

*Alzati, Signore, verso il luogo del tuo riposo, tu e l'ARCA della tua potenza  
(Salmo 132, 8)*

## **TRACCIA DI PREGHIERA DICEMBRE 2022**

Preghiamo per LE FAMIGLIE  
e per chi si sta preparando  
a celebrare il sacramento del Matrimonio

### ***COSTRUISCI L'ARCA = PREPARA LA PREGHIERA***

*Cerca un tempo e un luogo stabilito per la preghiera. Possibilmente ti suggeriamo che sia costante nel tempo (stesso giorno, stessa ora). Prepara tutto ciò che ti occorrerà e aiuterà a pregare (Bibbia, canti, rosario...). Cura di pregare con tutta la tua persona, anche con il corpo. Trova una posizione comoda, ma vigilante. Con calma e pazienza cerca, per quanto ti è possibile, di eliminare tutte le possibili distrazioni, riconducendo alla preghiera i tuoi pensieri e le tue emozioni. Invoca lo Spirito Santo. Ti suggeriamo di usare la preghiera Adsumus, proposta per il Sinodo:.*

*Siamo qui dinanzi a te, Spirito Santo:  
siamo tutti riuniti nel tuo nome.*

*Vieni a noi,  
assistici,*

*scendi nei nostri cuori.*

*Insegnaci tu ciò che dobbiamo fare,  
mostraci tu il cammino da seguire tutti insieme.*

*Non permettere che da noi peccatori sia lesa la giustizia,  
non ci faccia sviare l'ignoranza,  
non ci renda parziali l'umana simpatia,  
perché siamo una sola cosa in te  
e in nulla ci discostiamo dalla verità.*

*Lo chiediamo a Te,  
che agisci in tutti i tempi e in tutti i luoghi,  
in comunione con il Padre e con il Figlio,  
per tutti i secoli dei secoli. Amen*

*Rete diocesana di  
preghiera per le vocazioni*

**L'ARCA**

## **OLTRE IL VELO = ENTRA NELLA PREGHIERA**

*Fai bene e con calma il Segno della Croce. Pacificata la nostra mente, lasciata ogni preoccupazione al di fuori del velo e sintonizzato il nostro cuore col Cuore del Padre, concentriamo la nostra preghiera presentando al Signore l'intenzione per la quale ci uniamo in preghiera, come rete diocesana:*

*Per le famiglie della nostra diocesi e per le coppie che si sposteranno*

## **NEL SANTO DEI SANTI = ASCOLTA LA VOCE DEL SIGNORE**

*Lascia parlare il Signore. Apri la Bibbia, leggi e ascolta la Parola di Dio: Vangelo secondo Luca (2,1-19).*



Correggio, Adorazione dei pastori, 1529-1530

## **PRESSO L'ARCA, TRA I DUE CHERUBINI = INTERCESSIONE**

*Rileggo il brano e ripeto ad alta voce una parola che mi ha colpito (risonanze). Oppure recito un salmo a mia scelta. Oppure recito il Santo Rosario o una parte di esso. Oppure recito la Coroncina della Divina Misericordia.*

*MA sempre avendo nel cuore e nella mente l'intenzione comune di preghiera, intercedendo presso Dio, perché faccia crescere la chiamata alla santità e la risposta generosa dei suoi figli nella Chiesa. Posso ricordare al Signore anche i nomi di chi ho nel cuore, pregando per loro.*

***Tanti "auguri scomodi"***  
*meditazione del Venerabile don Tonino Bello, vescovo*  
*(Natale 1993)*

Carissimi, non obbedirei al mio dovere di vescovo se vi dicessi: "Buon Natale" senza darvi disturbo. Io, invece, vi voglio infastidire. Non sopporto infatti l'idea di dover rivolgere auguri innocui, formali, imposti dalla routine di calendario. Mi lusinga addirittura l'idea che qualcuno li respinga al mittente come indesiderati

Gesù che nasce per amore vi dia la nausea di una vita egoista, assurda, senza spinte verticali e vi conceda di inventarvi una vita carica di donazione, di preghiera, di silenzio, di coraggio. Il Bambino che dorme sulla paglia vi tolga il sonno e faccia sentire il guanciale del vostro letto duro come un macigno, finché non avrete dato ospitalità a uno sfrattato, a un marocchino, a un povero di passaggio.

Dio che diventa uomo vi faccia sentire dei vermi ogni volta che la vostra carriera diventa idolo della vostra vita, il sorpasso, il progetto dei vostri giorni, la schiena del prossimo, strumento delle vostre scalate.

Maria, che trova solo nello sterco degli animali la culla dove deporre con tenerezza il frutto del suo grembo, vi costringa con i suoi occhi feriti a sospendere lo struggimento di tutte le nenie natalizie, finché la vostra coscienza ipocrita accetterà che il bidone della spazzatura, l'inceneritore di una clinica diventino tomba senza croce di una vita soppressa.

Giuseppe, che nell'affronto di mille porte chiuse è il simbolo di tutte le delusioni paterne, disturbi le sbornie dei vostri cenoni, rimproveri i tepori delle vostre tombolate, provochi corti circuiti allo spreco delle vostre luminarie, fino a quando non vi lascerete mettere in crisi dalla sofferenza di tanti genitori che versano lacrime segrete per i loro figli senza fortuna, senza salute, senza lavoro.

Gli angeli che annunciano la pace portino ancora guerra alla vostra sonnolenta tranquillità incapace di vedere che poco più lontano di una spanna, con l'aggravante del vostro complice silenzio, si consumano ingiustizie, si sfratta la gente, si fabbricano armi, si militarizza la terra degli umili, si condannano popoli allo sterminio della fame.

I poveri che accorrono alla grotta, mentre i potenti tramano nell'oscurità e la città dorme nell'indifferenza, vi facciano capire che, se anche voi volete vedere "una gran luce" dovete partire dagli ultimi [...] Che le elemosine di chi gioca sulla pelle della gente sono tranquillanti inutili.

I pastori che vegliano nella notte, "facendo la guardia al gregge", e scrutano l'aurora, vi diano il senso della storia, l'ebbrezza delle attese, il gaudio dell'abbandono in Dio. E vi ispirino il desiderio profondo di vivere poveri che è poi l'unico modo per morire ricchi.

***Buon Natale! Sul nostro vecchio mondo che muore, nasca la speranza.***



*Mi impegno a vivere un gesto concreto di condivisione, che la rete di preghiera mi propone. E' un passo in più, per vivere la preghiera anche fuori di questo tempo.*

**Un impegno concreto:** *adotto "spiritualmente" una famiglia.*

*La accompagnerò con la preghiera, cercherò di starle vicino con discrezione e disponibilità. Se potrò fare qualcosa di concreto, non mi tirerò indietro. Cercherò di scoprire, anche nella famiglia più scalcagnata, il dono vitale di Dio per la sua Chiesa, che ancora oggi si trasmette di generazione in generazione nel generare e rigenerare l'amore.*

## **CONCLUSIONE**

*Saluto il Signore e lo ringrazio, con una preghiera spontanea. oppure con questa preghiera.*

*Termino, come all'inizio, con il Segno della croce.*

*Vieni Signore vieni, maranatha  
Gesù, Maria e Giuseppe,  
in voi contempliamo  
lo splendore del vero amore,  
a voi, fiduciosi, ci affidiamo.*

*Santa Famiglia di Nazaret,  
mai più ci siano nelle famiglie  
episodi di violenza,  
di chiusura e di divisione;  
che chiunque sia stato ferito o scandalizzato  
venga prontamente confortato e guarito.*

*Santa Famiglia di Nazaret,  
fa' che tutti ci rendiamo consapevoli  
del carattere sacro e inviolabile della famiglia,  
della sua bellezza nel progetto di Dio.*

*Gesù, Maria e Giuseppe,  
ascoltateci e accogliete  
la nostra supplica.  
Amen*