

Custodi del dono di Dio

Arcidiocesi
di Genova

Guida per i catechisti



*Ufficio Catechistico
in collaborazione con
Ufficio Missionario e
Caritas Diocesana*

**Avvento
2013**

PREGHIERA A SAN GIUSEPPE

(composta dal Beato Giovanni Paolo II)

Cari catechisti,
eccoci all'ormai consueto appuntamento con il sussidio per il cammino di Avvento per i vostri ragazzi e la relativa guida dedicata a voi!

Il tema di quest'anno è "Custodi del dono di Dio" e il personaggio che ci accompagnerà è Giuseppe. Con questa figura di riferimento così importante per Gesù e per la famiglia di Nazareth, ci inseriamo perfettamente nel contesto dell'Anno della Famiglia indetto dal nostro Arcivescovo, il Card. Angelo Bagnasco. Giuseppe è colui che con grande disponibilità e umiltà ha dato a Gesù una famiglia, è il modello di ogni credente e ci insegna come vivere in famiglia: donandosi gratuitamente gli uni agli altri!

Come sempre quelle che trovate nel sussidio sono proposte, sta a voi adattarle alle esigenze dei vostri gruppi e dei vostri ragazzi, quindi... largo alla fantasia!

Il consiglio che vi diamo è quello di leggere prima tutto il testo, farlo "vostro", pregarci sopra e affidare tutto il cammino al Signore, perché illumini voi e i vostri ragazzi a vivere un Avvento davvero intenso e fecondo.

Auguriamo di vero cuore a voi e ai vostri ragazzi Buon Avvento!

L'Équipe Diocesana

*O caro San Giuseppe,
amico e protettore di tutti,
Custode di Gesù e di tutti quelli che invocano il tuo aiuto,
tu sei grande perché ottieni da Dio
tutto quello che gli uomini ti chiedono.
Ti prego di accogliere la mia preghiera:
veglia e custodisci tutte le famiglie
perché vivano l'armonia, l'unità, la fede, l'amore
che regnava nella Famiglia di Nazareth.
Guarda con tenerezza particolare le famiglie dei disoccupati,
dona a tutti un lavoro,
affinché con la loro opera creino un mondo migliore
e diano lode a Dio Creatore.
Ti affido la Chiesa,
in particolare il Papa, i Vescovi, i Sacerdoti e tutti i missionari
perché si sentano sostenuti dalla tua paternità.
Chi li può amare più di te, o caro San Giuseppe?
Proteggi tutte le persone consacrate
perché trovino nella tua obbedienza e adesione alla volontà di Dio,
l'esempio per vivere nel silenzio, nell'umiltà e nella missionarietà
la vita di unione con Dio
che le rende felici nel compimento della divina Volontà.
La gioia di sentirsi di Dio è così grande
che non ha paragoni;
solo in Dio si trova tutta la felicità.
San Giuseppe esaudisci la mia preghiera!
Amen.*

Sacra Famiglia (*Sir 3, 3-7.14-17a; Sal 127; Col 3,12-21; Mt 2,13-15.19-23*)

Spunti per la riflessione

È nato un bambino, vuole respirare la vita; invece intorno a Lui i re emanano morte. I re ordiscono e calcolano. È ancora un angelo che parla a Giuseppe e lo esorta a mettere in salvo il Bambino. Giuseppe è il modello di ogni credente e ci insegna ad essere l'uno dell'altro nella famiglia. Giuseppe rappresenta tutti coloro che agiscono in silenzio per custodire le vite con la propria vita. Concreti e sognatori, inermi eppure più forti di ogni faraone perché vivono con Dio, esistono per gli altri e sono così Vangelo della vita.

Epifania (*Is 60,1-6; Sal 71; Ef 3,2-3a.5-6; Mt 2,1-12*)

Spunti per la riflessione

L'Epifania è la festa della manifestazione del Signore. Questa solennità vuole sottolineare che Dio, nato per noi, ha voluto farsi conoscere. È la famiglia di Nazareth che si dona a tutte le famiglie, come modello di amore alla vita e di bontà. Noi come i Magi dobbiamo seguire la stella che ci porta a Gesù. I Magi scelgono la sua stella, non altre luci, solo quella stella che porta la vita. Vedere la stella di Gesù significa camminare, muoversi. Ma come? In questo cammino incontreremo tante persone, con il loro bagaglio di fatica e di speranza. Possiamo condividere così la nostra gioia.

Battesimo di Gesù (*Is 42,1-4.6-7; Sal 28; At 10,34-38; Mt 3,13-17*)

Spunti per la riflessione

La festa del Battesimo del Signore può essere considerata una seconda Epifania. Gesù si rivela a noi in tutta la sua umanità che è fonte della nostra salvezza. Gesù si presenta in fila davanti al Battista, come tutti. È davvero il Dio-con-noi che si immerge in noi, nel nostro limite e nella nostra fragilità. È davvero il Dio con noi, perché nessuno si senta così peccatore e così lontano da non poter essere raggiunto. Gesù ci chiede di imitarlo, offre esempi, testimonianze. Stare in fila per noi significa essere vicino ai malati, ai piccoli, ai poveri, uscire dalle nostre case e condividere pezzi di strada con altri, riempire la vita degli adolescenti e dei giovani con esperienze belle e significative. Anche noi abbiamo bisogno che, dopo essere stati in fila a condividere, il Padre ci guardi e ci dica: "Ecco il mio figlio, quello che amo: in te mi compiaccio". E questo non perché siamo stati bravi, ma perché abbiamo imitato Gesù. Il Suo Battesimo ci ricorda allora la nostra missione.

IL CONTENUTO DEL SUSSIDIO DEI RAGAZZI

Come sempre, il sussidio dei ragazzi è diviso nelle quattro domeniche di Avvento. Per ogni domenica troverete cinque pagine:

Nella prima pagina Giuseppe racconta la sua storia di adesione alla Volontà di Dio: a lui è davvero stato chiesto di "custodire il dono di Dio" in modo speciale! A fondo pagina i ragazzi troveranno sempre dei disegni da colorare.

Nella seconda pagina la Parola di Dio e una breve riflessione da suggerire ai ragazzi perché comprendano più facilmente il messaggio. C'è inoltre uno spazio in cui i ragazzi possono scrivere l'impegno che intendono assumersi per quella settimana.

Nella terza pagina, dedicata alla "parola del testimone", trovate episodi di vita vissuta nelle missioni, raccontati da Padre Filippo, missionario della SMA. In basso c'è sempre un simpatico "quiz" con domande inerenti all'Avvento o al tema della settimana.

La quarta pagina è quella della preghiera: in essa ci sono alcuni versetti di un Salmo, una preghiera e uno spazio libero, dove i ragazzi possono rivolgere una loro intenzione particolare a Gesù.

La quinta pagina, dal titolo "Impariamo giocando", è dedicata a giochi di vario genere (cruciverba, crucipuzzle, ...), tutti legati all'Avvento e al Natale, per un momento di svago "costruttivo".

Anche per il giorno di Natale si ripete lo stesso schema, mentre per il periodo compreso tra l'Epifania e il Battesimo di Gesù, trovate l'ultima parte della storia di Giuseppe e la pagina della preghiera.

Essendo in quei giorni interrotti gli incontri di catechismo, potete invitare i ragazzi a seguire il sussidio da casa insieme ai genitori e a recitare con loro la preghiera a San Giuseppe, che trovate nell'ultima pagina... potrebbe essere l'impegno da proporre per le "vacanze di Natale"!

Un'ultima cosa: nell'ambito della programmazione del vostro lavoro coi ragazzi, ricordatevi che quest'anno la seconda domenica di Avvento cade l'8 dicembre e coincide quindi con la solennità dell'Immacolata!

GESTO DA PROPORRE AI RAGAZZI: IL GRANDE PRESEPE TRIDIMENSIONALE

La proposta è quella di **costruire con i ragazzi un grande presepe a catechismo e/o la domenica in chiesa.**

Prendete un foglio di **carta da pacchi** marrone, apritelo e disegnatevi sopra una grande grotta; colorate di blu il cielo sopra la grotta; disegnate una grande **stella cometa** e scrivete al suo interno il tema dell'anno, "**Custodi del dono di Dio**".

Scaricate dal sito della diocesi le **figure dei vari personaggi a colori**, fotocopiatele in grande su cartoncino e ritagliatele (in alternativa, potete disegnarle a mano oppure fotocopiare quelle in bianco e nero che trovate nell'insero di questa guida a pag. 11-12 e colorarle). La grandezza di ogni figura potrebbe essere quella di un foglio A4.

A questo punto tagliate delle **piccole striscioline di cartoncino** e piegatele a fisarmonica. Queste striscioline vi serviranno per dare "volume" ai personaggi. Non devono essere molto lunghe altrimenti penzoleranno, diciamo circa 2 cm. Aiutandovi con lo scotch, attaccate un'estremità della striscia sul personaggio e l'altra sul foglio che rappresenta la grotta (sul sito trovate una foto esplicativa).

Ogni settimana verranno aggiunti al presepe i **vari personaggi** insieme alla **scritta** corrispondente al tema di quella domenica, secondo questo schema:

- Prima domenica: **Giuseppe** + il suo **banco da falegname** con gli attrezzi e la frase "**Tenetevi pronti**".
- Seconda domenica: **Maria** e la frase "**Rallegrati**".
- Terza domenica: la **mangiatoia vuota** + **l'asino e il bue** e la frase "**Un messaggio nuovo**".
- Quarta domenica: **l'angelo** e la frase "**Giuseppe e l'angelo**".
- Giorno di Natale: **Gesù Bambino**.

La frase può essere scritta su cartoncini a forma di banco da falegname (per mantenere il legame con la figura di Giuseppe), da attaccare di volta in volta sotto alla grotta o dove ritenete più opportuno (vedi es. pag.7-8).

S. Natale

Parola di Dio:

Messa della notte

Is 9, 1-6; Sal 95; Tt 2, 11-14; Lc 2, 1-14

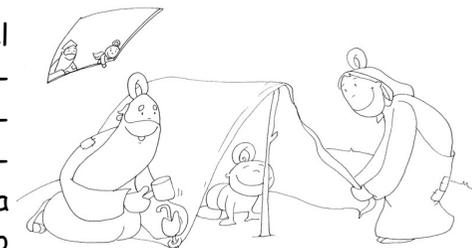
Messa del giorno

Is 52, 7-10; Sal 97; Eb 1, 1-6; Gv 1, 1-18

(forma breve Gv 1, 1-5.9-14)

Spunti per la riflessione

La storia divina si intreccia con la storia umana: si parla della vicenda di una semplice famiglia, quella di Giuseppe di Nazareth, che dalla Galilea sale alla città di Davide, Betlemme. Ed è qui che nasce Gesù. Ancora una volta è un Angelo del Signore che entra nella vita dell'uomo e la trasforma. I pastori, gente semplice e rude, sono dapprima spaventati, poi credono alle parole dell'Angelo e si recano alla grotta ad adorare Gesù. È grande la gioia dei pochi che vedono e contemplanano il miracolo della vita divina che si fa carne nel grembo della Vergine. Capiscono che sono davanti a un grande mistero. Anche noi mettiamoci in adorazione davanti a questo Bambino, per saper cogliere il messaggio di questo evento e ripartire come i pastori. Questo Bambino piccolo e impotente, quel Gesù che ha le fattezze del povero, del debole, del malato, del disoccupato e delle famiglie in difficoltà. È nostro compito allora portare a tutti il messaggio gioioso dell'Angelo insieme alla nostra comprensione e al nostro sostegno.



1. L'Angelo oggi parla anche a noi?
2. Riesco a entrare nelle situazioni degli altri?



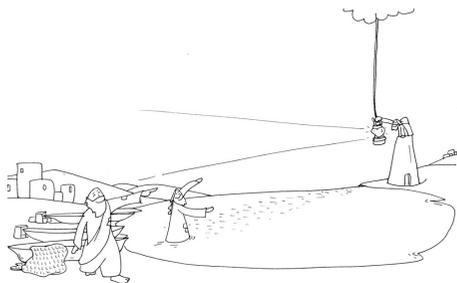
4ª Settimana di Avvento

Parola di Dio:

Is 7,10-14; Sal 23; Rm 1,1-7; Mt 1,18-24

Spunti per la riflessione

La vita di Dio incrocia sempre quella dell'uomo. Dio non ha mai rinunciato a venirci incontro, a parlare con noi, a proporre il suo cammino che deve diventare il nostro. È la storia di Giuseppe, l'uomo giusto: è la storia della sua chiamata. Dio lo chiama in modo inaspettato a essere custode di Maria e di Gesù. Nel sogno l'Angelo rivela a Giuseppe che per la nascita di Gesù occorre anche il suo "sì". È stupendo che la salvezza operata unicamente da Dio, per compiersi, abbia bisogno fortemente anche dell'aiuto degli uomini. Giuseppe si sveglia e quel sogno lo spinge a fare ciò che Dio gli ha suggerito: avere amorevole cura di Maria e dedicarsi all'educazione di Gesù diventandone custode. Noi diciamo di accogliere Dio nella nostra vita, ma nel momento in cui ci chiede qualcosa, quanto spazio gli diamo? Crediamo... ma fidarsi è fatica. Giuseppe è un uomo che pensa, che sa ascoltare Dio, che si lascia guidare dalla sua volontà e sa leggere con realismo gli avvenimenti, sempre attento a ciò che lo circonda per diventarne poi custode. Anche noi siamo chiamati, sull'esempio di Gesù, a diventare custodi della famiglia, dei bambini, degli anziani, dei più deboli e di tutto il creato.



1. Quanto la tua fede assomiglia a quella di Giuseppe?
2. Quanto ti senti custode della famiglia e di tutto ciò che ti circonda?

Per coinvolgere maggiormente i ragazzi, potete invitarli a offrire **ogni settimana un impegno** al Signore. Ai piedi del cartellone con il presepe, potete mettere un **cestino** in cui i ragazzi depositeranno ogni settimana il loro cartoncino con l'impegno (i cartoncini possono essere sempre a forma di **banco da falegname**: fotocopiate il disegno di pag. 7) oppure una vera e propria **"cassetta degli attrezzi"** e far scrivere l'impegno ai ragazzi su cartoncini a forma di **attrezzo**, oppure scatenate la vostra fantasia!!!

Per coinvolgere anche le **famiglie**, potete proporre ai ragazzi di realizzare anche a casa il presepe tridimensionale. In questo caso fotocopiate le istruzioni e i disegni dei vari personaggi in bianco e nero che trovate nell'insero staccabile contenuto in questa guida (pag. 9-12).

INDICAZIONI PER I CATECHISTI:

Nelle pagine seguenti, oltre all'**inserto sul presepe tridimensionale**, trovate **alcuni disegni** indicativi che possono servirvi come ispirazione per realizzare il presepe a catechismo o in chiesa.

Trovate inoltre i **riferimenti biblici delle letture** delle quattro domeniche di Avvento e delle solennità successive (Natale, Sacra Famiglia, Epifania e Battesimo di Gesù) insieme ad alcuni **spunti di riflessione**, che serviranno a farci vivere più in profondità l'Avvento, interrogandoci sul nostro essere "custodi" dei doni di Dio nelle nostre famiglie e nella vita quotidiana, alla stregua di Giuseppe.

La guida si conclude con una **preghiera a San Giuseppe**.

Nella pagina seguente, c'è una **tabella** che può esservi d'aiuto per organizzare l'animazione liturgica di ogni domenica.

Si suggerisce di *far animare la Messa ai ragazzi*, un gruppo alla volta, cercando di coinvolgerli nelle cose da preparare: innanzitutto il *completamento del pannello con il presepe tridimensionale* con i vari personaggi e *l'offerta dell'impegno di ogni ragazzo*, come da indicazioni precedenti; inoltre il servizio all'altare per i *chierichetti*, l'accensione dei *lumi della corona di avvento* per chi ritiene di prepararla, la *lettura delle preghiere dei fedeli*, la *processione offertoriale*, la *preghiera di ringraziamento dopo la comunione*.

SCHEMA PER L'ANIMAZIONE LITURGICA

	1a Domenica di Avvento	2a Domenica di Avvento	3a Domenica di Avvento	4a Domenica di Avvento
Prima della celebrazione	A catechismo o all'ingresso in chiesa prima della messa, consegnare ai ragazzi i cartoncini a forma di banco da falegname (o di attrezzo) che deporranno nel cestino posto sul tavolino dell'offertorio, con scritti i loro impegni della settimana.			
Introduzione				
Canto d'ingresso				
Atto penitenziale				
Prima della Liturgia della Parola:	Accensione della Candela d'Avvento (eseguire un canto adatto). Applicare il personaggio del giorno e la scritta nel presepe, secondo lo schema di pag. 4 (vedi esempio a pag. 8).			
Lecture	<i>Adulti e giovani</i>	<i>Adulti e giovani</i>	<i>Adulti e giovani</i>	<i>Adulti e giovani</i>
Preghiere dei fedeli	Adulti Catechisti Educatori Ragazzi	Adulti Catechisti Educatori Ragazzi	Adulti Catechisti Educatori Ragazzi	Adulti Catechisti Educatori Ragazzi
Presentazione delle offerte: calice, ampolline e cestino con i banchi da falegname (o attrezzi).	Bambini e ragazzi Gruppo	Bambini e ragazzi Gruppo	Bambini e ragazzi Gruppo	Bambini e ragazzi Gruppo
Ringraziamento dopo la comunione	Ragazzo/a	Ragazzo/a	Ragazzo/a	Ragazzo/a
Note				



3ª Settimana di Avvento

Parola di Dio:
Is 35,1-6a.8a.10; Sal 145; Gc 5,7-10;
Mt 11,2-11

Spunti per la riflessione

Giovanni è uno che sta pagando per quanto ha denunciato durante la sua predicazione. La fedeltà a Dio è un carcere, dove sente che la sua fede è messa alla prova, è sacrificio e sofferenza che interroga la vita, se stesso e Gesù. Il Battista ha annunciato un Messia e ora interroga Gesù. Ci sembra che il Vangelo di oggi ci inviti a essere dei cristiani che si interrogano su Dio e su come Dio interviene nella nostra storia. La risposta che arriva dal carcere da parte di Gesù è profetica e illuminante. Dio dona... ciò che ci serve, interviene in tutte le situazioni. Le Parole di Gesù a Giovanni ci aprono a una nuova visione della vita, ci prospettano un programma ben definito: essere custodi di chi ci sta vicino, dei poveri, dei sofferenti, degli emarginati, degli ultimi. Nel prepararci a questo Natale degli uomini, cerchiamo di cambiare il nostro cuore per essere sempre più disponibili verso tutti ed accorgerci di quanti intorno a noi si aspettano qualcosa.



1. Siamo cristiani che si interrogano o che preferiscono vivere tranquilli?
2. Quanto ci sentiamo custodi di tutti?



2ª Settimana di Avvento e Immacolata Concezione

Parola di Dio:

Gen 3,9-15.20; Sal 97; Rm 15,4-9; Lc 1,26-38

N.B. La seconda lettura è quella della II domenica di Avvento, le altre sono quelle proprie dell'Immacolata.

Spunti per la riflessione

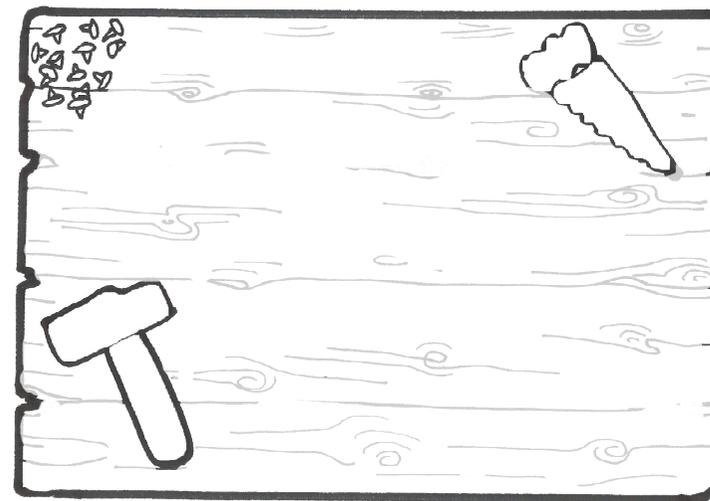
La festa dell'Immacolata vissuta nell'Avvento ci fa capire come accogliere Gesù che cambia la nostra vita. È fermarci a guardare Maria che, visitata dall'Angelo, si prepara a dire quel suo "sì" che ha permesso a Dio, nella persona di Suo Figlio, di entrare nella storia umana per cambiarla totalmente. Dio si fa uomo nella semplicità di una casa qualunque, resa grande e bella perché scelta da Dio. Il suo "sì", l'"eccomi" che rende Maria totalmente nuova, ci fa guardare al futuro con gioia e speranza. Dobbiamo rallegrarci per quanto avvenuto per mezzo suo, perché la nostra vita è cambiata, si è fatta nuova. Questo è il Natale: Dio che si fa storia tra di noi, che irrompe nel tempo, ma chiede il permesso, sta alla porta e bussa, attende una risposta come dono. Anche noi, come Maria, dobbiamo lasciare entrare il Signore, dire ogni giorno il nostro "eccomi", che significa non dimenticarci di chi soffre, di chi ha bisogno di una parola, di amicizia, di una telefonata, di una attenzione, di una preghiera. Come Maria dobbiamo essere custodi della Parola di Dio e di ogni fratello.



1. Quali sono i miei "eccomi" nella vita di ogni giorno?
2. Riesco ad essere custode dei doni di Dio?



↑ "Banchi da falegname" da ingrandire e attaccare di volta in volta sotto al presepe. ↑



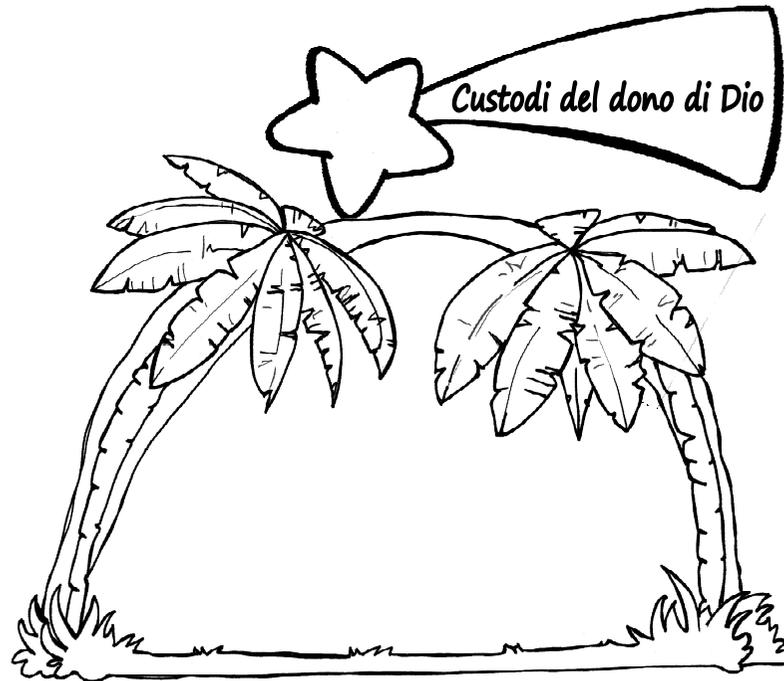
← "Banco da falegname" da fotocopiare e consegnare ai ragazzi, perché possano scrivere il loro impegno della settimana. In alternativa, realizzare dei cartoncini a forma di vari attrezzi.



1° Settimana di Avvento

Parola di Dio:

Is 2,1-5; Sal 121; Rm 13,11-14a; Mt 24,37-44



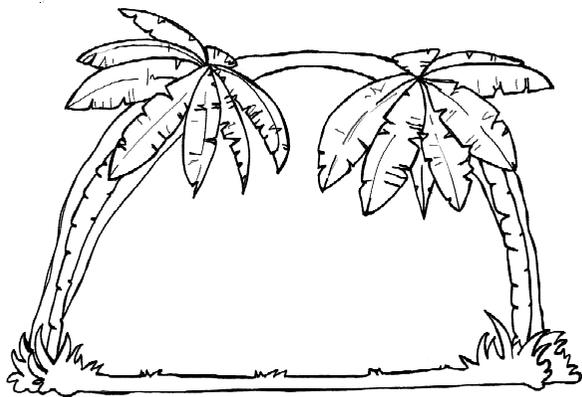
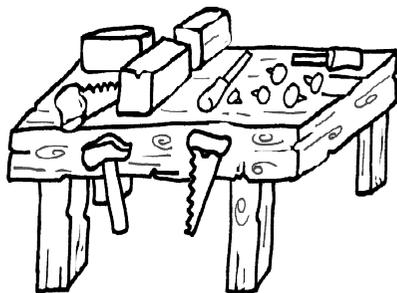
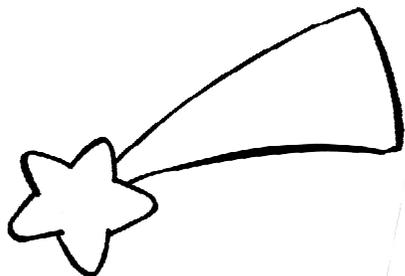
Prototipo del presepe,
a cui aggiungere di volta in volta i personaggi secondo lo schema di pag. 4
ed esempio di come applicare le frasi delle varie domeniche.

Spunti per la riflessione

Con questa domenica incomincia il tempo di Avvento. Un Avvento da vivere in un modo nuovo. Ci accompagna il Vangelo di Matteo, che ci fa capire che Gesù parla per ognuno di noi, per le nostre famiglie e per tutto il mondo. Gesù si presenta come Maestro: spiega, racconta, rassicura ma anche esorta: "Vegliate... state pronti". Siamo in un momento in cui la mentalità comune tende a valorizzare quello che è esteriore e a non scendere in profondità per leggere i segni di ciò che avviene, per accorgerci della presenza di Gesù in quello che accade intorno a noi. La sicurezza della vita non sta in quello che abbiamo e allora chiediamoci come noi attendiamo il Signore. Ci accorgiamo allora che la nostra vita riacquista significato in ragione della Sua venuta, che non è solo una venuta storica. Noi attendiamo il suo ritorno, oggi, a casa nostra, nelle pieghe del lavoro che va male, o che non c'è, nelle vicende del mondo, in tutte le famiglie. Gesù ci ricorda che la sua venuta è l'unica ad offrire significato e a dare un senso alla nostra vita di ogni giorno. Allora è il momento di svegliarci dal sonno per essere pronti ad accogliere Gesù nelle situazioni quotidiane. Lui viene, sta a noi vigilare per incontrarlo e non lasciarci portare via il tesoro che abbiamo nel cuore.



1. Come attendiamo la venuta di Gesù nella nostra famiglia?
2. Ci aiutiamo, genitori e figli, ad essere custodi dei doni che Dio ci dà ogni giorno?



Inserto staccabile da fotocopiare e consegnare ai ragazzi

Costruisci a casa tua il grande presepe tridimensionale!

Materiale:

- Foglio di carta da pacchi (marrone)
- Cartoncini bianchi (meglio formato A4)
- Cartoncino giallo 50x70
- Matita da disegno
- Colori da disegno a piacere (matite colorate, tempere o pennarelli)
- Pennarello nero punta grande
- Colla in stick
- Gomma adesiva removibile
- Spago
- Scotch

Altro (facoltativo):

- stelline che brillano al buio
- colori con brillantini

Prendete il foglio di carta da pacchi e apritelo.

Disegnate sopra a matita il perimetro della vostra grotta. Quando sarete sicuri del risultato potrete ripassarla col pennarello nero. Colorate poi il cielo fuori dalla grotta di blu molto scuro.

Cercate una parete libera dove attaccarlo (chiedete prima ai vostri genitori!).

Vi raccomando di usare della gomma adesiva removibile al posto della colla perché non intacca il muro e si può staccare e riattaccare quante volte volete!

Se siete bravi a disegnare potete copiare i personaggi che sono riportati in queste pagine, ognuno in un cartoncino bianco formato A4.

Se siete più bravi col computer vi consiglio di scannerizzare i disegni e stamparli (sempre su cartoncini bianchi formato A4).

Consiglio: per Gesù bambino, colorate solo il personaggio. Usate del cartoncino giallo per la mangiatoia e incollate solo questa nella grotta. La notte di Natale potrete incollare Gesù Bambino appena nato.

Quando avrete tutti i personaggi (Giuseppe, Maria, Gesù Bambino, L'Angelo, la mangiatoia e gli animali) colorateli a vostro piacimento. Infine ritagliateli con cura.

A questo punto tagliate delle piccole striscioline di cartoncino e piegatele a fisarmonica.

Queste striscioline vi serviranno per dare "volume" ai personaggi. Non devono essere molto lunghe altrimenti penzoleranno, diciamo circa 2 cm. Aiutandovi con lo scotch, attaccate una estremità della striscia sul personaggio e l'altra sul foglio che rappresenta la grotta. Fate lo stesso lavoro per tutti i personaggi.

Prendete il cartoncino giallo grosso e disegnate una bellissima stella cometa (potete anche incollare dei brillantini, se li avete). Prendete lo spago e incollatelo (con lo scotch) nella parte posteriore alle 2 estremità della stella. Infine con un pezzetto di scotch anche nella parte alta del foglio da pacchi (non sul muro!) Così la stella arriverà dall'alto!

Dagli avanzi del cartoncino giallo ritagliate delle stelline che attaccherete qua e là nel cielo. Se le avete, aggiungete le stelline che brillano al buio. Se volete, potete disegnare tante palme da mettere intorno alla grotta.

Queste sono solo indicazioni. Potete completare il vostro presepe anche con altri personaggi (se avete una parete abbastanza grande potete anche usare 2 fogli di carta), come ad esempio i Re Magi che arrivano da lontano e con la gomma adesiva removibile potete farli avvicinare sempre più alla grotta.

