

## IN PREGHIERA PER LE COPPIE

Martedì 24 maggio 2016

### ADORAZIONE

- *Nulla ti turbi, nulla ti spaventi: chi ha Dio nulla gli manca.  
Nulla ti turbi, nulla ti spaventi: solo Dio basta.*

***“Cessò il settimo giorno da ogni suo lavoro”***

- *Te al centro del mio cuore (pag. 31)*

### SALMO 61

*RIT.: Solo in Dio riposa l'anima mia; da lui la mia speranza.*

Lui solo è mia rupe e mia salvezza,  
mia roccia di difesa: non potrò vacillare.

*RIT.: Solo in Dio riposa l'anima mia; da lui la mia speranza.*

In Dio è la mia salvezza e la mia gloria;  
il mio saldo rifugio, la mia difesa è in Dio.

*RIT.: Solo in Dio riposa l'anima mia; da lui la mia speranza.*

Confida sempre in lui, o popolo,  
davanti a lui effondi il tuo cuore, nostro rifugio è Dio.

*RIT.: Solo in Dio riposa l'anima mia; da lui la mia speranza.*

Una parola ha detto Dio, due ne ho udite:  
il potere appartiene a Dio, tua, Signore, è la grazia.

*RIT.: Solo in Dio riposa l'anima mia; da lui la mia speranza.*

## DAL LIBRO DELLA GENESI (2, 1-4a)

<sup>1</sup>Così furono portati a compimento il cielo e la terra e tutte le loro schiere. <sup>2</sup>Allora Dio, nel settimo giorno portò a termine il lavoro che aveva fatto e cessò nel settimo giorno da ogni suo lavoro. <sup>3</sup>Dio benedisse il settimo giorno e lo consacrò, perché in esso aveva cessato da ogni lavoro che egli creando aveva fatto. <sup>4</sup>Queste le origini del cielo e della terra, quando vennero creati. Quando il Signore Dio fece la terra e il cielo. *PAROLA DI DIO*

### RIFLESSIONE:

*(da "Sposi e Bibbia" di Lorenzo Zani, pagg 43-47)*

Dio è grande perché è capace di creare, ma anche perché è capace di riposare, di essere più forte della propria forza, perché sa alternare il lavoro e il riposo, a conferma che il tempo appartiene soltanto a lui e che il tempo è più importante dello spazio. Il sabato è il tempo del riposo di Dio, della pace, della festa. Il sabato riassume la settimana e le dà significato. Il riposo di Dio e dell'uomo dona senso al tempo e salva l'uomo dall'illusione di possederlo e di dominarlo. (...)

L'uomo è a immagine di Dio perché lavora, ma lo è anche soprattutto perché sa riposare. (...) Ai giorni del lavoro deve seguire quello del riposo non solo perché l'uomo recuperi le energie fisiche, ma soprattutto perché l'uomo resti uomo, abbia tempo per vivere in comunione con Dio e in dialogo con gli altri, perché l'uomo viva la sua vocazione, torni all'origine e si apra al mondo nuovo, futuro, sia capace di ricordare il passato e di sperare nel futuro.(...)

Gesù dirà ai farisei che il sabato è stato fatto per l'uomo. Il riposo che caratterizza il giorno del Signore esprime la capacità di fermarsi per fare memoria dei doni di Dio, di far festa, di celebrare la vita come luogo in cui riconosciamo la necessità del gratuito e la gratuità del necessario.

### MEDITAZIONE SILENZIOSA

## PREGHIAMO

Spesso nelle nostre famiglie i pensieri sono tanti, gli impegni tantissimi e Tu, Signore, resti alla fine di tutto. Aiutaci a trovare il tempo per Te, sia come singoli che come coppia, per trovare ristoro in Te. *Noi ti preghiamo*

Aiutaci, Signore, a vivere la domenica come il giorno della famiglia: giorno del dialogo e della gratuità, giorno della contemplazione e della gratitudine. *Noi ti preghiamo*

La Domenica è anche il giorno della comunità riunita. Fa che sappiamo essere membri attivi all'interno delle nostre comunità per rendere il giorno del Signore sempre più vivo e credibile. *Noi ti preghiamo*

Aiutaci, Signore, a trovare il desiderio e la capacità di fermarci: di fare festa, di riposare, di dedicarci alla famiglia, agli amici, alla contemplazione, alle opere di carità, al contatto con la natura. *Noi ti preghiamo*

Purtroppo per molti, anche cristiani, la domenica si riduce a un fine settimana: consumista, stancante, nervoso e vuoto. Aiutaci, Signore, a capire e a comunicare ai nostri figli che il riposo settimanale ha senso e significato anche ai giorni feriali, al lavoro, alle nostre scelte. *Noi ti preghiamo*

Preghiamo ancora...

## PADRE NOSTRO

## PREGHIERA CONCLUSIVA

**Chi ci darà ali, come di colomba,  
per volare e trovare riposo?** (Sal 55,7).  
Signore, a volte la nostra vita assomiglia  
a una macchina impazzita che sfugge a ogni controllo.  
Ci lasciamo prendere da ritmi così snervanti  
che rischiamo di vivere in una continua corsa.  
E spesso evitiamo di verificare i risultati  
per il timore di rimanere delusi.

Signore, **se non sei tu a costruire la casa,  
invano vi faticano i costruttori...**  
**Invano ci alziamo di buon mattino  
e andiamo tardi a riposare,** se non sei tu a guidare  
tutta la nostra vita (Sal 127, 1,2).

Tu, buon pastore, **puoi farci riposare su pascoli erbosi  
e condurci ad acque tranquille** (Sal 23,2).  
Insegnaci a cercare in te il nostro riposo.  
Per riposare veramente. Con te.

*(Pregare in famiglia con la Bibbia  
Piero Rattin, Gregorio Vivaldelli)*



*Madre della speranza (pag.42)*