

4) “TI DOMANDO SCUSA”

È tra le cose più necessarie e importanti, perché ci aiuta a creare un cuore più umile e accogliente.

Come fare? Fai passare davanti agli occhi e alla mente **momenti o situazioni di tensione o di scontro, che si sono presentati durante la settimana nella vita quotidiana familiare, e poi esprimi la tua richiesta di perdono verso il coniuge e i figli.**

“Ma anche verso i figli !!?” Sì... non aspettare che siano solamente i figli a chiederti scusa, ma anche tu abbi l’umiltà e il coraggio di fare altrettanto.

Facendo così, ritroverai l’armonia, la pace, la serenità... non c’è prezzo per queste cose!!!!

Domande per aiutare:

Pensando alla settimana trascorsa a chi dovrei chiedere scusa?

Ci sono stati scontri per i quali sono ancora risentito?

5) PREGHIERA CONCLUSIVA

Dal Salmo 8

O Signore, nostro Dio, quanto è grande il tuo nome su tutta la terra!

Voglio innalzare sopra i cieli la tua magnificenza, con la bocca di bambini e di lattanti: hai posto una difesa contro i tuoi avversari, per ridurre al silenzio nemici e ribelli.

Quando vedo i tuoi cieli, opera delle tue dita, la luna e le stelle che tu hai fissato, che cosa è mai l’uomo perché di lui ti ricordi, il figlio dell’uomo, perché te ne curi?

Davvero l’hai fatto poco meno di un dio, di gloria e di onore lo hai coronato.

Gli hai dato potere sulle opere delle tue mani, tutto hai posto sotto i suoi piedi: tutte le greggi e gli armenti e anche le bestie della campagna, gli uccelli del cielo e i pesci del mare, ogni essere che percorre le vie dei mari.

O Signore, nostro Dio, quanto è grande il tuo nome su tutta la terra!

A cura di



Ufficio Diocesano per la Famiglia e la Vita

Arcidiocesi di Genova

P.zza Matteotti 4 - Genova

Tel. 010.27.00.227

www.pastoralefamiliaregenova.org

famigliaevita@diocesi.genova.it

ARCIDIOCESI
DI GENOVA

“Famiglia, non
stancarti di pregare”



PROPOSTA DI
PREGHIERA
IN FAMIGLIA

L'INVITO DEL NOSTRO PASTORE

“Carissima famiglia, mi rivolgo a te, come realtà insostituibile e preziosa, per suggerirti qualcosa che mi sta veramente a cuore.

Semplicemente, ma fortemente, ti chiedo di pregare!

Sembra così poco ed invece è così importante e decisivo il farlo. Infatti sono convinto che una famiglia che prega non cadrà mai nella disperazione e troverà sempre il modo di rimanere fedele e salda. La stessa educazione dei figli troverà un fondamento sicuro nonostante le turbolenze delle diverse età e le prove.

Ti invito ad usare questa piccola traccia che viene offerta, io costantemente mi unisco alla tua preghiera”.

Cardinale Angelo Bagnasco

E SE PREGASSIMO INSIEME?

A te, famiglia: forse già hai dei momenti di preghiera o forse invece fai fatica a trovare tempo e modo; per questo motivo ci sembra importante offrirti questo piccolo “sentiero”, per ritrovare o riscoprire il gusto di pregare.

Ti suggeriamo di scegliere **la domenica come giorno ideale** per riunirti attorno al calore del Signore.

IN CHE MODO PREGHIAMO?

Ti suggeriamo 5 momenti così suddivisi:

- **ASCOLTO DELLA PAROLA**
- **CONDIVISIONE DI CIÒ CHE HA COLPITO MAGGIORMENTE**
- **MOMENTO DI RINGRAZIAMENTO**
- **RICHIESTA DI PERDONO**
- **PREGHIERA CONCLUSIVA**

1) ASCOLTIAMO LA PAROLA

Puoi scegliere qualunque brano, ma può essere significativo **ascoltare la Parola di Dio della domenica.**

Per creare un clima sereno puoi aprire la bibbia sul tavolo e/o accendere un cero.

2) FAI UN “REGALO” AI TUOI FAMILIARI !!

Ma che regalo? Quello della Parola di Dio spesso presentata come un tesoro d’oro e di pietre preziose. Ripeti ad alta voce una parola o una frase che ti ha colpito dall’ascolto della Parola: chi ti ascolterà riceverà qualcosa da Dio offerto da te!

3) RINGRAZIAMO

Prova a cercare nella settimana appena trascorsa **momenti o situazioni per cui dire “grazie”:**

- **anzitutto al Signore**, mostrerai alla tua famiglia la Sua Presenza Vicina e Forte.

- **ringrazia poi i membri della famiglia**, ti educerai a non dare nulla per scontato e di dovuto nella vita familiare.

Domande per aiutare:

Per quali persone, situazioni, che si sono presentate in questa settimana ringrazio il Signore?

Chi voglio ringraziare in famiglia per ciò che ho ricevuto nella settimana trascorsa?