

## MI RIPOSO IN TE

Proposta quotidiana di preghiera  
per genitori e figli



### Vieni Gesù, Principe della pace

(cfr. Is 9,5)

Facciamo un salto indietro, giusti 800 anni fa e "ci rechiamo con la mente a Greccio, nella Valle Reatina, dove San Francesco si fermò venendo probabilmente da Roma (...). Dopo il suo viaggio in Terra Santa, quelle grotte gli ricordavano in modo particolare il paesaggio di Betlemme. (...) Quindici giorni prima di Natale, Francesco chiamò un uomo del posto, di nome Giovanni, e lo pregò di aiutarlo nell'attuare un desiderio: «Vorrei rappresentare il Bambino nato a Betlemme, e in qualche modo vedere con gli occhi del corpo i disagi in cui si è trovato per la mancanza delle cose necessarie a un neonato, come fu adagiato in una greppia e come giaceva sul fieno tra il bue e l'asinello». (...) È così che nasce la nostra tradizione: tutti attorno alla grotta e ricolmi di gioia, senza più alcuna distanza tra l'evento che si compie e quanti diventano partecipi del mistero (Francesco, *Admirabile signum*, 5). Sostiamo davanti al presepio e continuiamo a vivere dei momenti di preghiera nel tempo di Natale e inizieremo insieme la Settimana di preghiera per l'unità dei cristiani che ogni anno si celebra dal 18 al 25 gennaio.

**Dialogo all'inizio della preghiera** (per ogni sera)  
**G** Nel nome del Padre e del figlio e dello Spirito Santo.  
**T** Amen.

**Benedizione finale** (per ogni sera)  
**G** Dio ci riempia di gioia e speranza nella fede. La pace di Cristo regni nei nostri cuori. Lo Spirito Santo ci dia l'abbondanza dei suoi doni.  
**T** Amen.

**Dialogo all'inizio della preghiera** (per ogni sera)

**G** Nel nome del Padre e del figlio e dello Spirito Santo.

**T** Amen.

**Benedizione finale** (per ogni sera)

**G** Dio ci riempia di gioia e speranza nella fede. La pace di Cristo regni nei nostri cuori. Lo Spirito Santo ci dia l'abbondanza dei suoi doni.

**T** Amen.

**Legenda:** G-Genitore / T-Tutti / F-Figli/Fratelli / L-Lettore

### Accendiamo la quarta candela

**G** Accogliamo l'invito a dire "eccomi" come Maria, nel giorno dell'Annunciazione, nel suo fare spazio alla venuta del "principe della pace". Rendiamoci disponibili ad accogliere il Signore che viene in mezzo a noi.

### Un piccolo segno

Durante il momento di preghiera oppure prima o dopo, tenendo conto dei tempi famigliari, possiamo scrivere, disegnare, ritagliare, comporre (spazio alla fantasia!) la lettera "E", ultima lettera di "pace". Possa questa parola essere l'augurio che ci scambiamo in queste feste, che desideriamo per ogni angolo della terra e dei nostri cuori.

### Dall'antifona alla comunione

**F** Ecco, la Vergine concepirà e darà alla luce un Figlio:

**T** lo chiamerà Emmanuele, Dio con noi. (Cf. Is 7,14)

### Ascoltiamo (Lc 1,35-38)

**L** L'angelo disse a Maria: "Lo Spirito Santo verrà su di te, l'Onnipotente Dio, come una nube, ti avvolgerà. Per questo il bambino che avrai sarà santo, Figlio di Dio. Vedi: anche Elisabetta, tua parente, alla sua età aspetta un figlio. Tutti pensavano che non potesse avere bambini, eppure è già al sesto mese. Nulla è impossibile a Dio!" Allora Maria disse: "Eccomi, sono la serva del Signore. Dio faccia con me come tu hai detto". Poi l'angelo la lasciò.

**T** Padre nostro...

## Domenica 24 dicembre - Natale del Signore

**G** Sollevate, o porte, i vostri frontali, alzatevi, soglie antiche,

**T** ed entri il re della gloria. (Cf. Sal 23,7)



### Condividiamo

Ascoltiamo e guardiamo insieme il Vangelo di oggi:

[www.bit.ly/quarta-domenica](http://www.bit.ly/quarta-domenica)

[www.bit.ly/vangelo-natale](http://www.bit.ly/vangelo-natale)

Ciascuno può raccontare un pensiero bello ascoltato o visto durante l'Eucaristia.

### Facciamo il presepe ponendo la statua di "Gesù"

**G** Sono Gesù. Eccomi finalmente qui. Sono il piccolo di Betlemme. Il mio papà dice che avrebbe voluto farmi una bella culla e che gli dispiace che il mio primo letto sia una mangiatoia per gli animali. Eppure, si sta così bene qui, al caldo dell'affetto della mia mamma, del mio papà e di tante persone che accorrono a salutarci. Questa stalla mi sembra una reggia. Ed è così: dove c'è amore si sta bene. Mi piace stare in una mangiatoia. Vorrei essere cibo per il mondo, per tutti. Sono nato per questo. Ve lo immaginate come sorride Dio? Tanti lo temono, qualcuno lo pensa lontano o potente ed invece eccomi qui a mostrarvi il suo volto d'amore tenero.

### Un passo nella vita

Si pone nel presepio la parola "PACE" realizzata nelle settimane di attesa e in silenzio, ognuno contempla "Gesù, principe della pace".

### Invochiamo

**G** Tu ci sorprende sempre, Signore:

**T** ti sei fatto povero e debole, ti sei fatto bambino.

**G** Hai abbandonato la tua forza e grandezza per farti vicino a ognuno di noi.

## Giovedì 28 dicembre - Santi Innocenti

**L** Nel presepe "rappresentiamo il contesto del cielo stellato nel buio e nel silenzio della notte. Non è solo per fedeltà ai racconti evangelici che lo facciamo così, ma anche per il significato che possiede. Pensiamo a quante volte la notte circonda la nostra vita. Ebbene, anche in quei momenti, Dio non ci lascia soli, ma si fa presente per rispondere alle domande decisive che riguardano il senso della nostra esistenza: chi sono io? Da dove vengo? Perché sono nato in questo tempo? Perché amo? Perché soffro? Perché morirò? Per dare una risposta a questi interrogativi Dio si è fatto uomo. La sua vicinanza porta luce dove c'è il buio e rischiara quanti attraversano le tenebre della sofferenza (cf. Lc 1,79)". (Francesco, *Admirabile signum* [ASI], 5)

Terminata la lettura, un genitore invita la famiglia a dire ad alta voce le situazioni di guerra che sanno esserci nel mondo. Poi invita alla preghiera:

### Invochiamo

**T** Dio della pace, ascoltaci!

**G** Libera il mondo dalla violenza e dalla guerra.

- Insegnaci a costruire un mondo nuovo.
- Accogli fra le tue braccia i bambini uccisi e maltrattati.
- Asciuga le lacrime delle loro mamme e dei loro papà.
- Perdona quanti hanno le mani sporche di sangue.
- Insegnaci l'amore e il rispetto verso tutti.

**L** "Poco alla volta il presepe ci conduce alla grotta, dove troviamo le statuine di Maria e di Giuseppe. Maria è una mamma che contempla il suo bambino e lo mostra a quanti vengono a visitarlo. La sua statuetta fa pensare al grande mistero che ha coinvolto questa ragazza quando Dio ha bussato alla porta del suo cuore (...). Accanto a Maria, in atteggiamento di proteggere il Bambino e la sua mamma, c'è San Giuseppe. In genere è raffigurato con il bastone in mano, e a volte anche mentre regge una lampada. San Giuseppe svolge un ruolo molto importante nella vita di Gesù e di Maria. Lui è il custode che non si stanca mai di proteggere la sua famiglia. Quando Dio lo avvertirà della minaccia di Erode, non esiterà a mettersi in viaggio ed emigrare in Egitto (cf. Mt 2,13-15). E una volta passato il pericolo, riporterà la famiglia a Nazareth, dove sarà il primo educatore di Gesù fanciullo e adolescente". (Francesco, AS, 5).

### **Invochiamo**

**G** "Giuseppe portava nel cuore il grande mistero che avvolgeva Gesù e Maria sua sposa": anche la nostra famiglia custodisce la presenza di Gesù. Diciamo insieme:

#### **Apri i nostri occhi, Signore.**

- Sei la casa che ci offre riparo.
- Sei la mano che ci custodisce.
- Sei il pane che nutre la nostra vita.
- Sei l'amore che c'è tra di noi.
- Sei il Presente 365 giorni all'anno.
- Sei la porta che ci chiama ad uscire.
- Sei la luce che ci apre la strada.
- Sei la vita che abita il mondo.

## **Sabato 6 gennaio - Epifania**

*Si depongono le statuette dei Magi nel presepe cantando:*

**T Gloria, in excelsis Deo! (2 v.)**

**L** I Magi insegnano che si può partire da molto lontano per raggiungere Cristo. Sono uomini ricchi, stranieri sapienti, assetati d'infinito, che partono per un lungo e pericoloso viaggio che li porta fino a Betlemme. Davanti al Re Bambino li pervade una gioia grande. Non si lasciano scandalizzare dalla povertà dell'ambiente; non esitano a mettersi in ginocchio. Davanti a Lui comprendono che Dio, come regola con sovrana sapienza il corso degli astri, così guida il corso della storia, abbassando i potenti ed esaltando gli umili. Certamente, tornati nel loro Paese, avranno raccontato questo incontro, inaugurando il viaggio del Vangelo tra le genti". (cfr. Francesco, AS, 5).

**G** Come amano fare tanti cristiani nel mondo, invochiamo anche noi la benedizione del Signore sulla nostra casa. Con un gessetto andiamo all'esterno della porta di casa e scriviamo sullo stipite il numero dell'anno in corso e le iniziali dei nomi dei Magi che, secondo la tradizione, erano tre: 20+G+M+B+24

*Quindi tutti pregano per conto proprio il Padre nostro fino alle parole conclusive che si pregano a voci alterne:*

**G** E non abbandonarci alla tentazione.

**T Ma liberaci dal male.**

**G** Tutti quelli di Saba verranno.

**T E porteranno incenso e oro.**

**G** Signore, ascolta la mia preghiera.

**T E il mio grido giunga fino a te.**

**G** I Magi hanno seguito la stella del Figlio di Dio che si è fatto uomo 2023 anni fa. Il Signore benedica questa casa e ci accompagni in questo nuovo anno. **T Amen.**

- La famiglia può scegliere di portare questa benedizione anche ai vicini di casa o ai parenti.
- Nei giorni precedenti si può chiedere al proprio parroco la benedizione sul gessetto da utilizzare.

**G** Oggi il Signore mette nelle nostre mani un tempo nuovo: Dio abbia pietà di noi e ci benedica!

**F Sappia la terra come egli ci guida.**

**T Ti lodino i popoli, o Dio. Ti lodino i popoli tutti!**

**L** "La nascita di un bambino suscita gioia e stupore, perché pone dinanzi al grande mistero della vita. Il presepe ci fa vedere, ci fa toccare questo evento unico e straordinario che ha cambiato il corso della storia, e a partire dal quale anche si ordina la numerazione degli anni, prima e dopo la nascita di Cristo". (Francesco, AS, 5)

**G** All'inizio di questo nuovo anno affidiamo al Signore tutta la Chiesa, in particolare gli ultimi passi del Sinodo della nostra diocesi di Padova e la riflessione sulla collaborazione tra le parrocchie.

### **Il Sinodo in famiglia - Breve condivisione**

*Ci raccontiamo qualche momento forte e significativo vissuto in parrocchia e proviamo a pensare ad un gesto concreto da compiere per renderla ancora più bella.*

### **Invochiamo con le parole dell'Inno del Sinodo**

**G** Tu, o Maria, ci inviti all'ascolto. Chiedi per noi a Cristo il dono. Fa' che attingiamo al calice colmo per dissetare il nostro deserto:

**T Fate quello che dirà, fate quello che dirà, fate quello che dirà in ogni cosa!**

## **Domenica 7 gennaio - Battesimo di Gesù**

**G** Oggi nel Vangelo Gesù è il Figlio amato di Dio: «Tu sei il Figlio mio, che io amo. Io ti ho mandato» (Mc 1,11).

**F** Nel giorno del nostro Battesimo anche noi siamo diventati figli di Dio.

### **Condividiamo**

*Ciascuno può raccontare un pensiero bello frutto dell'ascolto del Vangelo durante l'Eucaristia.*

### **Ci impegniamo nella carità**

**G** Riprendono tanti impegni e lungo i giorni potremmo scordarci che siamo figli di Dio e fratelli: quando arriveranno momenti difficili o faremo fatica a voler bene, ritorniamo con il cuore a Dio che è nostro Padre.

**T Padre nostro...**

## **Giovedì 18 gennaio**

*Inizio della Settimana di preghiera per l'unità dei cristiani*

### **Ascoltiamo**

Prendiamo il Vangelo posto nell'Angolo Bello e leggiamo il brano biblico di Giovanni (Gv 17,20-21)

 **Uniti in preghiera, ascoltiamo questa canzone:**  
**INSIEME di Lorenzo Baglioni** (Feat. Piccolo Coro Antoniano)

Questo brano è capace di mettere luce nei nostri pensieri e aiutarci a parlare dell'importanza di fare squadra in questi tempi difficili per non chiuderci nello spazio ristretto delle nostre paure e divisioni. Questa canzone ha il potere di suscitare un'incredibile voglia di futuro e aiutare le persone a diventare migliori. Come dice la canzone stessa, è tempo di "Insieme" perché "l'insieme è maggiore della somma delle parti!". Insieme a Dio, insieme ai fratelli!

[www.bit.ly/insieme-baglioni](http://www.bit.ly/insieme-baglioni)

**T Padre nostro...**