

# Signore,

## ti parliamo della nostra vita

La comunità cristiana e le famiglie sono invitate in questo anno pastorale ad avere una **particolare attenzione al dialogo con Dio** attraverso la preghiera affinché diventi un'abitudine virtuosa nella vita di ogni giorno.

La quotidianità delle famiglie è sempre più frenetica, complessa e ricca di impegni al punto che **non troviamo il tempo** per parlare tra noi... e neppure con il Signore della Vita e dell'Amore.

Eppure è il desiderio di tutti **non vivere da soli** i momenti di gioia e quelli difficili... e magari trovare insieme un modo per vivere i problemi.

Questo libretto vuole essere un semplice strumento per **raccontare al Signore le nostre difficoltà, le nostre gioie, i nostri problemi.**

Insomma, la nostra vita.

### 1. Al mattino

*O Dio, tu sei il mio Dio, dall'aurora io ti cerco; ha sete di te l'anima mia, desidera te la mia carne in terra arida, assetata, senza acqua. dal Salmo 63*

Nella luce del giorno che incomincia apri i nostri occhi, perché sappiamo scorgere i segni del tuo amore che anche oggi si prenderà cura di noi.

Nella luce del giorno che incomincia apri il nostro cuore, perché faccia spazio ai volti dei fratelli e alle loro storie che si intrecceranno con la nostra.

Nella luce del giorno che incomincia apri le nostre mani, perché sappiano accogliere e condividere ciò che la Tua benevolenza ha predisposto perché noi cresciamo nella fraternità.

Nella luce del giorno che incomincia apri la nostra mente, perché la tua volontà sia guida dei nostri passi e il tuo Spirito la nostra vera libertà. Amen.

### 2. Alla sera

*Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano ma essi insistettero: "Resta con noi perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto". Egli entrò per rimanere con loro. Luca 24, 28-29*

Signore Gesù nella quiete della sera il nostro cuore cerca un po' di pace. Ripensiamo al giorno trascorso: ai volti che abbiamo incontrato, ai gesti compiuti, alle parole pronunciate. Grazie per ciò che oggi la tua bontà ha posto tra le nostre mani.

Grazie per i volti, i gesti, le parole che hanno dato un senso a questo giorno.

Avremmo voluto amare di più. Avremmo voluto ascoltare, capire di più. Perdonaci!

Ti lodiamo per ogni volontà di bene, per ogni testimonianza di fede, per ogni coraggio di dono. Nella quiete della sera cerchiamo una parola che ci doni speranza e ci prepari al giorno che viene.

### 3. Per i genitori

*Dopo tre giorni lo trovarono nel tempio, seduto in mezzo ai dottori, mentre li ascoltava e li interrogava. E tutti quelli che l'udivano erano pieni di stupore per la sua intelligenza e le sue risposte. Al vederlo restarono stupiti e sua madre gli disse: «Figlio, perché ci hai fatto così? Ecco, tuo padre e io, angosciati, ti cercavamo». Luca 3, 46-48*

Signore Gesù, anche tu per crescere hai avuto bisogno di un padre ed una madre. Grazie per i miei genitori.

Ti chiedo: dona loro un'amorevole tenerezza perché mi stiano vicini senza soffocarmi; una profonda saggezza, perché sappiano orientarmi verso il bene senza opprimermi. Dona loro tanta pazienza quando sono indisponente con i miei atteggiamenti irritanti.

Benedici, Signore, i miei genitori.

Benedici tutti coloro che mi vogliono bene e contribuiscono alla mia crescita.

### 4. Per i figli

*Egli rispose loro: "Perché mi cercavate? Non sapevate che io devo occuparmi delle cose del Padre mio?". Ma essi non compresero ciò che aveva detto loro. Luca 3, 49*

Signore Gesù, figlio di Dio e figlio dell'Uomo, sei per noi un tesoro e per questo ti cerchiamo e nonostante questo spesso non ti comprendiamo.

Anche i nostri figli sono dei tesori, ma purtroppo non li comprendiamo.

Ne parliamo con te, che hai vissuto le gioie e i pesi di essere figlio. Sei stato e rimani differente da chi ti ha generato. Non sempre è facile amare restando differente.

Come Dio Padre è con te e in te, concedici di essere anche noi con i nostri figli, nei nostri figli.

### 5. Per chi sta al mio fianco

*Signore, tu mi scruti e mi conosci, tu sai quando seggo e quando mi alzo. Penetri da lontano i miei pensieri, mi scruti quando cammino e quando riposo. Ti sono note tutte le mie vie. dal Salmo 138*

Signore, tu ci conosci: tu sai quanto ci vogliamo bene, lo sai ancora meglio di quanto lo sappiamo, l'una dell'altro.

Io ti racconto di lui/lei; ma anche tu raccontami di lui/lei, come lo/la vedi tu.

Dì tu a noi quello che non riusciamo a dirci reciprocamente.

Entrambi vogliamo per l'altro il massimo del bene possibile, ma spesso non riusciamo a vedere qual è... tantomeno ne vediamo la via di realizzazione.

Tu che lo/la tieni nelle tue braccia più forti delle mie, conducilo/la alla tua Bellezza.

### 6. Per i nonni

*Ciò che abbiamo udito e conosciuto e i nostri padri ci hanno raccontato non lo terremo nascosto ai nostri figli; diremo alla generazione futura le lodi del Signore, la sua potenza e le meraviglie che egli ha compiuto. dal Salmo 78*

Noi ti ringraziamo, o Dio, per i figli e i nipoti che ci hai donato e affidato.

Sostienici nella nostra missione di trasmettere loro la fede.

Aiutaci ad essere esempi di fede e di amore ai Tuoi comandamenti affinché cresca in essi il seme della fede che hanno ricevuto nel battesimo.

Guidali con la luce del tuo Spirito perché possano corrispondere al disegno del tuo Amore.

Donaci saggezza per guidarli, pazienza per istruirli, vigilanza per educarli al bene attraverso il nostro esempio.

## 7. Per un compleanno

*E' con una lunga vita che soddisfi il Signore, e gli mostri la sua salvezza. dal Salmo 91*

La nostra famiglia oggi è in festa per il compleanno di.....

Signore, grazie per avergli/le donato la vita.

Aiutalo/la a diventare, giorno dopo giorno, grande nell'amore verso i fratelli e le sorelle.

Fa' che la gioia riempi sempre la sua vita.

## 8. Per la comunità

*Non prego solo per questi, ma anche per quelli che crederanno in me mediante la loro parola: perché tutti siano una cosa sola; come tu Padre sei in me ed io in Te, siano anch'essi in noi, perché il mondo creda che tu mi hai mandato.*

*Giovanni 17, 20*

Signore Gesù, sii tra noi in questa comunità cristiana e aiutaci ad essere uniti nel tuo Amore.

Fa' che chi ci guarda veda in noi il tuo Amore e la bellezza della vita cristiana.

Aiutaci a vedere il Tuo volto nei poveri, nei più deboli, negli ammalati e negli anziani.

Aiutaci ad essere Vangelo vissuto.

## 9. In cammino

*Alzo gli occhi verso i monti: da dove mi verrà l'aiuto? Il mio aiuto viene dal Signore: egli ha fatto cielo e terra. Non lascerà vacillare il tuo piede, non si addormenterà il tuo custode. dal Salmo 121*

Signore Gesù, tu sei la giovinezza dei nostri giorni. Sei tu che, con la novità del tuo Vangelo, sai suscitare slanci coraggiosi di libertà e di amore.

Sei tu che ci dai la forza di continuare a camminare, di superare fatiche, delusioni e stanchezze. Proteggi il nostro cammino e quelle delle persone che portiamo nel cuore.

Ti affidiamo il cammino della nostra comunità, delle sue famiglie, dei suoi giovani, dei suoi anziani, dei suoi ammalati.

Sul sentiero che ci sta dinnanzi non farci mancare mai la certezza del tuo sostegno e la gioia della tua amicizia.

Noi crediamo in te e ci affidiamo a te, che sei il custode della nostra vita.

## 10. Per il dono della carità

*Ogni volta che avete fatto queste cose a uno solo di questi miei fratelli più piccoli, l'avete fatto a me. Matteo 25, 40*

Signore, nella nostra vita ci fai incontrare fratelli e sorelle da amare.

Fa' che li sappiamo incontrare tutti perché possano arricchire la nostra povertà.

Aiutaci a mettere da parte i nostri interessi personali per il bene di chi ci chiede aiuto e fa' che non rifiutiamo nulla se è nostra possibilità il donare.

Sostieni e accompagna i fratelli che in mezzo a noi donano tempo e disponibilità perché altri possano avere sollievo.

## 11. Nel cammino di missione

*Avrete forza dallo Spirito Santo che scenderà su di voi e mi sarete testimoni a Gerusalemme, in tutta la Giudea e la Samaria, fino agli estremi confini della terra. Atti 1, 8*

Noi siamo il messaggio di Dio scritto nei gesti concreti e nelle parole di ogni giorno.

Gesù, hai la nostra voce per raccontare qualcosa di Te agli uomini di oggi.

Aiutaci a comprendere che aprendo le porte del nostro cuore a te, troveremo il senso più vero e profondo della vita.

Illumina e sostieni anche i missionari che annunciano il tuo Vangelo in terre lontane.

Amen.

## 12. Condividere

*Gesù disse loro: "Gettate la rete dalla parte destra della barca e troverete". La gettarono e non riuscivano più a tirarla su per la grande quantità di pesce.*

*Giovanni 21, 6-7*

Come i tuoi discepoli, Signore, anche noi eravamo dispersi e lontani.

Ci hai proposto di salire su un'unica barca; ci hai chiesto di gettare insieme la stessa rete. E così la nostra vita si è riempita di doni inaspettati e nuovi.

Ci hai invitato a dividerli, nella gratitudine della gioia e dell'amicizia. Hai vinto in noi l'indifferenza e il sospetto reciproco.

Donaci Signore, di custodire sempre la luce, nella fedeltà della tua Parola.

Donaci ancora oggi di credere che "solo insieme la speranza prende il largo!"

## 13. Benedici la nostra casa

*Se il Signore non costruisce la casa, invano si affaticano i costruttori. Se il Signore non vigila sulla città, invano veglia la sentinella. dal Salmo 127*

Signore, benedici la nostra casa perché sia un luogo di amore e di accoglienza, un luogo dove la nostra famiglia possa vivere la pace.

Veglia su ognuno di noi perché, grazie alla Tua presenza, viviamo sempre nella verità con i famigliari e nella carità con chi sarà accolto tra queste mura.

Accogli il nostro lavoro perché ci procuri il pane quotidiano e sia un servizio ai fratelli.

Benedici tutti noi.

Amen.

## 14. Per il lavoro

*Sia su di noi la bontà del Signore, nostro Dio: rafforza per noi l'opera delle nostre mani, l'opera delle nostre mani rafforza. dal Salmo 90*

O Signore, fai che il lavoro nella nostra famiglia non manchi, affinché si possano affrontare con serenità i progetti di vita e di amore che ci affidi.

E qualora venisse meno, sostieni la nostra sofferenza, così che non si trasformi in affanno e in angoscia.

Fai in modo che il lavoro sia un'occasione per amare ed incontrarti nelle persone che vediamo ogni giorno.

Rendici capaci di generosità nel mettere a disposizione di chi ha meno il frutto del nostro lavoro.

Signore, il nostro lavorare sia diligente, onesto e segno di speranza per tutti.

Amen.

## 15. Per il perdono

*Allora Pietro si avvicinò e gli disse: "Signore, quante volte perdonerò mio fratello se pecca contro di me? Fino a sette volte?". E Gesù a lui: "Non ti dico fino a sette volte, ma fino a settanta volte sette".* Matteo 18, 21

Signore Gesù, a chi pensa che non sia possibile e nemmeno utile perdonare fino a settanta volte sette, noi diciamo che la vita gomito a gomito tra le mura domestiche è l'ambito privilegiato dove il perdono è indispensabile. E potremmo anche aggiungere un avverbio che Tu, Signore Gesù, certamente avrai pensato, ma non hai detto, per gentilezza verso i tuoi: "Ogni giorno". Ogni giorno noi abbiamo bisogno di perdonarci reciprocamente: le occhiatecce, i silenzi pesanti, il tono della voce che si alza, le minacce, le espressioni volgari... ma soprattutto dobbiamo reciprocamente perdonarci di non aver portato l'uno all'altro la felicità che ci eravamo promessi. Perdonaci Tu, Signore, e insegnaci a perdonarci, ventiquattro ore al giorno, sette giorni su sette.

Anche ora. Amen.

## 16. Nella solitudine

*Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. Ma essi insistettero: "Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto".* Luca 24, 28-29

Resta con noi, Signore,

quando lo scoraggiamento atterra la nostra speranza;

quando la sconfitta ci coglie di sorpresa e la debolezza invade ogni desiderio;

quando ci troviamo soli, abbandonati da tutti, e il dolore ci porta a lacrime disperate.

Signore, nella gioia e nel dolore, nella vita e nella morte, resta con noi.

Resta con noi come luce per accompagnarci lungo il cammino di fatica e di speranza.

## 17. Nelle difficoltà economiche

*Guardate gli uccelli del cielo: non seminano, né mietono, ne ammassano nei granai; eppure il Padre vostro celeste li nutre. Non contate voi forse più di loro?* Matteo 6, 26

Signore, che pensi ai gigli del campo e agli uccelli dell'aria, li vesti, li nutri e li fai prosperare, manifesta su noi la tua Provvidenza paterna.

La nostra famiglia sta attraversando un periodo di difficoltà economiche: sostieni con la tua grazia il nostro impegno e non permettere che, né la mancanza, né il possesso dei beni di questo mondo ci allontanino da Te.

Certi che Tu, nostra fiducia, non ci farai mancare il necessario, Ti preghiamo, affinché la serenità torni nella nostra famiglia e non ci dimentichiamo mai di chi ha meno di noi.

Amen.

## 18. Nella malattia

*Pietà di me Signore, sono sfinito; guariscimi, Signore, tremano le mie ossa.*

*Trema tutta l'anima mia.* Salmo 6

Signore, sto attraversando il duro tempo della malattia.

E' un'esperienza difficile da accettare,  
che mi ha fatto provare l'angoscia, lo smarrimento,  
ma anche l'amore e l'amicizia di tante persone.  
Signore Gesù, in questo momento difficile,  
donami la forza di unire le mie sofferenze alle tue.

## 19. Per la pace

*Vi lascio la pace. Vi do la mia pace. Non come la da il mondo Io la do a voi.*      Giovanni 14, 27

Dio Padre, tu hai inviato tuo Figlio ad annunciare la pace ai vicini e ai lontani.  
Fa' che, nelle nostre possibilità, portiamo pace intorno a noi, nelle nostre famiglie, nella nostra comunità, sul posto di lavoro.  
Un singolo gesto di ogni persona possa essere di esempio per chi gli sta intorno e possa così moltiplicarsi ed espandersi nel mondo.

## 20. Per la società e la politica

*Gesù disse loro: "Rendete dunque a Cesare quello che è di Cesare e a Dio quello che è di Dio".*      Matteo 22, 21

Spirito Santo, illuminaci e rafforzaci tu nell'arte di dare a ciascuno quel che è suo.  
I rapporti sociali si basano su uno scambio fecondo tra le varie componenti della società: le varie età, le professioni e i lavori, le religioni, la scuola, lo sport, il volontariato, il tempo libero.  
Nell'armonia e nella integrazione delle diversità sta la nostra ricchezza e la nostra multiforme bellezza.  
Rendici grati a chi si occupa del bene di tutti; illuminaci nel vedere i bisogni dei più deboli; rafforzaci nella solidarietà.  
E così renderemo a Dio Padre quello che è suo: lo stile della cura paterna. Amen.

## 21. Nel creato

*Lodate il Signore dei signori: perché eterna è la sua misericordia. Egli solo ha compiuto meraviglie: perché eterna è la sua misericordia.*      dal Salmo 136

Signore,  
Tu ci hai consegnato un mondo perfetto nelle forme, nei colori, nei profumi, nella bellezza del creato.  
Fa' che possiamo trovare ogni giorno un momento per fermarci ad ammirarlo e a stupirci di tanta meraviglia.  
Che questa bellezza ci colpisca a tal punto da farci capire che non possiamo distruggere i tuoi doni con le nostre azioni irresponsabili, irrispettose ed egoiste.

## 22. Nelle vacanze

*Ed Egli disse loro: "Venite in disparte, in un luogo solitario, e riposatevi un po'".*      Marco 6, 31

Ti ringraziamo, Signore, per queste vacanze: *non ci dimentichiamo di Te.*  
Quando siamo immersi nella bellezza del creato, al mare o in montagna:  
*non ci dimentichiamo di Te.*

Grazie del riposo che ci doni in questi giorni, lontani dalla vita frenetica, liberi dagli orari tassativi: *non ci dimentichiamo di Te.*

Grazie, Signore, per le persone che ci stanno vicine e per quelle che incontreremo:

*non ci dimentichiamo di Te.*

Che questo tempo di vacanza sia per noi un momento di gioia, di lode, di riposo e di pace. Sia tempo per ricordare chi soffre.

*Non ci dimentichiamo di Te.*

## 23. Per chi è lontano

*Quando nel mio giaciglio di te mi ricordo e penso a te nelle veglie notturne, a te che sei stato il mio aiuto, esulto di gioia all'ombra delle tue ali. A te si stringe l'anima mia e la forza della tua destra mi sostiene. dal Salmo 62*

Signore Gesù, la tua consolazione abiti le dimore dei nostri parenti e amici che vivono lontani da casa e dai propri affetti. La preghiera innalzata a te che sei Padre di tutti e tutti vegli, aiuti a ritrovare la vicinanza dei cuori colmandoli della speranza di poter presto riabbracciare i propri cari.

## 24. Per l'oggi e il domani

*"Alzati, prendi il tuo lettuccio e torna a casa tua". Subito egli si alzò davanti a loro, prese il lettuccio su cui era disteso e andò a casa sua glorificando Dio. Luca 5, 25-26*

"Non conosciamo mai la nostra altezza, finché non siamo chiamati ad alzarci" (*Emily Dickinson*).

Ti benediciamo, Signore, perché oggi Tu sei oggi il nostro tempo.

Il tempo che abbiamo ricevuto, ma non ci appartiene.

Dove essere generosi di noi, ma dove anche custodirci.

Dove sperimentare il fidarci che ci da la forza di non temere il passato e il futuro.

Con Te, Signore del tempo e della vita, oggi noi siamo in piedi, perché ogni giorno ci dici "Alzati", ci doni la tua statura.

## 23. Per chi è lontano

*Quando nel mio giaciglio di te mi ricordo e penso a te nelle veglie notturne, a te che sei stato il mio aiuto, esulto di gioia all'ombra delle tue ali. A te si stringe l'anima mia e la forza della tua destra mi sostiene. dal Salmo 62*

Signore Gesù, la tua consolazione abiti le dimore dei nostri parenti e amici che vivono lontani da casa e dai propri affetti. La preghiera innalzata a te che sei Padre di tutti e tutti vegli, aiuti a ritrovare la vicinanza dei cuori colmandoli della speranza di poter presto riabbracciare i propri cari.

## 24. Per la vocazione

*Passando lungo il mare di Galilea, vide Simone e Andrea fratello di Simone, mentre gettavano le reti in mare; erano infatti pescatori. Gesù disse loro: "Venite dietro a me, vi farò diventare pescatori di uomini." E subito lasciarono le reti e lo seguirono. Marco 1, 16-18*

Parla, Signore, ti ascoltiamo.

Tu chiami ancora oggi, Signore.

La messe è molta e sono pochi gli operai.

Manda, Signore, gli operai nella tua messe.

Se vuoi, chiama e manda anche qualcuno della mia famiglia per annunciare il Vangelo nel mondo. Noi ci fidiamo di te.

Amen.

1. Al mattino
2. Alla sera
3. Per i genitori
4. Per i figli
5. Per chi sta al mio fianco
6. Per i nonni
7. Per un compleanno
8. Per la comunità
9. In cammino
10. Per il dono della carità
11. Nel cammino di missione
12. Condividere
13. Benedici la nostra casa
14. Per il lavoro
15. Per il perdono
16. Nella solitudine
17. Nelle difficoltà economiche
18. Nella malattia
19. Per la pace
20. Per la società e la politica
21. Nel creato
22. Nelle vacanze
23. Per chi è lontano
24. Per l'oggi e il domani
25. Per la vocazione

*a cura della Commissione di Pastorale Familiare del decanato di Varese  
per alcune preghiere, un grazie particolare a Emanuela Giuliani e a don Luciano Andriolo*