore,

illumini le nostre case, e raggiunga il mondo intero

## Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.

(Segue un canto di gioia: "Gloria", "Notte di luce", o "In notte placida")

#### **CONCLUSIONE SIMBOLICA:**

Tutte le pietre vengono deposte ai piedi del presepe.

Le fasce di pace vengono unite in un unico nastro dorato.

Le nove candele brillano insieme: è la luce della Pace di Cristo, che disarma e unisce ogni cuore.



# CONCLUSIONE DELLA NOVENA DI NATALE

## DISARMA IL CUORE, ACCOGLI LA PACE

## Celebrazione finale di comunione e luce

#### 1. ACCENSIONE DELLE NOVE LUCI DELLA PACE

#### Colui che presiede (sacerdote, catechista o genitore) introduce:

In questi nove giorni abbiamo deposto le nostre pietre e acceso le nostre luci. Ogni candela è diventata segno di una rinascita interiore. Ora uniamo tutte le luci perché la Pace di Cristo illumini le nostre case, le nostre famiglie e la nostra comunità. **Si accendono le nove candele**, una dopo l'altra, pronunciando a voce alta il nome di ciascuna luce:

- 1. Luce della Certezza contro il dubbio
- 2. Luce dell'Ascolto contro il rumore
- 3. Luce della Disponibilità contro la chiusura
- 4. Luce dell'Umiltà contro l'orgoglio
- 5. Luce della Vicinanza contro l'indifferenza
- 6. Luce della Fiducia contro la paura
- 7. Luce del Dono contro l'egoismo
- 8. Luce della Gioia contro la stanchezza
- 9. Luce dell'Unità e della Pace contro il cuore chiuso

(Durante l'accensione si può cantare sommessamente "Luce del mondo, vieni Signore Gesù" o "Maranathà, vieni Signore Gesù.")

#### 2. IL GESTO DELLE PIETRE DEPOSTE

**Tutti i partecipanti** prendono le pietre utilizzate nei giorni della Novena - le Pietre degli Ostacoli - e le depongono ai piedi del presepe o davanti alla croce.

#### Colui che presiede:

Signore Gesù, queste pietre rappresentano le nostre paure, i nostri dubbi, le nostre chiusure. Le deponiamo davanti a Te, perché solo Tu puoi trasformare ciò che pesa in grazia, e ciò che ferisce in perdono.

Segue un momento di silenzio profondo, accompagnato da musica dolce o da un canto strumentale.

## 3. IL GESTO DELLE FASCE DELLA PACE

Si prendono le **fasce** o **nastri** scritti nei giorni precedenti (le Perle di Pace) e uno a uno vengono **legati insieme** in un'unica lunga fascia colorata.

## Colui che presiede:

Queste fasce rappresentano la Pace che abbiamo imparato a costruire giorno dopo giorno. Ora le uniamo, perché la nostra pace personale diventi Pace condivisa. Gesù, che sei nato per unire ciò che è diviso, rendi di nuovo uno il nostro cuore, la nostra famiglia, il nostro mondo.

(La fascia unita può essere avvolta intorno al presepe, alla candela centrale o posta ai piedi della mangiatoia.)

#### 4. TESTIMONIANZA COMUNITARIA O FAMILIARE

Si può leggere una testimonianza scelta tra quelle dei giorni precedenti, oppure qualcuno della comunità o della famiglia può condividere un'esperienza vissuta durante la Novena:

"In che modo questa Novena mi ha aiutato a disarmare il cuore?"

"Dove ho visto nascere un piccolo segno di pace?"

(Anche i bambini possono dire un pensiero o mostrare un gesto di pace).

#### 5. PREGHIERA FINALE DI RINGRAZIAMENTO

#### Colui che presiede:

Signore Gesù,

Tu sei la Pace che nasce dal silenzio, la Luce che brilla nelle nostre notti, la Gioia che non delude mai.

Ti ringraziamo per questo cammino che ci ha resi più liberi, più uniti, più veri.

Accogli le nostre fragilità come hai accolto la povertà della grotta,

e fa' che la Tua nascita continui ogni giorno nei gesti semplici dell'amore.

#### Tutti insieme:

"Gesù, Principe della Pace, fa' del nostro cuore la Tua culla. Amen."

Segue la recita comunitaria del Padre Nostro.

#### 6. CANTO DELLA PACE

Canti suggeriti per concludere in gioia e comunione:

- "Gloria in excelsis Deo"
- "È Natale"
- "La pace verrà"
- "Notte di luce"

(Durante il canto si possono distribuire piccole candele o nastrini bianchi come segno della pace portata nel mondo.)

#### 7. BENEDIZIONE CONCLUSIVA

Il Signore, che nasce nella povertà di Betlemme,

illumini le vostre notti e riscaldi i vostri cuori.

Vi doni la Pace che disarma, la tenerezza che consola

e la gioia che non finisce.

Nel nome del Padre, del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.

Segue un momento di silenzio adorante davanti al presepe.

(Si può concludere con il canto: "Venite adoriamo" o "Tu scendi dalle stelle".)

#### RIFLESSIONE FINALE

La Novena è finita, ma la Pace che è nata in noi deve continuare.

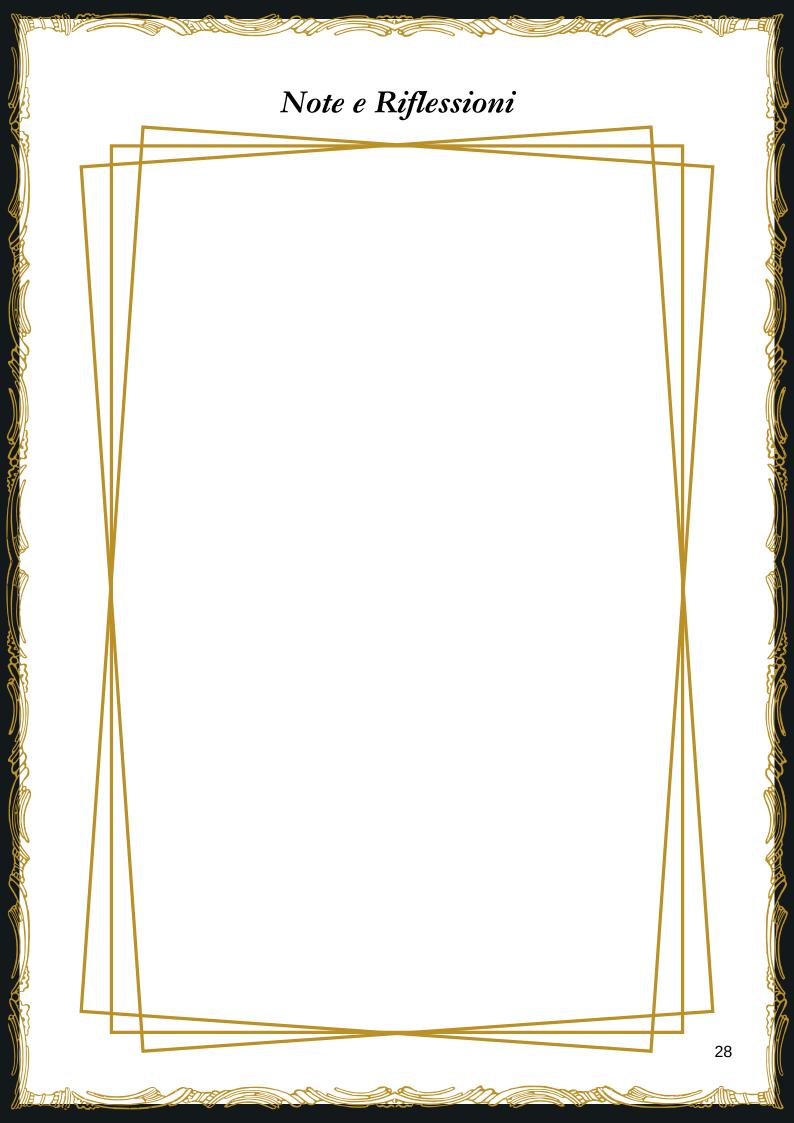
Non ci sono più pietre da deporre,

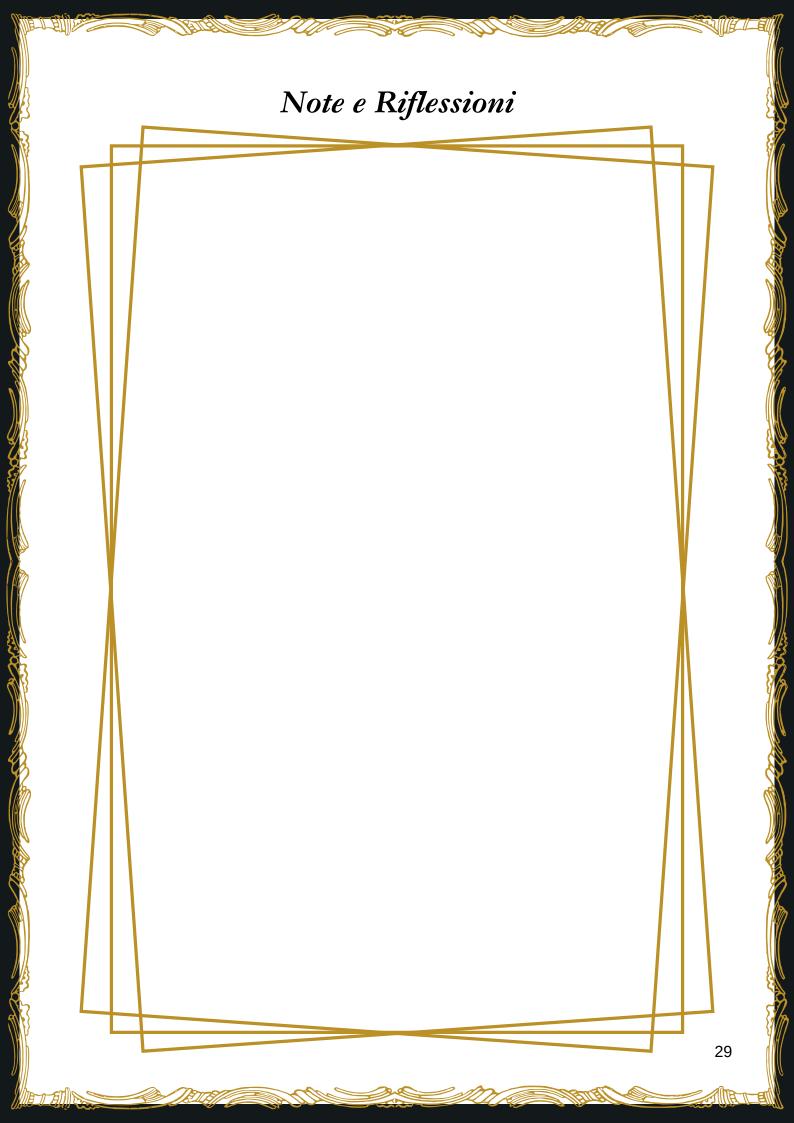
ma solo mani da aprire, cuori pronti ad accogliere e sorrisi da offrire.

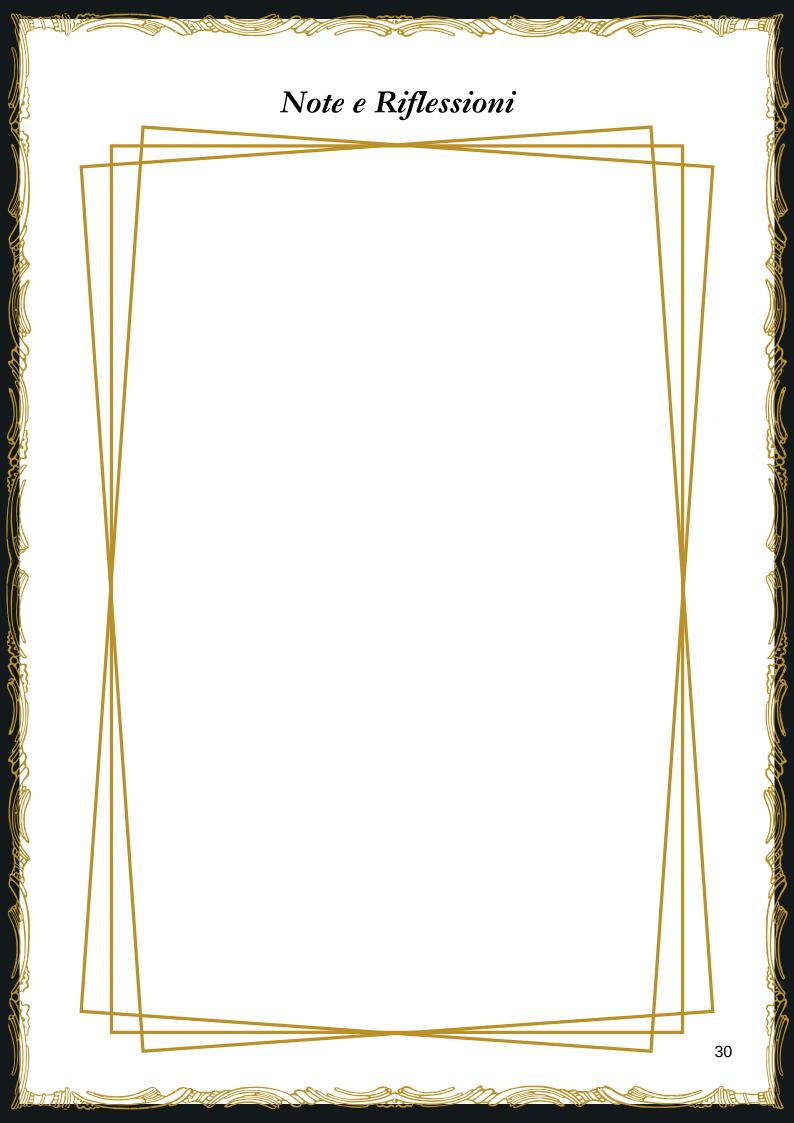
Disarmare il cuore è un cammino che dura tutta la vita.

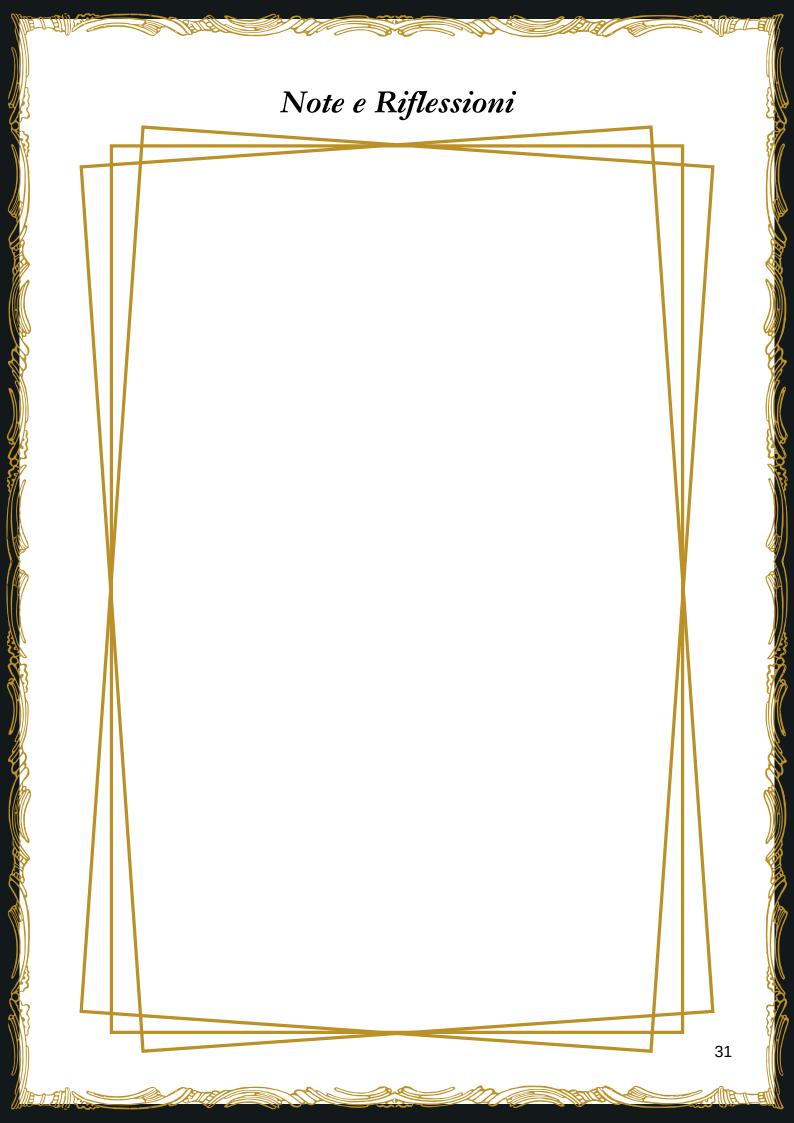
Ma ogni volta che scegliamo la tenerezza, la stella di Betlemme torna a brillare anche nel nostro cielo.

"Beati gli operatori di pace, perché saranno chiamati figli di Dio." (Mt 5,9)









# DISARMA IL CUORE PER LA TUA PACE

La tua pace è la nostra culla di Betlemme -Un percorso di disarmo interiore