

**SUSSIDIO  
PER LA PREGHIERA IN FAMIGLIA**

**AVVENTO 2021**

## Carpe diem - Afferra il giorno

A volte l'azione del vedere risulta passiva: quando gli occhi sono particolarmente impegnati, il resto del corpo si arresta, per lo stupore o per la paura. Quante volte ci sarà capitato di richiamare un figlio "imbambolato" davanti allo schermo di turno: TV, PC, cellulare... Eppure il guardare può essere così carico di volontà da rivelarci una prospettiva, un modo personale di interpretare i fatti e quindi la posizione che assumiamo in questo mondo.

Con quale sguardo ci accingiamo a vivere il Natale 2021?

Potrebbe risultare facile, di questi tempi, arrendersi a una visione pessimistica e notare in primo luogo tutto ciò che non ci potremo permettere nelle prossime feste natalizie. La precarietà o la mancanza di lavoro, l'instabilità economica e politica del Paese, la pandemia che non finisce... si riflettono anche nei nostri occhi e in quelli dei nostri ragazzi, che sempre meno guardano al futuro con speranza, rischiando di rimanere "schacciati" sul presente, annoiati o spenti.

Nel tempo prezioso dell'Avvento ci è offerto di recuperare coraggio e stupore, con uno sguardo che solo gli occhi della fede possono donare. Attendiamo il Natale in famiglia riconoscendo che il Signore Gesù si fa uomo e ci viene incontro per chiamare ciascuno a una vita bella e piena, a un compito unico e insostituibile: diventare testimoni dell'amore che salva il mondo.

L'incontro con il Signore sollecita un atto di affidamento: accogliere la propria vocazione, lasciando che sia lui a prendere in mano il timone della vita. Così è accaduto in uno straordinario giorno a Simone, figlio di Giovanni: un Rabbi, dalla riva del lago, l'invita a fidarsi della sua parola, gettando di nuovo le reti oltre ogni buonsenso; ciò che poi accade lo spinge lasciare il mestiere che conosce bene per un'avventura che sa di impossibile ("*ti farò pescatore di uomini*"), per essere parte di una storia di salvezza che farà saltare in aria tutti i suoi schemi.

Attendere il Natale significa perciò aprirsi a un giorno straordinario: Dio si fa uomo e ci viene incontro con amore per chiamarci a una vita di testimonianza.

*Ogni giorno porta al cristiano molte ore di solitudine in mezzo ad un mondo non cristiano. Questo è il tempo della verifica. Esso è la prova della bontà della meditazione personale e della comunione cristiana. La comunità ha reso gli individui liberi, forti, adulti, o li ha resi invece dipendenti, non autonomi? Li ha condotti un po' per mano, per far loro imparare di nuovo a camminare da soli, o li ha resi paurosi e insicuri? Qui si tratta di decidere se la meditazione personale ha portato il cristiano in un mondo irrealista da cui si risveglia con spavento, nel ritornare al mondo terreno del suo lavoro, o se viceversa lo ha fatto entrare nel vero mondo di Dio, che permette di affrontare la giornata dopo aver attinto nuova forza e purezza. Si è trattato di un'estasi spirituale per brevi attimi, cui poi subentra la quotidianità, o di un radicarsi essenziale e profondo della Parola di Dio nel cuore? Solo la giornata potrà deciderlo. Ognuno deve sapere che anche il momento in cui è isolato ha una sua retroazione sulla comunione. Nella sua solitudine egli può dilacerare e macchiare la comunione o viceversa rafforzarla e santificarla.*

*Dietrich Bonhöffer*

Per ogni domenica trovate:

- un simbolo "ottico";
- la parola del Vangelo con un commento;
- una breve riflessione per la coppia;
- una preghiera per la mensa;
- una proposta per la meditazione.

# PRIMA SETTIMANA DI AVVENTO

domenica 28 novembre



## CANNOCCHIALE

Il cannocchiale è strumento per guardare molto lontano. Scrutare le stelle in cielo è sinonimo di desiderio, ma anche di ricerca di senso, per capire le regole del cosmo e magari anticipare i fatti.

## GUARDIAMO CON FEDE AL FUTURO

Prima lettura *Ger 33,14-16*

Salmo responsoriale *Sal 24*

Seconda lettura *1 Ts 3,12-4,2*

## VANGELO *Lc 21,25-28,34-36*

In quel tempo, Gesù disse ai suoi discepoli: “Vi saranno segni nel sole, nella luna e nelle stelle, e sulla terra angoscia di popoli in ansia per il fragore del mare e dei flutti, mentre gli uomini moriranno per la paura e per l'attesa di ciò che dovrà accadere sulla terra. Le potenze dei cieli infatti saranno sconvolte. Allora vedranno il Figlio dell'uomo venire su una nube con grande potenza e gloria. Quando cominceranno ad accadere queste cose, risollevatevi e alzate il capo, perché la vostra liberazione è vicina. State attenti a voi stessi, che i vostri cuori non si appesantiscano in dissipazioni, ubriachezze e affanni della vita e che quel giorno non vi piombi addosso all'improvviso; come un laccio infatti esso si abatterà sopra tutti coloro che abitano sulla faccia di tutta la terra. Vegliate in ogni momento pregando, perché abbiate la forza di sfuggire a tutto ciò che sta per accadere, e di comparire davanti al Figlio dell'uomo”.

## PRESTATE ATTENZIONE!

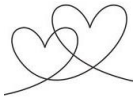
Il tema della vigilanza nell'attesa della liberazione è centrale nelle letture bibliche: Dio prepara "giorni" (Cfr. *Ger* 33,14) in cui realizzerà le sue promesse attraverso un germoglio giusto che porterà salvezza.

Vegliare è l'agire proprio del pastore che vigila sul gregge. Vegliare è l'agire proprio della sentinella che sulle mura della città vigila per avvertire dell'arrivo del nemico. Vegliare è proprio dell'agire di Dio, che nella notte pasquale veglia e vigila per liberare il suo popolo da ogni tirannia.

Vigilare è l'atteggiamento prudente di una coppia di sposi che, nella forza di Cristo sposo, desidera custodire la propria fedeltà nuziale. Vigilare e vegliare è infine l'agire proprio dell'essere genitori, che amando nella verità, prima di tutto nel loro essere coppia, vegliano sul bene dei figli, forti della Parola di Dio e del suo amore.

Nella nostra famiglia, nelle nostre relazioni fra noi come coppia e con i nostri figli, chi è "il nemico", la tirannia interna ed esterna, su cui siamo chiamati a vigilare?

## PER NOI GENITORI



*Se ci poniamo nella disponibilità a metterci in discussione e a orientarci alla conversione, il ramo secco che a volte siamo come genitori vedrà germogliare nei figli la fiducia e la speranza, e l'inquietudine dei figli potrà trasformarsi e fiorire in germogli di vita nuova.*

## PREGHIERA PRIMA DEI PASTI



Signore, che vegli su di noi in ogni momento,  
benedici questo pasto  
come segno di una ritrovata capacità, in te,  
di prenderci cura gli uni degli altri,  
nella verità e nell'amore.  
Per Cristo nostro Signore. Amen.

## DIMMI COSA CERCHI E TI DIRÒ COME GUARDI

In base ai desideri del nostro cuore noi guardiamo al mondo, alle cose, alle persone e in queste cerchiamo conferme, risposte, oppure un misero tornaconto personale.

Possiamo chiederci: dove sono rivolti i nostri occhi? Quando li alziamo al cielo per pregare o ci rivoliamo agli altri, lo facciamo con fiducia e rispetto o con rabbia e pretesa?

Se il nostro desiderio è primeggiare noteremo subito i difetti di chi ci sta accanto, attenderemo il momento giusto per cogliere gli errori degli altri e godere dei loro fallimenti.

Se è "possedere" il desiderio che ci anima, guarderemo il mondo con avidità e magari, con invidia.

Se pretendiamo di essere i padroni assoluti della nostra vita, scruteremo negli oroscopi e nelle profezie quel futuro che sembra sfuggire al nostro controllo.

Ma se vogliamo vivere da figli di Dio faremo "nostri" i desideri del Padre, perché essi sono promesse di bene per l'uomo di sempre (cf. *Ger* 33, 14). Per questo, il nostro alzare gli occhi al cielo non è velato di paura e angoscia, ma assomiglia più allo sguardo del bambino che stende le braccia verso la mamma o il papà, sicuro che verrà raccolto da terra e protetto, qualsiasi cosa gli accada.

## SECONDA SETTIMANA DI AVVENTO

### domenica 5 dicembre



### LENTE D'INGRANDIMENTO

All'occhio umano certe cose possono sfuggire, ma con l'ausilio della lente di ingrandimento anche la più piccola impronta può diventare fondamentale ai fini di un'indagine, per ricostruire di ciò che è accaduto veramente. Sarà utile per cercare le tracce di Dio nella storia!

## GUARDIAMO CON FEDE AL PASSATO

Prima lettura *Bar 5,1-9*  
Salmo responsoriale *Sal 125*  
Seconda lettura *Fil 1,4-6,8-11*

### VANGELO *Lc 3,1-6*

Nell'anno quindicesimo dell'impero di Tiberio Cesare, mentre Ponzio Pilato era governatore della Giudea, Erode tetrarca della Galilea, e Filippo, suo fratello, tetrarca dell'Iturea e della Traconitide, e Lisània tetrarca dell'Abilene, sotto i sommi sacerdoti Anna e Caifa, la parola di Dio venne su Giovanni, figlio di Zaccaria, nel deserto.

Egli percorse tutta la regione del Giordano, predicando un battesimo di conversione per il perdono dei peccati, com'è scritto nel libro degli oracoli del profeta Isaia: “Voce di uno che grida nel deserto: preparate la via del Signore, raddrizzate i suoi sentieri! Ogni burrone sarà riempito, ogni monte e ogni colle sarà abbassato; le vie tortuose diverranno diritte e quelle impervie, spianate. Ogni uomo vedrà la salvezza di Dio!”.

## PREPARATE LA VIA DEL SIGNORE!

La luminosa profezia di Baruc, che esorta Gerusalemme alla speranza, si salda con l'invito del Battista a preparare le vie del Signore. La venuta del Signore è dono e compito per il credente che lo vuole davvero incontrare per rinnovare l'esistenza. Era in uso preparare le strade per l'arrivo di un potente; il profeta ci invita a prepararle al Signore, perché Dio sta per visitare il suo popolo e tale visita è portatrice di salvezza. Le strade da raddrizzare sono quelle della nostra vita: le scelte, le resistenze, la qualità delle relazioni umane che ancora non vanno nel senso dell'amore vero, quello che vuole davvero il bene dell'altro, quello che si dona gratuitamente coniugando verità e carità.

Quali sono le vie distorte e i terreni scoscesi che, nella nostra vita di coppia e nelle relazioni familiari, rendono difficile la comunione tra noi e con ciò la possibilità che la Parola "corra" nella nostra famiglia? La prima via di conversione è sempre il perdono.

Si può fare in famiglia un piccolo incontro in cui, dopo aver recitato insieme una preghiera a Maria, Regina delle famiglie, ognuno esprime liberamente le proprie difficoltà nelle relazioni familiari. Ciascuno ascolta in silenzio, senza difendersi o ribattere, ma accogliendo il disagio e la ferita dell'altro. L'incontro potrebbe chiudersi con un gesto di perdono e la preghiera del Padre nostro.

## PER NOI GENITORI



*Nella vita in famiglia ci accorgiamo quanto sia difficile accogliere il Signore che viene: l'impresa - impossibile alle forze umane - si può compiere se ci lasciamo condurre e interpellare dalla Parola. Essa ci guida a riconoscere i limiti, le fragilità, il peccato... per giungere a chiederne perdono.*

*Ho mai chiesto perdono al mio coniuge e ai miei figli per le mie fragilità, per i miei limiti? Questo può essere il tempo favorevole per farlo, senza timore di perdere in autorevolezza e credibilità, ma anzi, nella serena certezza che siamo uniti nel cammino comune verso la gioia della salvezza che tutti ci raggiunge.*



## PREGHIERA PRIMA DEI PASTI



Signore benedici questo cibo,  
perché diventi segno della docilità del nostro cuore,  
della disponibilità a convertirci a Dio  
e gli uni agli altri,  
in coppia e in famiglia,  
appiando orgoglio, rancori, risentimenti,  
strade sbagliate che non portano all'amore  
e alla gioia del cuore.  
Per Cristo nostro Signore. Amen..

## SIAMO PARTE DI UNA STORIA PIÙ GRANDE

Bambini e ragazzi possono avere una sorta di curiosità rispetto alla storia e al passato, ma spesso questi appaiono comunque lontani o poco significativi, dato che la vita per loro è un “presente continuo” di bisogni da soddisfare e qualche sogno da realizzare in un futuro piuttosto sfocato. Nostro compito è introdurli a conoscere la storia di chi li ha preceduti nella fede e a custodirla, perché essa è capace di gettare luce su ogni attimo della nostra vita.

L'ascolto delle Sacre Scritture ci aiuta a guardare ciò che accade con gli occhi di Dio, riconoscendo la trama del suo disegno d'amore per l'uomo. È quello che pazientemente ha fatto Gesù con i due discepoli di Emmaus, convinti com'erano che la storia del Maestro si fosse definitivamente conclusa su quella croce, per loro totalmente incomprensibile, a dispetto persino della tomba vuota raccontata dalle donne.

Il Vangelo di questa domenica ci ricorda che persone, fatti, date... non sono una sequenza di eventi a casaccio da osservare a distanza: il Dio di Gesù, per amore delle sue creature, ha scelto di “abitare” la storia umana, l'ha rinnovata dal di dentro, restituendocela come tempo e luogo in cui incontrarlo e poter ricambiare il suo amore.

# IMMACOLATA CONCEZIONE

## mercoledì 8 dicembre

### GUARDIAMO CON FEDE A MARIA

Prima lettura *Gen 3,9-15.20*

Salmo responsoriale *Sal 97*

Seconda lettura *Ef 1,3-6.11-12*

#### **VANGELO** *Lc 1,26-38*

Al sesto mese, l'angelo Gabriele fu mandato da Dio in una città della Galilea, chiamata Nàzaret, a una vergine, promessa sposa di un uomo della casa di Davide, di nome Giuseppe. La vergine si chiamava Maria. Entrando da lei, disse: "Rallégrati, piena di grazia: il Signore è con te". A queste parole ella fu molto turbata e si domandava che senso avesse un saluto come questo. L'angelo le disse: "Non temere, Maria, perché hai trovato grazia presso Dio. Ed ecco, concepirai un figlio, lo darai alla luce e lo chiamerai Gesù. Sarà grande e verrà chiamato Figlio dell'Altissimo; il Signore Dio gli darà il trono di Davide suo padre e regnerà per sempre sulla casa di Giacobbe e il suo regno non avrà fine". Allora Maria disse all'angelo: "Come avverrà questo, poiché non conosco uomo?". Le rispose l'angelo: "Lo Spirito Santo scenderà su di te e la potenza dell'Altissimo ti coprirà con la sua ombra. Perciò colui che nascerà sarà santo e sarà chiamato Figlio di Dio. Ed ecco, Elisabetta, tua parente, nella sua vecchiaia ha concepito anch'essa un figlio e questo è il sesto mese per lei, che era detta sterile: nulla è impossibile a Dio". Allora Maria disse: "Ecco la serva del Signore: avvenga per me secondo la tua parola". E l'angelo si allontanò da lei.

## RALLEGRATI ...NON TEMERE

Immagino Maria in casa, in una giornata come tante altre a compiere le sue attività quotidiane. Nella sua quotidianità si rivela l'eternità, nella sua umile dimora viene ad abitare l'infinito... È il Signore che la chiama perché ha un progetto per la sua vita, salvezza per tutta l'umanità.

Il Signore chiama nella quotidianità, Maria risponde con l'umiltà di un semplice abbandono nelle braccia del suo Dio. La storia della salvezza passa attraverso questi momenti. Dio vuole farsi uomo e camminare nella storia accanto a noi, Maria lo accoglie nella sua vita: la salvezza si fa carne.

Un "sì", quello di Maria, che porterà la gioia di partorire un bimbo, la preoccupazione di un fanciullo che si dedica alle "cose del padre suo", il dolore di un figlio morto in croce. Ma l'angelo la rassicura: "Non temere, nulla è impossibile a Dio!".

Anche oggi il Signore "irrompe", per e con amore, nella tua vita. Ti chiede di pronunciare lo stesso "sì" di Maria. Forse la sua chiamata dovesse sconvolge il tuo progetto di vita; vuol dire che lui ne ha uno più grande per te. E anche quando tutto sembra essere al di sopra di te, delle tue possibilità, della tua forza, della tua fede..., come Maria pronuncia il tuo "sì". "Non temere! Nulla è impossibile a Dio!".

## PER NOI GENITORI



*Che cosa ha fatto Maria? Ha cucinato, lavorato, impastato farina; si è presa cura di Gesù e di Giuseppe. Ha fatto quelli che noi chiamiamo: "lavori umili". Che non senso questa distinzione tra "lavori umili" e "lavori nobili"! Lei non è caduta in tale stupidità.*

*Come Maria, anch'io mi fido. Pronuncerò il mio "sì" nella consapevolezza che anche per me c'è un grande progetto nei disegni del Padre. Nulla è impossibile a Dio!*

# TERZA SETTIMANA DI AVVENTO

## domenica 12 dicembre



### OCCHIALI

Gli occhiali sono lo strumento adatto per mettere a fuoco chi ci sta accanto. La vita è fatta soprattutto di incontri e relazioni interpersonali: abbiamo bisogno di guardare bene in faccia quelli con cui parliamo, per accorgerci se hanno bisogno di noi!

## GUARDIAMO CON FEDE ALLA VITA

Prima lettura *Sof 3,14-18a*

Salmo responsoriale *Is 12,2-6*

Seconda lettura *Fil 4,4-7*

### VANGELO *Lc 3,10-18*

Le folle lo interrogavano: “Che cosa dobbiamo fare?”. Rispondeva loro: “Chi ha due tuniche ne dia a chi non ne ha, e chi ha da mangiare faccia altrettanto”. Vennero anche dei pubblicani a farsi battezzare e gli chiesero: “Maestro, che cosa dobbiamo fare?”. Ed egli disse loro: “Non esigete nulla di più di quanto vi è stato fissato”. Lo interrogavano anche alcuni soldati: “E noi, che cosa dobbiamo fare?”. Rispose loro: “Non maltrattate e non estorcete niente a nessuno; accontentatevi delle vostre paghe”. Poiché il popolo era in attesa e tutti, riguardo a Giovanni, si domandavano in cuor loro se non fosse lui il Cristo, Giovanni rispose a tutti dicendo: “Io vi battezzo con acqua; ma viene colui che è più forte di me, a cui non sono degno di slegare i lacci dei sandali. Egli vi battezerà in Spirito Santo e fuoco. Tiene in mano la pala per pulire la sua aia e per raccogliere il frumento nel suo granaio; ma brucerà la paglia con un fuoco inestinguibile”. Con molte altre esortazioni Giovanni evangelizzava il popolo.

## CHE COSA DOBBIAMO FARE?

La vigorosa predicazione del Battista incontra la domanda puntuale delle folle: “Che cosa dobbiamo fare?” (Lc 3,10). È la stessa domanda che le folle pongono a Pietro e agli altri apostoli dopo il primo annuncio della fede (cfr. At 2,37).

L'incontro con la novità di Dio suscita la decisione che impegna la vita. Se il Signore viene a visitare il suo popolo, il suo popolo si domanda: “che cosa dobbiamo fare?”. Domanda a cui Maria stessa ha risposto, aprendosi totalmente all'accoglienza. Questo siamo chiamati a fare in famiglia: aprirci ed accogliere la Parola in noi, perché possa germogliare. In famiglia, in questo Avvento, in particolare possiamo prestare ogni giorno un ascolto più intenso alla Parola di Dio con i brani che la Chiesa propone nell'Ufficio delle letture.

La domanda “cosa posso fare per te, moglie o marito, figlio o figlia?” guida davvero il nostro cammino di coppia e di famiglia o nel nostro cuore albergano individualismo, indifferenza, disinteresse per l'altro?

## PER NOI GENITORI



*Dome genitori, possiamo essere buoni educatori solo nel momento in cui noi stessi prendiamo sul serio il Vangelo, a partire dal nostro rapporto di coppia.*

## PREGHIERA PRIMA DEI PASTI



Signore, benedici questo cibo,  
segno del cibo solido della tua Parola  
con la quale vieni a sfamare  
il nostro bisogno di misericordia  
e a guarire la nostra incapacità  
di un amore incondizionato.  
Per Cristo nostro Signore. Amen

## GLI OCCHIALI PER VEDERE MEGLIO LE NECESSITÀ

Se il Vangelo (la promessa di bene) che mi ha raggiunto, la storia che mi hanno narrato le generazioni precedenti, non dicono niente alla mia vita... sono il famoso terreno in cui il seme non mette radici, per dirla con San Paolo: sono il bronzo che rimbomba o il cembalo che strepita, perché non mi sono lasciato “toccare” dal Dio-amore.

Facciamo nostra la domanda che nasce nei seguaci di Giovanni Battista: E noi? Cosa dobbiamo fare?

Non si tratta di mettere da parte le chiacchiere per passare presto all'azione, al pratico (nell'eterno dibattere se sia più importante la fede o le opere), ma di arrendersi alla Parola ascoltata perché si faccia largo nel nostro cuore e da lì sgorgi la nuova vita in Cristo. Cosa vuol dire per me che sono stato battezzato essere “nuovo” in Gesù?

Ognuno di noi è chiamato ad abbandonare le vecchie abitudini, gli atteggiamenti narcisistici che non ci permettono di vedere altro che il nostro riflesso nell'acqua. Come permettere alla fede di donarmi occhi nuovi, per vedere le necessità e le sofferenze dei fratelli?

## QUARTA SETTIMANA DI AVVENTO

### domenica 19 dicembre



### OCCHI

Gli occhi sono organi donati dal Creatore, finestre spalancate per conoscere e contemplare tutto ciò che lui ha creato. Gli occhi “speciali” della fede permettono invece di vedere ciò che è invisibile: la presenza di Dio in tutto ciò che esiste.

### GUARDIAMO CON FEDE: PRENDI IL LARGO (DUC IN ALTUM)

Prima Lettura *Mic 5,1-4a*

Salmo Responsoriale *Sal 79*

Seconda Lettura *Eb 10,5-10*

### VANGELO *Lc 1,39-45*

In quei giorni Maria si alzò e andò in fretta verso la regione montuosa, in una città di Giuda. Entrata nella casa di Zaccaria, salutò Elisabetta. Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria, il bambino sussultò nel suo grembo. Elisabetta fu colmata di Spirito Santo ed esclamò a gran voce: “Benedetta tu fra le donne e benedetto il frutto del tuo grembo! A che cosa devo che la madre del mio Signore venga da me? Ecco, appena il tuo saluto è giunto ai miei orecchi, il bambino ha sussultato di gioia nel mio grembo. E beata colei che ha creduto nell’adempimento di ciò che il Signore le ha detto”.

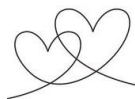
## BEATA COLEI CHE HA CREDUTO

In prossimità della celebrazione del Natale, la liturgia propone la figura di Maria, la Vergine in attesa, che Elisabetta chiama “beata” per la fede. Come Betlemme, seppure piccola, offre il luogo (prima lettura), l’umanità offre un corpo nella carne del Figlio (seconda lettura), così Maria, modello di ogni credente, si fa arca della nuova alleanza, luogo di incontro di Dio con il suo popolo.

L’arrivo di Gesù e di Giovanni Battista, due bambini nel grembo delle loro madri, smuove il solidale incontro di due donne e inaugura un episodio significativo dove la vita si lascia interpellare e fecondare dalla fede. Il saluto che Elisabetta rivolge a Maria “beata te che hai creduto” non è un augurio formale, ma si tratta del riconoscimento di un dato di fatto. Credere rende beati.

Non esiste la famiglia ideale, ma esistono famiglie disposte a mettersi a servizio della redenzione, a credere profondamente che nella sequela del Signore possiamo imparare ad amare, a perdonarci, a donarci reciprocamente, e a servire il bene di tutti. Possiamo imparare a leggere con uno sguardo di fede i segmenti della nostra vita familiare: la nascita dei figli, i traguardi scolastici, le tante esperienze di dolore, gli anniversari di matrimonio, la presenza di anziani in casa ... tutto può essere appello di Dio, per lasciarlo entrare nella nostra vita, accogliendo la trasformazione del nostro modo di agire, reagire, vivere, per realizzare la più alta qualità d’amore possibile per noi.

## PER NOI GENITORI



*Meditiamo in coppia la parola di Lc 1,17 in cui si richiamano i padri a convertirsi ai figli e si annuncia che i figli di conseguenza si convertiranno alla sapienza di Dio; i nostri figli, infatti, si nutrono principalmente della nostra armonia di coppia e del clima di perdono che stabiliamo fra noi genitori.*



## PREGHIERA PRIMA DEI PASTI



Signore benedici questo cibo,  
nutri la nostra vita con l'amore  
che lo Spirito Santo versa nei nostri cuori,  
perché si rafforzi la nostra fede,  
e nella nostra famiglia sia possibile davvero  
sperimentare la beatitudine per coloro che credono.  
Te lo chiediamo per Cristo nostro Signore. Amen.

## LA GIOIA CHE NASCE DALL'INCONTRO

Il cammino dell'Avvento dovrebbe averci insegnato che Dio sempre "visita" la nostra vita, alza il suo sguardo su di noi e come a Simone il pescatore e a suo fratello ha una proposta da fare, a partire da ciò che sono e da quello che sanno fare. Questa settimana, la figura di Maria ci richiama anche alla dimensione comunitaria dell'esperienza credente. In quanto battezzati, siamo venuti a far parte integrante di una storia di salvezza e possiamo, come Maria, andare verso i fratelli, diventando noi stessi – la Chiesa - il luogo in cui Gesù torna a essere incontrabile.

Cerchiamo perciò di non farci complici del saccheggio del Natale da parte di questo mondo, riscoprendo il cuore dell'annuncio cristiano: credere nel Dio-con-noi!

Gesù è nella nostra barca, anche quando apparentemente dorme, e rimane l'unico, vero Signore capace di sgridare il male e riportare la bonaccia nelle nostre vite tormentate. Chi assume uno sguardo di fede, perciò, non può più risultare distratto, superficiale, miope nei confronti della realtà, ma vive i gesti di ogni giorno come spazio in cui il Risorto può manifestarsi.

Nell'ottica del cristiano, l'incontro con l'altro, è fonte di gioia profonda, simile alla "reazione di pancia" di Elisabetta! Lo Spirito Santo che abita in noi, infatti, ci desta alla vita e ci sintonizza con i fratelli.