



Festeggiare  
**il Natale**



Se vogliamo festeggiare  
il vero Natale,

contempliamo questo segno:  
la semplicità fragile  
di un piccolo neonato,

la mitezza del suo  
essere adagiato,  
il tenero affetto delle fasce  
che lo avvolgono.

**Lì sta Dio.**

Papa Francesco

## *È Natale, amici!*

Giunge anche quest'anno l'appuntamento con la memoria della nascita di Gesù a Betlemme. Si offrono, con tutto il loro carico di evocazioni, di richiami e di sentimenti diversi, i giorni desiderati, ma anche un po' temuti, in cui si ripropone la scelta fondamentale della fede cristiana.

Quante volte vorremmo poterci accontentare di riconfermare la nostra adesione a quei valori che, almeno teoricamente, tutti dicono di poter accettare: solidarietà, pace, giustizia, impegno per il superamento di tutti i pregiudizi e le esclusioni!

Il Bambino che Maria Santissima avvolge in fasce e depone sulla paglia di una mangiatoia per animali ci chiede invece una risposta personale ben più esigente, un movimento del cuore la cui mancanza non può essere contraffatta con delle dichiarazioni generiche o con gesti convenzionali.

Ciò che questo libretto offre è davvero un'inezia rispetto all'immensità del Mistero che vogliamo celebrare. Non vi rinunciamo, però, perché siamo convinti che è nella logica dell'Evento divino affidare alle cose meno spettacolari il compito di attirare l'attenzione sull'Essenziale, il Volto e il Nome che ci fanno vivere e, anche in questi momenti più difficili, accendono il cuore di umile speranza.

Buon Natale!

+ Valerio Lazzeri  
Vescovo di Lugano



## Dieci parole

*...trovarono Maria e Giuseppe  
e il Bambino giacente nella mangiatoia*

E' tutto. Questo presepio di dieci parole è dell'evangelista Luca che nemmeno lui lo vide, come non lo vide il suo maestro Paolo di Tarso: soltanto quei pastori notturni polverizzati nel nulla. Tre nomi, un arnese. Facciamolo anche noi così piccolo e vero il presepio. Leggiamo e rileggiamo queste dieci parole - come ci si curva su un diamante fino ad appannarlo col fiato. Sono tutto il nostro Natale: le ha scritte un medico di Antiochia, senza che la sua penna tremasse per la tentazione di dire di più.

(da "Volete andarvene anche noi" di Luigi Santucci)

## Fedeli a Betlemme

Ve - ni - te, fe - de - li, l'an - ge - lo ci in - vi - ta ve - ni - te, ve -

- ni - te a Be - tlem - me. Na - sce per no - i,

Cri - sto Sal - va - to - re. Ve - ni - te a - do - ria - mo, ve - ni - te a - do -

- ria - mo, ve - ni - te a - do - ria - mo il Si - gno - re Ge - sù.

2. L'angelico annunzio giunse ai pastori  
che all'umile culla accorsero  
con gioia in cuore anche noi corriamo.

Venite adoriamo, venite adoriamo,  
Venite adoriamo, il Signore Gesù.



## Vangelo di Natale

**I**n quei giorni un decreto di Cesare Augusto ordinò che si facesse il censimento di tutta la terra. Questo primo censimento fu fatto quando era governatore della Siria Quirinio. Andavano tutti a farsi registrare, ciascuno nella sua città.

Anche Giuseppe, che era della casa e della famiglia di Davide, dalla città di Nazaret e dalla Galilea salì in Giudea alla città di Davide, chiamata Betlemme, per farsi registrare insieme con Maria sua sposa, che era incinta.

Ora, mentre si trovavano in quel luogo, si compirono per lei i giorni del parto. Diede alla luce il suo figlio primogenito, lo avvolse in fasce e lo depose in una mangiatoia, perché non c'era posto per loro nell'albergo.



C'erano in quella regione alcuni pastori che vegliavano di notte facendo la guardia al loro gregge.

Un angelo del Signore si presentò davanti a loro e la gloria del Signore li avvolse di luce. Essi furono presi da grande spavento, ma l'angelo disse loro: "Non temete, ecco vi annunzio una grande gioia,

che sarà di tutto il popolo: oggi vi è nato nella città di Davide un salvatore, che è il Cristo Signore. Questo per voi il segno: troverete un bambino avvolto in fasce, che giace in una mangiatoia".

E subito apparve con l'angelo una moltitudine dell'esercito celeste che lodava Dio e diceva: "Gloria a Dio nel più alto dei cieli e pace in terra agli uomini che egli ama".

Vangelo secondo Luca 2,1-14



## Pensieri sul vangelo di Natale

**C**hi si accinge a fare il presepe crede che l'uomo possa anche cambiare, che sia capace di amore e pace. Chi si accinge a fare il presepe crede alla potenza della pace divina. Chi si accinge a fare il presepe crede di incontrare nel Bambinello la grandezza e la potenza di Dio.



A chi si chiede, a causa delle guerre e del terrorismo, come sia possibile celebrare ancora il Natale, noi dobbiamo rispondere: adesso più che mai dobbiamo celebrare il Natale! Tutti coloro che si trovano nelle zone di crisi del mondo hanno bisogno del presepe: la speranza che Dio arriverà anche oggi, che ci sarà vicino anche lì, nel fango della nostra vita.

Oggi più che mai il Natale deve essere celebrato. Dobbiamo esortarci l'un l'altro: non temete, perché Cristo, il Salvatore, è qui! Possiamo riraccontarci la storia, ricca di speranza, del presepe, la storia di Dio che è venuto al mondo in circostanze critiche, per indicarci il cammino verso la pace. Non dobbiamo permettere che parole di discordia e odio infanghino il nostro desiderio di vivere, ma al contrario possiamo presagire la pace del presepe.

## Astro del Ciel!

Capo I:  $\Delta$   $B$   $E7$   $F7$

1. Astro del ciel, Par-gol di - vin Mi-te A-gnel - lo  
2. Astro del ciel, Par-gol di - vin Mi-te A-gnel - lo  
3. Astro del ciel, Par-gol di - vin Mi-te A-gnel - lo

$B$   $Es$

1. Re - den - tor! Tu che i Va - ti da  
2. Re - den - tor! Tu di st - ir - pen  
3. Re - den - tor! Tu di - sc - eso |

$\Delta$   $B$   $Es$

1. lun - gi so - gnar, Tu che an - ge - li - che  
2. re - ga - le decor, Tu vir - gi - neo  
3. a scon - tare l'error, Tu sol na - to

$\Delta$   $B$   $F$   $B$

1. vo - ci nun - ziar, Lu - ce do - na alle gen - ti  
2. mi - st - ico fior, Lu - ce do - na alle gen - ti  
3. a par - la - re d'amor, Lu - ce do - na alle gen - ti

$E7$   $F7$   $\Delta$   $B$

1. Pa - ce in - fo - ndi nei cu - or!  
2. Pa - ce in - fo - ndi nei cu - or!  
3. Pa - ce in - fo - ndi nei cu - or!

T: Josef Mohr (1792–1848) 1816, M: Franz Xaver Gruber (1787–1863) 1818



*Natale significa per me ...*

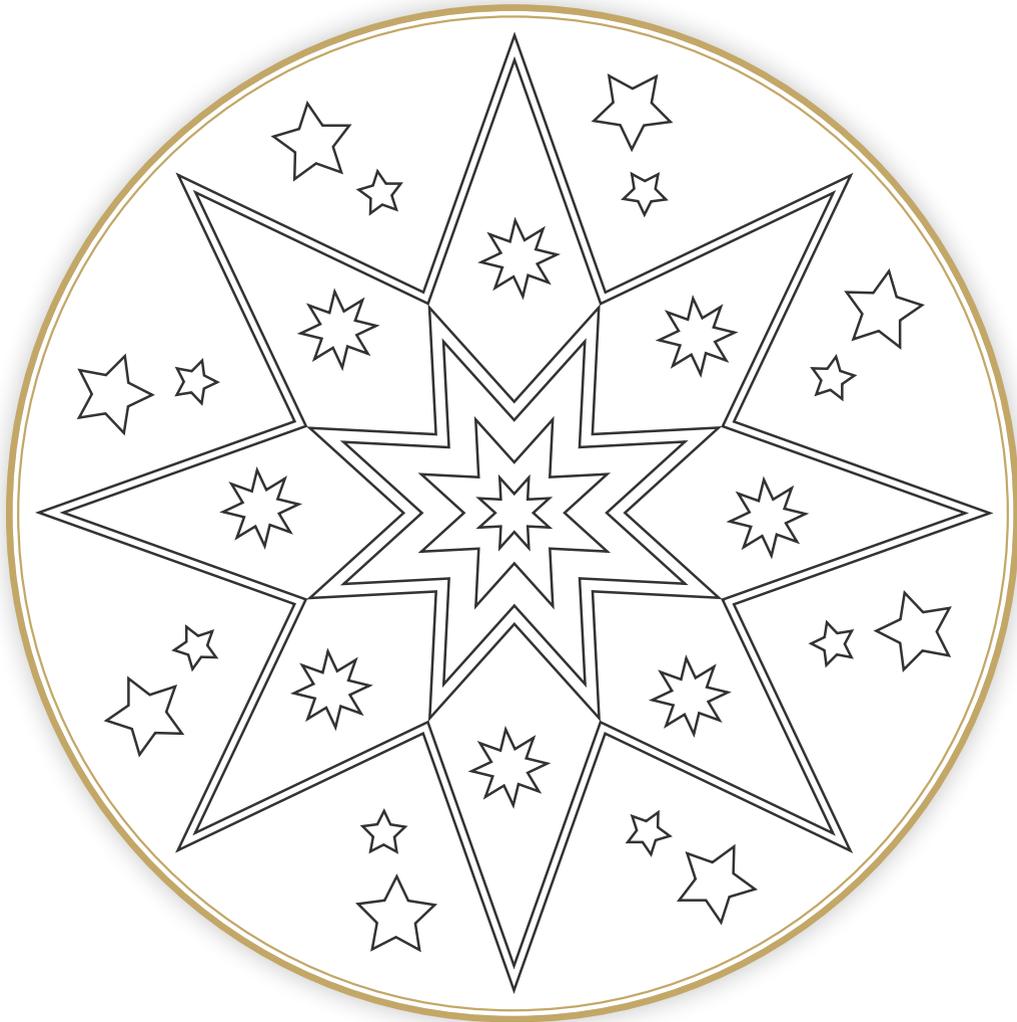
## *Padre nostro*

Padre nostro che sei nei cieli,  
sia santificato il tuo nome,  
venga il tuo regno,  
sia fatta la tua volontà  
come in cielo così in terra.

Dacci oggi il nostro pane quotidiano,  
e rimetti a noi i nostri debiti  
come anche noi li rimettiamo  
ai nostri debitori,  
e non abbandonarci alla tentazione,  
ma liberaci dal male.

**Amen.**

## Mandala di Natale da colorare



Al vedere la stella, essi provarono  
una grandissima gioia.

Vangelo secondo Matteo 2,10

## Tu Scendi Dalle Stelle

Tu scen-di dal-le stel-le o Re - del cie - - lo e

vie-ni in u-na grot-ta al fred-do al ge - - lo, e O - bam-

- bi-no mi-o di - vi-no i-o ti ve-do qui a tre - mar, o di-o be-a - -

to! Ah, quan-to ti co - sto l'a - ver - mi a-ma - to! ah! to!

The musical score is written in G major and 6/8 time. It consists of a vocal line and a piano accompaniment. The lyrics are in Italian and describe the birth of Jesus. The score includes various musical notations such as notes, rests, and dynamic markings.

2. A te, che sei del mondo il  
Creatore, mancano panni e  
fuoco, o mio Signore.  
Caro eletto pargoletto,  
quanto questa povertà più  
m'innamora, giacché ti fece  
amor povero ancora.

3. Tu lasci il bel gioir del divin  
seno, per giunger a penar  
su questo fieno. Dolce  
amore del mio core, dove  
amore ti trasportò? O Gesù  
mio, per ché tanto patir?  
per amor mio!

## Stelle di Natale



### I ingredienti

2 albumi	125 g di zucchero	100 g di nocciole
1 pizzico di sale	2 cucchiaini di	macinate
1 cucchiaio di	cannella	125 g di mandorle
succo di limone	1 goccia di es-	macinate
	tratto di vaniglia	

### Preparazione

#### Passo n° 1

Montare a neve l'albume unito al succo di limone e al sale e cospargere di zucchero. Continuare a montare il composto finché lo zucchero non si sarà sciolto. Prelevare 3 cucchiaini di albume montato a neve e metterli da parte. Aggiungere l'estratto di vaniglia al composto rimanente. Mescolare, in senso circolare, le nocciole, la cannella e le mandorle. Coprire l'impasto ottenuto e lasciarlo raffreddare per 2 ore.

#### Passo n° 2

Stendere l'impasto dandogli uno spessore di circa 2 cm. Preriscaldare il forno a 150 °C. Modellare l'impasto dandogli la forma di piccole stelle e posarle su una teglia coperta da carta forno. Aggiungere qualche goccia d'acqua all'albume montato a neve messo precedentemente da parte e mescolare. Ungere accuratamente le stelline con questo composto. Cuocere in forno per 15 minuti. Infine, lasciare raffreddare e poi servire o conservare i gustosi biscotti.

**Tempo di preparazione per le stelle di Natale:**

**20 minuti, più 2 ore per raffreddare**

**Tempo di cottura: 15 minuti**



### Se non ve la sentite di festeggiare il Natale...

Alcune persone anche a Natale si sentono abbandonate a loro stesse, sole, tristi o escluse dalla «comunità in festa».

Ci conforta sapere che il Natale non è una prerogativa di chi è fortunato e felice. Dio si fa uomo nella più intima oscurità della nostra vita. Spesso è utile esprimere le preoccupazioni e i bisogni che portiamo nel cuore.

[www.caritas-ticino.ch/unaiutoinsieme/](http://www.caritas-ticino.ch/unaiutoinsieme/)

(Caritas Ticino "Un aiuto insieme")

[www.uncuoreatreruote.ch/](http://www.uncuoreatreruote.ch/)

(dedicato al progetto di Don Emanuele di Marco)

[www.swissconverge.com/](http://www.swissconverge.com/) (dedicato alle persone che hanno visto cambiare la propria vita a causa del coronavirus)

[https://bag-coronavirus.ch/wp-content/uploads/2020/12/BAG\\_Plakat\\_CoVi\\_PsyGes\\_Hilfestellung\\_A3\\_297x420\\_co\\_i-1.pdf](https://bag-coronavirus.ch/wp-content/uploads/2020/12/BAG_Plakat_CoVi_PsyGes_Hilfestellung_A3_297x420_co_i-1.pdf)

(Offerte d'aiuto per la salute mentale)

### *Buon Natale!*

Altri suggerimenti per festeggiare il Natale a casa sono disponibili sul sito [www.lucetuttavia.ch](http://www.lucetuttavia.ch)

**Luce tuttavia**  
Natale si terrà.

#### Colofone:

Editrice: Segreteria generale della Conferenza dei vescovi svizzeri,  
rue des Alpes 6, CH-1701 Friburgo

*La benedizione di Dio  
sia con te*

 Che Dio ti doni  
la capacità di meravigliarti  
di fronte al miracolo della nascita  
nella stalla di Betlemme.

Che il Bambino nel presepe   
sani le tue ferite  
e ti indichi le vie  
verso la riconciliazione.

Che Dio sia al tuo fianco,  
ti faccia vivere  
la Sua vicinanza  
e ti avvolga  
con il Suo amore.

 Che la luce del Natale  
voglia illuminare  
sin nel profondo la tua vita,  
rischiando anche  
le ore più buie.

Dio  
che si è fatto uomo  
ti benedica  
e ti doni  
la Sua pace.



SCHWEIZER BISCHOFSKONFERENZ  
CONFÉRENCE DES ÉVÊQUES SUISSES  
CONFERENZA DEI VESCOVI SVIZZERI  
CONFERENZA DILS UESTGS SVIZZERS