



## PREGARE IN FAMIGLIA

Questo sussidio propone alcuni schemi di preghiera da vivere in famiglia, per introdurre i suoi componenti alla celebrazione dell'Eucaristia come fonte dell'amore condiviso e anima del vivere quotidiano. Con un ritmo liturgico semplice e sobrio, la famiglia è invitata a scoprire «la centralità insostituibile dell'Eucaristia, come esperienza che ci porta ogni volta al centro della fede, facendoci incontrare realmente Dio nel Corpo e nel Sangue, donati nel sacramento e nella comunità ecclesiale» (COMITATO PER I CONGRESSI EUCARISTICI NAZIONALI, *L'Eucaristia sorgente della Missione: «Nella tua Misericordia a tutti sei venuto incontro»*, pp. 16-17).

La preghiera prevede: l'accensione di un cero, il segno della croce, una breve introduzione, la preghiera di un salmo, il *Padre nostro* e un'orazione conclusiva.

Si suggerisce di adibire, se possibile, un luogo idoneo della casa, dove porre una Bibbia aperta, un piccolo cero e un crocifisso, o eventualmente un'icona mariana o della Santa Famiglia, segni attorno ai quali la famiglia può riunirsi per pregare.

### **Eucaristia: esperienza della misericordia e del perdono**

Uno dei genitori, dopo aver acceso il cero, introduce alla preghiera con il segno della croce.  
Dopo un momento di silenzio, prega dicendo:

Signore, concedici la grazia di sentire sempre il calore del tuo amore,  
che ci unisce e che ci insegna il perdono reciproco.

Per avviare la preghiera del Salmo si può recitare il v. 1:

«Rendete grazie al Signore perché è buono,  
perché il suo amore è per sempre».

*Dal Salmo 118 (117)*

È meglio rifugiarsi nel Signore  
che fidare nell'uomo.  
È meglio rifugiarsi nel Signore  
che fidare nei potenti.

Mia forza e mio canto è il Signore,  
egli è stato la mia salvezza.

Sei tu il mio Dio e ti rendo grazie,  
sei il mio Dio e ti esalto.  
Rendete grazie al Signore perché è buono,  
perché il suo amore è per sempre.

Al termine, una pausa di silenzio. Poi si recita il **Padre nostro**.

Orazione conclusiva:

Signore Dio nostro,  
tu sei un Padre pieno di misericordia:  
nella vita di Gesù, tuo Figlio, ci hai rivelato la bellezza del tuo amore per ognuno di noi.  
Ti preghiamo:  
il Mistero della Pasqua, che celebriamo nell'Eucaristia,  
ci faccia vivere la tua misericordia, sia il sostegno del nostro amore  
e ci incoraggi ad andare incontro, con lo stesso amore, a tutti quelli che incontriamo.  
Amen.

## **Eucaristia: forza dell'impegno in famiglia e nel lavoro**

Uno dei genitori, dopo aver acceso il cero, introduce alla preghiera con il segno della croce.  
Dopo un momento di silenzio, prega dicendo:

Signore, mettiamo davanti a te il nostro lavoro di ogni giorno:  
la comunione con te sia per noi scuola di onestà, di gratuità e di responsabilità.

Per avviare la recita del Salmo si può dire:

Il Salmo che stiamo per pregare ci ricorda che tutte le nostre fatiche (casa, lavoro, studio) non hanno il loro pieno senso se non riconosciamo che è il Signore a renderle fruttuose, per noi e per gli altri.

*Dal Salmo 127 (126)*

Se il Signore non costruisce la casa,  
invano si affaticano i costruttori.  
Se il Signore non vigila sulla città,  
invano veglia la sentinella.

Invano vi alzate di buon mattino  
e tardi andate a riposare,  
voi che mangiate un pane di fatica:  
al suo prediletto egli lo darà nel sonno.

Ecco, eredità del Signore sono i figli,  
è sua ricompensa il frutto del grembo.

Al termine, una pausa di silenzio. Poi si recita il **Padre nostro**.

**Orazione conclusiva:**

Signore Dio nostro, tu sei un Padre pieno di misericordia:  
nella vita di Gesù, tuo Figlio, ci hai rivelato la bellezza del tuo amore per ognuno di noi.  
Ti preghiamo: libera i nostri cuori dagli idoli del denaro, del possesso e del lavoro ossessivo.  
L'Eucaristia che celebriamo ci aiuti a vivere più sobriamente,  
a essere solidali e sempre accoglienti con tutti. Amen.

## **Eucaristia: sostegno nella sofferenza**

**Uno dei genitori, dopo aver acceso il cero, introduce alla preghiera con il segno della croce.  
Dopo un momento di silenzio, prega dicendo:**

Signore, offriamo a te le nostre sofferenze: tu, che sei l'amore che consola, asciughi le nostre lacrime  
e guarisci le nostre ferite.

**Per avviare la recita del Salmo si può dire:**

Immaginiamo facilmente che un gregge è perso, non sa dove andare, se non c'è il pastore che lo  
guida e lo protegge. Dio è il nostro pastore e noi facciamo parte del suo gregge.

*Dal Salmo 23 (22)*

Il Signore è il mio pastore:  
non manco di nulla.  
Su pascoli erbosi mi fa riposare,  
ad acque tranquille mi conduce.

Rinfranca l'anima mia,  
mi guida per il giusto cammino  
a motivo del suo nome.

Sì, bontà e fedeltà mi saranno compagne  
tutti i giorni della mia vita,  
abiterò ancora nella casa del Signore  
per lunghi giorni.

**Al termine, una pausa di silenzio. Poi si recita il Padre nostro.**

**Orazione conclusiva:**

Signore Dio nostro, tu sei un Padre pieno di misericordia:  
nella vita di Gesù, tuo Figlio, ci hai rivelato la bellezza del tuo amore per noi.  
Ti preghiamo: quando, ogni domenica, partecipiamo all'Eucaristia, donaci di essere introdotti nella  
comunione profonda con te.  
Il mistero che celebriamo ci aiuti a unire le nostre sofferenze con l'offerta di Gesù,  
che sulla croce offrì la sua vita per noi. Amen.

## **Eucaristia: fonte di educazione per la famiglia**

Uno dei genitori, dopo aver acceso il cero, introduce alla preghiera con il segno della croce.  
Dopo un momento di silenzio, prega dicendo:

Signore, tu ci assicuri il pane quotidiano, di cui abbiamo bisogno. Con il tuo amore, tu nutri il nostro cuore e rinnovi la rete delle nostre relazioni, dove possa nascere il reciproco scambio dei doni che abbiamo ricevuto.

Per avviare la recita del Salmo si può dire:

Ci sono dei giorni in cui abbiamo fame di bontà e di giustizia, dentro di noi e attorno a noi. Il Salmo ci fa chiedere al Signore di nutrirci con la sua presenza in noi e fra di noi.

*Dal Salmo 4*

Quando t'invoco, rispondimi, Dio della mia giustizia!  
Nell'angoscia mi hai dato sollievo;  
pietà di me, ascolta la mia preghiera.

Molti dicono: «Chi ci farà vedere il bene,  
se da noi, Signore, è fuggita la luce del tuo volto?».

Hai messo più gioia nel mio cuore  
di quanta ne diano a loro grano e vino in abbondanza.

In pace mi corico e subito mi addormento,  
perché tu solo, Signore, fiducioso mi fai riposare.

**Al termine, una pausa di silenzio. Poi si recita il Padre nostro.**

**Orazione conclusiva:**

Signore Dio nostro, tu sei un Padre pieno di misericordia:  
nella vita di Gesù, tuo Figlio, ci hai rivelato la bellezza del tuo amore per noi.  
Ti preghiamo: raccogliaci ogni domenica attorno alla tua Eucaristia,  
dove possiamo ricevere la forza per vivere serenamente  
tra di noi e con le altre famiglie,  
in un clima di armonia e di reciproco sostegno. Amen.

## Eucaristia: accoglienza del dono della vita in famiglia

Uno dei genitori, dopo aver acceso il cero, introduce alla preghiera con il segno della croce.  
Dopo un momento di silenzio, prega dicendo:

Signore, la vita di ciascuno di noi cresce, da piccola diventa grande: donaci di saperla vivere fino in fondo con ottimismo, pronti sempre a difendere il rispetto e la dignità di tutti.

Per avviare la recita del Salmo si può dire:

Lodare, ringraziare, applaudire il Signore, vorremmo che diventasse qualcosa di sempre più spontaneo per ciascuno di noi: mettiamo tutta l'anima nella lode di questo Salmo.

*Salmo 67 (66)*

Dio abbia pietà di noi e ci benedica,  
su di noi faccia splendere il suo volto;  
perché si conosca sulla terra la tua via,  
la tua salvezza fra tutte le genti.

*Ti lodino i popoli, o Dio,  
ti lodino i popoli tutti.*

Gioiscano le nazioni e si rallegrino,  
perché tu giudichi i popoli con rettitudine,  
governi le nazioni sulla terra.

*Ti lodino i popoli, o Dio,  
ti lodino i popoli tutti.*

La terra ha dato il suo frutto.  
Ci benedica Dio, il nostro Dio,  
ci benedica Dio e lo temano  
tutti i confini della terra.

Al termine, una pausa di silenzio. Poi si recita il **Padre nostro**.

**Orazione conclusiva:**

Signore Dio nostro, tu sei un Padre pieno di misericordia:  
nella vita di Gesù, tuo Figlio, ci hai rivelato la bellezza del tuo amore per noi.  
Ti preghiamo: riempi il nostro cuore di riconoscenza per i tuoi doni  
e fa' che, resi vivi dall'Eucaristia,  
sappiamo accogliere la bellezza della vita e la sua sacralità sino alla fine. Amen.

## **Eucaristia: fare comunione nella Chiesa**

Uno dei genitori, dopo aver acceso il cero, introduce alla preghiera con il segno della croce.  
Dopo un momento di silenzio, prega dicendo:

Signore, tu ci infondi il desiderio di saper vivere,  
nella nostra comunità cristiana, come fratelli e sorelle.  
Il tuo Spirito ci renda generosi e capaci di essere, fra di noi e con gli altri,  
un segno della tua presenza d'amore.

**Per avviare la recita del Salmo si può dire:**

Il Signore nostro Dio è grande e sapiente. Vogliamo dirgli tutta la nostra riconoscenza e tenere vivo il nostro grazie, tenendo lo sguardo su quanto ha fatto, e continua a fare, per noi.

*Dal Salmo 147 (146-147)*

È bello cantare inni al nostro Dio,  
è dolce innalzare la lode.

Grande è il Signore nostro,  
grande nella sua potenza;  
la sua sapienza non si può calcolare.

Il Signore sostiene i poveri,  
ma abbassa fino a terra i malvagi.  
Intonate al Signore un canto di grazie,  
sulla cetra cantate inni al nostro Dio.

**Al termine, una pausa di silenzio. Poi si recita il Padre nostro.**

**Orazione conclusiva:**

Signore Dio nostro, tu sei un Padre pieno di misericordia:  
nella vita di Gesù, tuo Figlio, ci hai rivelato la bellezza del tuo amore per noi.  
Ti preghiamo: donaci di essere cellule vive della tua Chiesa,  
perché essa possa risplendere nel mondo di oggi  
come testimonianza dell'accoglienza e della misericordia.  
Amen.

## Eucaristia: via per la missione della famiglia

Uno dei genitori, dopo aver acceso il cero, introduce alla preghiera con il segno della croce.  
Dopo un momento di silenzio, prega dicendo:

Signore, vogliamo ricordare il nostro impegno  
di essere missionari della tua Parola e del tuo amore.  
Ci affidiamo a te.  
Rendici autentici testimoni della gioia del Vangelo.

Per avviare la recita del Salmo si può dire:

Il popolo d'Israele, a cui dobbiamo le preghiere dei Salmi, ha saputo scorgere la mano di Dio nelle vicende della propria storia. Oggi anche noi rendiamo grazie a Lui per quello che ha fatto per noi.

*Dal Salmo 118 (117)*

Rendete grazie al Signore perché è buono,  
perché il suo amore è per sempre.

Dicano quelli che temono il Signore:  
«Il suo amore è per sempre».

Ti rendo grazie, perché mi hai risposto,  
perché sei stato la mia salvezza.

Questo è stato fatto dal Signore:  
una meraviglia ai nostri occhi.

Sei tu il mio Dio e ti rendo grazie,  
sei il mio Dio e ti esalto.

Al termine, una pausa di silenzio. Poi si recita il **Padre nostro**.

Orazione conclusiva:

Signore Dio nostro, tu sei un Padre pieno di misericordia:  
nella vita di Gesù, tuo Figlio, ci hai rivelato la bellezza del tuo amore per noi.  
Ti preghiamo: fa' di noi un riflesso sempre più vivo dell'amore  
con cui tu ami la Chiesa, tutta l'umanità, e l'intera creazione.  
Amen.