

MI RIPOSO IN TE

Proposta quotidiana di preghiera
della Diocesi di Padova

AVVENTO | NATALE 2024
3ª SETTIMANA



Abbiamo
un tesoro
in vasi
di creta

(2 Cor 4,7)

Ci siamo quasi! I cuori fremono per l'accorciarsi dell'attesa. Non siamo soli: Dio è con noi! In questa settimana ci regaleremo di ritrovare la gioia in noi e nella nostra famiglia e la moltiplichiamo condividendola a scuola, sul lavoro, con gli amici fino a chi non conosciamo. C'è un mondo che aspetta di riscoprire la bellezza e la bontà della vita, c'è un mondo che ci aspetta! Da lunedì a venerdì abbracceremo con la nostra preghiera, le attività quotidiane, la creazione, i fratelli migranti, chi ha responsabilità politiche, le persone e i popoli oppressi. Ogni giorno l'arcobaleno crescerà di colori per accendere di gioia il cielo e portare pace sulla Terra.

All'inizio della preghiera spengo tutte le luci e accendo le candele dell'Avvento.

Inizio e conclusione della preghiera (per ogni giorno)

C Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo
T Amen.

Benedizione finale (per ogni giorno)

C O Dio, nostro Padre, suscita in noi la volontà di andare incontro con le buone opere al tuo Cristo che viene, soccorri la fragilità della nostra fede e fa' che non ci stanchiamo di attendere la tua consolante presenza.

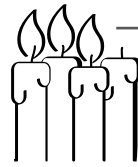
Per Cristo nostro Signore.

T Amen.

Al termine ci affidiamo: Ave Maria, Gloria al Padre e Angelo di Dio

Legenda: C=Conduttore / T=Tutti / L=Lettore

La proposta di preghiera di questa settimana è stata curata
dall'Ufficio di pastorale sociale e del lavoro



Sabato 14 dicembre

Accendiamo la terza candela, posizionandola accanto a quelle accese le scorse settimane, nell'Angolo bello o nel presepio.

Ascoltiamo

C Leggiamo il Vangelo della terza domenica di Avvento, detta Domenica *Gaudete* cioè domenica di gioia (Lc 3, 10-18). Ascoltiamo il nostro desiderio di gioia, quello di chi ci sta accanto, quello dell'intera umanità e della creazione.

Puoi leggerlo dal sito
dall'Alba al tramonto

www.bit.ly/vangelo-domenica3



Riflettiamo

C Osiamo anche noi interrogare Giovanni per sapere «Che cosa dobbiamo fare» per aprire la strada alla gioia? A volte ci sono difficoltà che ci tolgono il sorriso, altre volte disillusi preferiamo rannicciarci nell'apatia, accade pure di arrovellarci in rancori o risentimenti, talvolta la rabbia ci rende cinici e la diffidenza distanti, freddi... Dove e come possiamo ritrovare la gioia? Dalle risposte date alla gente, ai pubblicani e ai soldati, scopriamo che la gioia sta nella relazione e facendo il bene: condividere, agire con onestà, essere miti. Vogliamo provarci? Alla fine della settimana sapremo se Giovanni aveva ragione!

Domenica 15 dicembre

Meditiamo

C Il Signore, la gioia di tutta la Terra, è vicino, sta per nascere. Dio è con noi! Scegliamo in questa settimana di stare nella letizia di Gesù concedendo al nostro cuore di ascoltare e seguire il suo desiderio di pace e permettendo a tutti, proprio a tutti - familiari, parenti, amici, compagni, colleghi - di sperimentare la nostra amabilità.

Certo non è facile, servono tenacia e coraggio. La tenacia nel perseguire il bene e il coraggio di andare contro corrente. E serve un animo riconoscente.

Preghiamo (a voci alterne)

L Gli abitanti degli estremi confini
si stupiscono davanti ai tuoi prodigi:
di gioia fai gridare la Terra,
le soglie dell'oriente e dell'occidente.

T Tu visiti la Terra e la disseti:
la ricolmi delle sue ricchezze.
Coroni l'anno con i tuoi benefici,
al tuo passaggio stilla l'abbondanza.

L Stillano i pascoli del deserto
e le colline si cingono di esultanza.
I prati si coprono di greggi,
le valli si ammantano di grano.

T Tutto canta e grida di gioia.

Lunedì 16 dicembre

Riflettiamo

C Sono riprese le attività quotidiane con il lavoro e lo studio, spazi dove possiamo esprimere capacità e apprendere competenze, contribuire allo sviluppo materiale, culturale e spirituale nostro e della comunità.

Spazi anche di fatica e quando il quotidiano porta preoccupazioni e ansie è il momento di fermarsi, gettare nel Signore il nostro affanno e attendere... sentiremo distendersi il sorriso sulle nostre labbra sussurranti: "Providenza!".

Preghiamo insieme (a voci alterne)

L Se il Signore non costruisce la casa,
invano vi faticano i costruttori.

T Se il Signore non custodisce la città,
invano veglia il custode.

L Invano vi alzate di buon mattino,
tardi andate a riposare
e mangiate pane di sudore:

T il Signore ne darà ai suoi amici nel sonno.

Meditiamo

C Abbracciamo con l'affetto della nostra preghiera chi non trova lavoro, chi non riceve una paga dignitosa, chi svolge un lavoro non sicuro, chi non ha tutele, chi è sfruttato, chi è costretto a chiudere la propria azienda, chi... (continuiamo liberamente)

Riflettiamo

C Che bello terminare una giornata e avere un pochino di tempo per ripercorrerla e accorgersi anche delle cose che vanno in automatico! Pensare agli alberi che ci danno l'ossigeno, ai campi e agli animali che ci forniscono il cibo, al sole che illumina le giornate... e ringraziare. Pensare ai nostri gesti quotidiani di attenzione e cura nei confronti della natura di cui siamo parte... e rinnovare il nostro impegno ecologico.

Preghiamo insieme (a voci alterne)

- L** Lodate il Signore dai cieli,
lodatelo nell'alto dei cieli.
- T** **Lodatelo, sole e luna,
lodatelo, voi tutte, fulgide stelle.**
- L** Lodatelo, cieli dei cieli,
voi acque al di sopra dei cieli.
- T** **Lodino tutti il nome del Signore,
perché egli disse e furono creati.**

Meditiamo

C Abbracciamo con l'affetto della nostra preghiera gli alberi custodi di vita, l'acqua che ci disseta, la terra che ci nutre, le nuvole che giocano nel cielo... (continuiamo liberamente)

Ascoltiamo e cantiamo
Il Cantico delle Creature di Angelo Branduardi
www.bit.ly/branduardi-cantico



Riflettiamo

C Oggi è la Giornata internazionale dei migranti, proclamata dall'ONU esattamente 2000 anni dopo che anche per Maria e Giuseppe non vi fu posto in nessuna casa di Betlemme. Per mare e per terra, continuano i poveri a migrare clandestini per il mondo; in ogni comitiva possiamo incontrare Maria, Giuseppe e Gesù. Riconosciamo i diritti dei migranti e promuoviamo l'accoglienza e l'integrazione senza discriminazioni.

Preghiamo insieme (a voci alterne)

- L** Guarda come è bello e gioioso
che i fratelli vivano insieme.
- T** **È come profumo d'olio prezioso versato sul capo
di Aronne, che scorre sulla barba fino sul collo del
manto.**
- L** È come una fresca rugiada che scende sul monte Sion
abbondante come sull'Ermon

Meditiamo

C Abbracciamo con l'affetto della nostra preghiera chi è costretto a lasciare il proprio Paese, chi non trova accoglienza, chi è discriminato per il colore della pelle, chi... (continuiamo liberamente)

Guardiamo e riflettiamo:
La piccola fiammiferaia, una favola moderna
www.bit.ly/piccola-fiammiferaia



Riflettiamo

C Quando una persona cara sta male, subito preghiamo perché guarisca e lo stesso vogliamo fare per la democrazia. Papa Francesco ci allerta dicendo che la democrazia non gode di buona salute: ha il cuore infartuato. Necessita di una cura di partecipazione, che è un farmaco molto efficace per realizzare una buona politica. Per curare la democrazia serve l'impegno di tutti, ciascuno con il proprio ruolo e responsabilità.

Preghiamo insieme (a voci alterne)

- L** Il Signore è fedele per sempre,
rende giustizia agli oppressi,
dà il pane agli affamati.
- T** **Signore libera i prigionieri,
il Signore ridona la vista ai ciechi,
il Signore rialza chi è caduto,
il Signore ama i giusti.**
- L** Il Signore protegge lo straniero,
egli sostiene l'orfano e la vedova,
ma sconvolge le vie degli empi.
- T** **Il Signore regna per sempre.**

Meditiamo

C Abbracciamo con l'affetto della nostra preghiera i governanti, gli amministratori e tutti coloro che hanno responsabilità di guida nella comunità civile, i popoli e gli abitanti della terra, i cittadini consapevoli, l'umanità impegnata... (continuiamo liberamente)

Riflettiamo

C Oggi si celebra la Giornata internazionale della solidarietà umana, istituita dall'ONU nel 2005. Si dichiara che la solidarietà è uno dei valori fondamentali e universali da porre alla base delle relazioni tra i popoli. La concentrazione delle ricchezze e del potere in mano a pochi è causa di gravi ingiustizie. Senza solidarietà non può esserci una pacifica convivenza tra i singoli e tra i popoli.

L Leggiamo la profezia di pace nel Libro di Isaia

Il Signore c'insegnerà quel che dobbiamo fare; noi impareremo come comportarci. I popoli trasformeranno le loro spade in aratri e le lance in falci. Le nazioni non saranno più in lotta tra loro e cesseranno di prepararsi alla guerra.

Meditiamo

- C** Lasciamoci abbracciare dall'affetto del Padre chiedendo:
- T** **Donaci la gioia di avere uno sguardo attento
Donaci la gioia di dire parole buone
Donaci la gioia di fare gesti gentili
Donaci la gioia di... (continuiamo liberamente)**

PER LE FAMIGLIE: a questo link la versione arricchita con le proposte per i più piccoli:
www.bit.ly/avvento2024

