

# *Una sola carne*

*Adorazione Eucaristica sulla famiglia*

*... l'uomo  
lascerà suo padre e sua madre  
e si unirà a sua moglie,  
e i due saranno un'unica carne.*

*(Genesi 2, 24)*



# *Introduzione*

## *La vita cristiana nella famiglia*

Fratelli: siate sottomessi gli uni agli altri nel timore di Cristo.

Le mogli siano sottomesse ai mariti come al Signore; il marito infatti è capo della moglie, come anche Cristo è capo della Chiesa, lui che è il salvatore del suo corpo. E come la Chiesa sta sottomessa a Cristo, così anche le mogli siano soggette ai loro mariti in tutto.

E voi, mariti, amate le vostre mogli, come Cristo ha amato la Chiesa e ha dato se stesso per lei, per renderla santa, purificandola per mezzo del lavacro dell'acqua accompagnato dalla parola, al fine di farsi comparire davanti la sua Chiesa tutta gloriosa, senza macchia né ruga o alcunché di simile, ma santa e immacolata. Così anche i mariti hanno il dovere di amare le mogli come il proprio corpo, perché chi ama la propria moglie ama se stesso. Nessuno mai infatti ha preso in odio la propria carne; al contrario la nutre e la cura, come fa Cristo con la Chiesa, poiché siamo membra del suo corpo. Per questo l'uomo lascerà suo padre e sua madre e si unirà alla sua donna e i due formeranno una carne sola (Gn 2, 24). Questo mistero è grande; lo dico in riferimento a Cristo e alla Chiesa! Quindi anche voi, ciascuno da parte sua, ami la propria moglie come se stesso, e la donna sia rispettosa verso il marito.

Figli, obbedite ai vostri genitori nel Signore, perché questo è giusto. Onora tuo padre e tua madre: è questo il primo comandamento associato a una promessa: perché tu sia felice e goda di una vita lunga sopra la terra (Es 20, 12; Dt 5, 10). E voi, padri, non inasprite i vostri figli, ma allevateli nell'educazione e nella disciplina del Signore.

(Efesini 5, 21 - 6, 4)

# *1 – Una carne sola*

## **La Parola di Dio**

*Il Signore Dio formò con la costola, che aveva tolta all'uomo, una donna e la condusse all'uomo. Allora l'uomo disse: «Questa volta è osso dalle mie ossa e carne dalla mia carne. La si chiamerà donna perché dall'uomo è stata tolta». Per questo l'uomo lascerà suo padre e sua madre e si unirà a sua moglie, e i due saranno un'unica carne.*

(Genesi 2, 22-24)

## **La Parola della Chiesa**

L'amore degli sposi esige, per sua stessa natura, l'unità e l'indissolubilità della loro comunità di persone che abbraccia tutta la loro vita: «Così che non sono più due, ma una carne sola» (Mt 19,6). Essi «sono chiamati a crescere continuamente nella loro comunione attraverso la fedeltà quotidiana alla promessa matrimoniale del reciproco dono totale». Questa comunione umana è confermata, purificata e condotta a perfezione mediante la comunione in Cristo Gesù, donata dal sacramento del Matrimonio. Essa si approfondisce mediante la vita di comune fede e mediante l'Eucaristia ricevuta insieme.

(Catechismo Chiesa Cattolica, 1644)

## **Riflessione**

Come sarò capace di esporre la felicità di quel matrimonio che la Chiesa unisce, l'offerta eucaristica conferma, la benedizione suggella, gli angeli annunciano e il Padre celeste ratifica?... Quale giogo quello di due fedeli uniti in un'unica speranza, in un unico desiderio, in un'unica osservanza, in un unico servizio! Entrambi sono figli dello stesso Padre, servi dello stesso Signore; non vi è nessuna divisione quanto allo spirito e quanto alla carne. Anzi, sono veramente due in una sola carne e dove la carne è unica, unico è lo spirito. (Tertulliano, *Ad uxorem*, 2, 9)

## Ripetiamo

**Grande cosa è l'amore.**

Un bene che, solo, rende leggera ogni cosa pesante e sopporta tranquillamente ogni cosa difficile;

**Grande cosa è l'amore.**

porta il peso, senza fatica, e rende dolce e gustosa ogni cosa amara.

**Grande cosa è l'amore.**

Niente è più dolce dell'amore; niente è più forte, più alto o più grande:

**Grande cosa è l'amore.**

niente, né in cielo né in terra, è più colmo di gioia, più completo o più buono:

**Grande cosa è l'amore.**

perché l'amore nasce da Dio e soltanto in Dio, al di sopra di tutte le cose create, può trovare riposo.

**Grande cosa è l'amore.**

(Imitazione di Cristo, Libro III, cap. V)

## Dagli scritti di Padre Pio

*O miei buoni figliuoli, il dolce Gesù si compiaccia rendervi tali; circondati, cioè, dal mondo e dalla carne voi viviate di spirito, tra le vanità della terra voi viviate nel cielo, vivendo con gli uomini lo lodiate e l'amiate con gli angeli, e che il fondamento delle vostre speranze sia sempre in alto ed al paradiso.*

(Epistolario IV, p 445)

## Preghiamo insieme

Beato l'uomo che teme il Signore e cammina nelle sue vie. Vivrai del lavoro delle tue mani, sarai felice e godrai d'ogni bene. La tua sposa come vite feconda nell'intimità della tua casa; i tuoi figli come virgulti d'ulivo intorno alla tua mensa. Così sarà benedetto l'uomo che teme il Signore. Ti benedica il Signore da Sion! Possa tu vedere la prosperità di Gerusalemme per tutti i giorni della tua vita. Possa tu vedere i figli dei tuoi figli. Pace su Israele!

(dal Salmo 127)

Canto: **Vieni dal Libano** (n. 4, pag. 22)

**Sia santificato** (n. 5, pag. 22)

## 2 - Crescete e moltiplicatevi

### La Parola di Dio

*... Dio creò l'uomo a sua immagine; a immagine di Dio lo creò; maschio e femmina li creò. Dio li benedisse e disse loro: "Siate fecondi e moltiplicatevi, riempite la terra e soggiogatela, dominate sui pesci del mare e sugli uccelli del cielo e su ogni essere vivente, che striscia sulla terra".*

(Genesi 1, 27-28)

### La Parola della Chiesa

La fecondità dell'amore coniugale si estende ai frutti della vita morale, spirituale e soprannaturale che i genitori trasmettono ai loro figli attraverso l'educazione. I genitori sono i primi e principali educatori dei loro figli. In questo senso il compito fondamentale del matrimonio e della famiglia è di essere al servizio della vita. I coniugi ai quali Dio non ha concesso di avere figli, possono nondimeno avere una vita coniugale piena di senso, umanamente e cristianamente. Il loro matrimonio può risplendere di una fecondità di carità, di accoglienza e di sacrificio.

(Catechismo Chiesa Cattolica, 1653-1654)

### Riflessione

Dio crea l'uomo e la donna a sua immagine e iscrive in essi il mistero dell'amore fecondo che ha la sua origine nello stesso Dio. La diversità dei sessi permette la complementarità e la comunione feconda delle persone: "Siate fecondi e moltiplicatevi, riempite la terra: soggiogatela" (Gen 1, 28). Dio si è fidato dell'uomo: gli ha affidato le fonti della vita; ha chiamato l'uomo e la donna a collaborare alla sua opera creatrice. Ha impresso per sempre nella coscienza umana il suo desiderio di fecondità nella cornice di una unione esclusiva e stabile.

(Giovanni Paolo II, Incontro con le famiglie cristiane di Panama, Panama 5 marzo 1983, 2)

## **Ripetiamo**

***Grande cosa è l'amore.***

Signore, se questa è la tua volontà, così si faccia.

***Grande cosa è l'amore.***

Signore, se questo è per tuo amore, così si faccia, nel tuo nome.

***Grande cosa è l'amore.***

... Dammi di desiderare e di volere ciò che più ti è gradito, e più ti piace.

***Grande cosa è l'amore.***

La tua volontà sia la mia volontà; che io la segua e che ad essa mi confermi pienamente;

***Grande cosa è l'amore.***

... che io possa desiderare o non desiderare soltanto quello che tu desideri e non desideri.

***Grande cosa è l'amore.***

(Imitazione di Cristo, Libro III, cap. XV)

## **Dagli scritti di Padre Pio**

*Gettate in [Gesù] solo ogni vostra sollecitudine, poiché egli ha cura grandissima di voi e di quei tre angioletti di figliuoli dei quali la provvidenza ha voluto che ne foste adorna... Siate sempre sollecita per la loro educazione non tanto scientifica, quanto morale. Il tutto vi stia a cuore ed abbiatele caro più della pupilla dell'occhio vostro. Alla educazione della mente, mediante i buoni studi, procurate che vada sempre accoppiata l'educazione del cuore e nella nostra santa religione; quella senza di questa, mia buona signora, dà una ferita mortale al cuore umano.*

(Epistolario III, pp 129-130)

## **Preghiamo insieme**

Se il Signore non costruisce la casa, invano vi faticano i costruttori. Se il Signore non custodisce la città, invano veglia il custode. Invano vi alzate di buon mattino, tardi andate a riposare e mangiate pane di sudore: il Signore ne darà ai suoi amici nel sonno. Ecco, dono del Signore sono i figli, è sua grazia il frutto del grembo. Come frecce in mano a un eroe sono i figli della giovinezza. Beato l'uomo che ne ha piena la faretra: non resterà confuso quando verrà a trattare alla porta con i propri nemici.

(dal Salmo 126)

Canto: ***Laudato si', Signore*** (n. 2, pag. 21)

***Vivere la vita*** (n. 6, pag. 23)

# 3 - Palestra d'amore

## La Parola di Dio

*Carissimi, se Dio ci ha amati così, anche noi dobbiamo amarci gli uni gli altri. Nessuno mai ha visto Dio; se ci amiamo gli uni gli altri, Dio rimane in noi e l'amore di lui è perfetto in noi. In questo si conosce che noi rimaniamo in lui ed egli in noi: egli ci ha donato il suo Spirito.*

(1Giovanni 4, 11-13)

## La Parola della Chiesa

«Come un tempo Dio venne incontro al suo popolo con un Patto di amore e di fedeltà, così ora il Salvatore degli uomini e Sposo della Chiesa viene incontro ai coniugi cristiani attraverso il sacramento del Matrimonio». Egli rimane con loro, dà loro la forza di seguirlo prendendo su di sé la propria croce, di rialzarsi dopo le loro cadute, di perdonarsi vicendevolmente, di portare gli uni i pesi degli altri, di essere « sottomessi gli uni agli altri nel timore di Cristo» (Ef 5,21) e di amarsi di un amore soprannaturale, tenero e fecondo. Nelle gioie del loro amore e della loro vita familiare egli concede loro, fin da quaggiù, una preguistazione del banchetto delle nozze dell'Agnello.

(Catechismo Chiesa Cattolica, 1642)

## Riflessione

Il matrimonio è una storia di mutuo amore, un cammino di maturità umana e cristiana. Solo nel progressivo manifestarsi delle persone si può consolidare una relazione d'amore che coinvolge la totalità della vita degli sposi. Il cammino è arduo, ma non impossibile. E la grazia del matrimonio comprende anche l'aiuto necessario per il superamento di queste inevitabili difficoltà. Al contrario, la rottura dell'alleanza matrimoniale non solo attenta contro la legge di Dio, ma blocca il processo di maturazione, la piena realizzazione delle persone.

(Giovanni Paolo II,

Incontro con le famiglie cristiane di Panama, Panama 5 marzo 1983, 4)



## Ripetiamo

Fa' che io comprenda ciò che è da comprendere;

**Grande cosa è l'amore.**

fa' che io ami ciò che è da amare;

**Grande cosa è l'amore.**

fa' che io approvi ciò che sommamente piace a te;

**Grande cosa è l'amore.**

fa' che io apprezzi ciò che a te pare prezioso;

**Grande cosa è l'amore.**

fa' che io disprezzi ciò che è abietto ai tuoi occhi.

**Grande cosa è l'amore.**

(Imitazione di Cristo, Libro III, cap. L, 3)

## Dagli scritti di Padre Pio

*Avendo io veduto in voi l'albero del desiderio della santità, che Dio stesso ha piantato nell'anime vostre, l'amo teneramente e sento piacere nel considerarlo più adesso che quando eravate qui; quindi vi esorto a fare lo stesso, e a dire insieme con me: Dio vi faccia crescere, o bell'albero piantato, divina semenza; voglia Dio farvi produrre il vostro frutto a maturità, e quando l'avrete prodotto, piaccia a Dio di preservarvi dal vento molesto, il quale fa cadere i frutti interi, che le bestie indiscrete vanno a divorare.*

(Epistolario IV, p 440)

## Preghiamo insieme

Dio abbia pietà di noi e ci benedica, su di noi faccia splendere il suo volto; perché si conosca sulla terra la tua via, fra tutte le genti la tua salvezza. Ti lodino i popoli, Dio, ti lodino i popoli tutti. Esultino le genti e si rallegrino, perché giudichi i popoli con giustizia, governi le nazioni sulla terra. Ti lodino i popoli, Dio, ti lodino i popoli tutti. La terra ha dato il suo frutto. Ci benedica Dio, il nostro Dio, ci benedica Dio e lo temano tutti i confini della terra.

(dal Salmo 66)

Canto: **Dacci oggi** (n. 8, pag. 24)

**Dov'è carità e amore** (n. 7, pag. 23)

## 4 - Piccola Chiesa

### La Parola di Dio

*Scelti da Dio, santi e amati, rivestitevi dunque di sentimenti di tenerezza, di bontà, di umiltà, di mansuetudine, di magnanimità, sopportandovi a vicenda e perdonandovi gli uni gli altri, se qualcuno avesse di che lamentarsi nei riguardi di un altro. Come il Signore vi ha perdonato, così fate anche voi. Ma sopra tutte queste cose rivestitevi della carità, che le unisce in modo perfetto.*

(Colossesi 3, 12-14)

### La Parola della Chiesa

«L'amore coniugale comporta una totalità in cui entrano tutte le componenti della persona ...; esso mira a una unità profondamente personale, quella che, al di là dell'unione in una sola carne, conduce a non fare che un cuore solo e un'anima sola; esso esige l'indissolubilità e la fedeltà della donazione reciproca definitiva e si apre sulla fecondità. In una parola, si tratta di caratteristiche normali di ogni amore coniugale, ma con un significato nuovo che non solo le purifica e le consolida, ma anche le eleva al punto di farne l'espressione di valori propriamente cristiani». (Catechismo Chiesa Cattolica, 1643)

### Riflessione

Un aspetto importante della vita familiare è quello dei rapporti tra: genitori e figli. Infatti, l'autorità e l'obbedienza che si vivono nella famiglia cristiana devono essere imbevute dell'amore di Cristo e orientate alla realizzazione delle persone. San Paolo lo sintetizza in una frase densa di contenuto: agire nel Signore, cioè secondo la sua volontà, alla sua presenza, poiché lui presiede alla Chiesa domestica che è la famiglia. Solo nella prova del vero amore si superano i conflitti che nascono fra le generazioni. Nella pazienza, nella ricerca della verità, si potranno integrare quei valori complementari di cui ogni generazione è portatrice.

(Giovanni Paolo II, Incontro con le famiglie cristiane di Panama, Panama 5 marzo 1983, 7)

## Ripetiamo

**Grande cosa è l'amore.**

Chi è saggio nell'amore non guarda tanto al pregio del dono, quanto all'amore di colui che dona.

**Grande cosa è l'amore.**

Guarda più all'affetto che al prezzo, e pone tutti i doni al di sotto della persona amata. **Grande cosa è l'amore.**

Chi è nobile nell'amore non si appaga nel dono, ma si appaga in me, al di sopra di qualunque dono.

**Grande cosa è l'amore.**

Se talvolta, verso di me, o verso i miei santi, hai l'animo meno ben disposto di quanto vorresti, non per questo tutto è perduto.

**Grande cosa è l'amore.**

Quell'amore che talora senti, buono e dolce, è effetto della grazia presente in te.

**Grande cosa è l'amore.**

(Imitazione di Cristo, Libro III, cap. VI)

## Dagli scritti di Padre Pio

*Vi scongiuro, miei carissimi figliuoli, di avere somma cura dei vostri cuori. Procurate di mantenervi la pace coll'uguaglianza degli umori. Io non dico, badate bene, mantenetevi la pace, ma dico procurate di mantenervela: che questo sia il vostro desiderio principale; e guardatevi bene dal prendere motivo di disturbarvi per non poter sottomettere la varietà dei sentimenti dei vostri umori.*

(Epistolario IV, pp 441-442)

## Preghiamo insieme

Proteggimi, o Dio: in te mi rifugio. Ho detto a Dio: "Sei tu il mio Signore, senza di te non ho alcun bene". Per i santi, che sono sulla terra, uomini nobili, è tutto il mio amore. Il Signore è mia parte di eredità e mio calice: nelle tue mani è la mia vita. Per me la sorte è caduta su luoghi deliziosi, è magnifica la mia eredità. Benedico il Signore che mi ha dato consiglio; anche di notte il mio cuore mi istruisce. Io pongo sempre innanzi a me il Signore, sta alla mia destra, non posso vacillare.

(dal Salmo 15)

Canto: **Mia dimora** (n. 10, pag. 24)

**Re di gloria** (n. 12, pag. 25)

## 5 - Scuola di vita

### La Parola di Dio

*Ascolta, figlio mio, l'istruzione di tuo padre e non disprezzare l'insegnamento di tua madre, perché saranno corona graziosa sul tuo capo e monili per il tuo collo.*

(Proverbi 1, 8-9)

### La Parola della Chiesa

È in seno alla famiglia che «i genitori devono essere per i loro figli, con la parola e con l'esempio, i primi annunciatori della fede, e assecondare la vocazione propria di ognuno, e quella sacra in modo speciale». È qui che si esercita in maniera privilegiata il sacerdozio battesimale del padre di famiglia, della madre, dei figli, di tutti i membri della famiglia, «con la partecipazione ai sacramenti, con la preghiera e il ringraziamento, con la testimonianza di una vita santa, con l'abnegazione e l'operosa carità». Il focolare è così la prima scuola di vita cristiana e «una scuola di umanità più ricca».

(Catechismo Chiesa Cattolica, 1656-1657)

### Riflessione

Il mondo è immerso nell'odio, nell'isolamento, nell'egoismo e ne soffre da morire. In queste tenebre, il focolare cristiano dovrà risplendere per il suo amore, «fuoco divorante davanti all'Eterno», come una fiamma di carità e di pace e anche come una testimonianza della dignità dell'uomo, che è quella di un figlio di Dio. Nell'irradiazione di questo amore, l'uomo, quando all'ora del tramonto tutti si riuniscono intorno a lui, spezzerà il pane in un gesto eterno che lascia parlare il cuore e dirà, con tutti i suoi fratelli e per tutti quelli che non sanno ancora dirlo: «Padre nostro». (Paolo Evdokimov, *Le mariage, sacrement de l'amour*, Edition du livre français, Lione 1944, p 95)

### Ripetiamo

***Grande cosa è l'amore.***

Che il tuo servo si addestri alla scuola della vita,

perché in essa sta la mia salvezza e la vera santità;

**Grande cosa è l'amore.**

qualunque cosa io legga o ascolti, fuori di essa, non mi ristora e non mi allietta pienamente.

**Grande cosa è l'amore.**

... Abbiamo cominciato; non ci è lecito tornare indietro, né lasciare ciò che abbiamo intrapreso.

**Grande cosa è l'amore.**

... Colui che ci guida e ci precede sarà il nostro aiuto.

**Grande cosa è l'amore.**

Ecco, il nostro re camminare avanti a noi; "egli combatterà per noi" (2Esd 4,20).

**Grande cosa è l'amore.**

(Imitazione di Cristo, Libro I, cap. LVI)

### **Dagli scritti di Padre Pio**

*Sì, figliuoli, imitate Gesù nell'ubbidienza pronta e senza discussioni; imitate Gesù nella pazienza perché nella pazienza possederete l'anime vostre; imitate Gesù nell'umiltà sì interna che esterna, ma più interna che esterna; più sentita che mostrata; più profonda che visibile. Imitate Gesù nella carità, perché egli riconosce per i suoi soltanto quelli che serbano gelosamente questa preziosa margherita e rammentatevi sempre che tutto il giudizio di Dio, allorché ci presenteremo dinanzi al suo divin cospetto, si aggirerà sopra della carità.*

(Epistolario IV, p 454)

### **Preghiamo insieme**

Venite, figli, ascoltatevi; v'insegnerò il timore del Signore. C'è qualcuno che desidera la vita e brama lunghi giorni per gustare il bene? Preserva la lingua dal male, le labbra da parole bugiarde. Sta' lontano dal male e fa' il bene, cerca la pace e perseguila. Gli occhi del Signore sui giusti, i suoi orecchi al loro grido di aiuto. ... Gridano e il Signore li ascolta, li salva da tutte le loro angosce. Il Signore è vicino a chi ha il cuore ferito, egli salva gli spiriti affranti.

(Dal Salmo 33)

Canto: **Quotidiano** (n. 9, pag. 24)

**Il pane del cammino** (n. 11, pag. 25)

# *Benedizione Eucaristica*

## **TANTUM ERGO**

Tantum ergo Sacraméntum  
venéremur cernui;  
et antiquum documéntum  
novo cedat ritui:  
præstet fides suppleméntum  
sénsuum deféctui.

Genitòri, Genitòque  
laus et iubilàtio,  
salus, honor, virtus quoque  
sit et benedictio;  
procedénti ab utròque  
compar sit laudàtio. Amen.

## **ADORIAMO IL SACRAMENTO**

Adoriamo il Sacramento  
che Dio Padre ci donò.  
Nuovo patto, nuovo rito  
nella fede si compì.  
Al mistero è fondamento  
la parola di Gesù.

Gloria al Padre onnipotente,  
gloria al Figlio Redentor,  
lode grande, sommo onore  
all'eterna Carità.  
Gloria immensa, eterno amore  
alla santa Trinità. Amen.

## *Preghiamo*

Signore Gesù Cristo, che nel mirabile sacramento dell'Eucaristia, ci hai lasciato il memoriale della tua Pasqua, fa' che adoriamo con viva fede il santo mistero del tuo corpo e del tuo sangue per sentire sempre in noi i benefici della redenzione.

Tu che vivi e regni nei secoli dei secoli. Amen.

## **DIO SIA BENEDETTO**

Dio sia benedetto.

Benedetto il suo santo nome.

Benedetto Gesù Cristo, vero Dio e vero Uomo.

Benedetto il nome di Gesù.

Benedetto il suo sacratissimo Cuore.

Benedetto il suo preziosissimo Sangue.

Benedetto Gesù

nel Santissimo Sacramento dell'altare.

Benedetto lo Spirito Santo paraclito.

Benedetta la gran Madre di Dio, Maria Santissima.

Benedetta la sua santa e immacolata concezione.

Benedetta la sua gloriosa assunzione.

Benedetto il nome di Maria, Vergine e Madre.

Benedetto san Giuseppe, suo castissimo sposo.

Benedetto Dio nei suoi angeli e nei suoi santi.

# *Preghiere*

**Preghiera per la famiglia** - Padre, ti benediciamo perchè l'amore è il sentimento più bello che Tu hai posto nell'animo degli uomini. Illumina il cuore dei giovani a comprendere che amare vuol dire desiderio di perfezionare se stessi, la persona amata, superare il proprio egoismo, donarsi. Fa' che tra gli sposi l'amore sia totale, pieno, completo, regolato sulla tua legge. Con il tuo aiuto e la tua benedizione, ogni famiglia diventi sempre più un piccolo cenacolo ove Gesù regna sopra tutti gli affetti, i desideri e le azioni. Sostieni i genitori perchè siano tuoi collaboratori nella creazione e possano offrire a Te dei figli che ti amino e ti servano. Dove è presente qualche dolore, fa' che gli sposi volendosi sempre bene, con il tuo aiuto, sappiano insieme sopportarlo. Concedi a tutti di scoprire e vivere il segreto della felicità: vivere momento per momento e ringraziarti di tutto ciò che nella tua bontà ci mandi, giorno per giorno. Con te nel cuore, fa' che godiamo della gioia di amarci e che la portiamo a tutti. Tu sarai la nostra forza e il nostro aiuto. Amen.

(dagli scritti di Santa Gianna Beretta Molla)

**Preghiera della famiglia** - Signore, fa' della nostra famiglia uno strumento della tua pace: dove prevale l'egoismo, che portiamo amore, dove domina la violenza, che portiamo tolleranza, dove scoppia la vendetta, che portiamo riconciliazione, dove serpeggia la discordia, che portiamo comunione, dove regna l'idolo del denaro, che portiamo libertà dalle cose, dove c'è scoraggiamento, che portiamo fiducia, dove c'è sofferenza, che portiamo consolazione, dove c'è solitudine, che portiamo compagnia, dove c'è tristezza, che portiamo gioia, dove c'è disperazione, che portiamo speranza. O Maestro, fa' che la nostra famiglia non cerchi tanto di accumulare, quanto di donare, non si accontenti di godere da sola, ma si impegni a condividere. Perché c'è più gioia nel dare che nel ricevere, nel perdonare che nel prevalere, nel servire che nel dominare. Così costruiremo insieme una società solidale e fraterna. Amen.



**Credo nell'amore** - Credo nell'amore. Credo che tutti siamo chiamati all'amore. Credo che tutte le vocazioni s'incontrano nell'amore vero, quello che Cristo ha insegnato a proposito, ed è diffuso nei nostri cuori dallo Spirito Santo. Credo nell'amore che passa attraverso la croce, che non è solo sentimento ma è attenzione e rispetto, comprensione e servizio, donazione, responsabilità e fiducia. Credo che questo amore è la forza più grande del mondo. Non credo nell'odio, non credo nell'egoismo comunque si esprima. L'egoismo è la radice di tutti i peccati, causa di tutte le ingiustizie, sorgente di tante sofferenze, fallimento dell'uomo. Contro di esso voglio lottare con tutte le mie energie senza stancarmi. Credo che tutti saremo e siamo sempre giudicati sull'amore. Credo nei cieli nuovi e terra nuova che Dio ci ha promesso e preparato, e che noi siamo chiamati a costruire con lui. Credo nella gioia di vivere così e di spendere così la mia vita a servizio dei miei fratelli. In tutto questo intendo credere, tutto questo intendo fare con l'aiuto di Dio, tutto questo per me si riassume quando dico: credo in te, Signore Gesù, tu aumenta la mia fede.

**Pregiera per la famiglia!** - Dio, dal quale proviene ogni paternità in cielo e in terra, Padre, che sei Amore e Vita, fa' che ogni famiglia umana sulla terra diventi, mediante il tuo Figlio, Gesù Cristo, "nato da Donna", e mediante lo Spirito Santo, sorgente di divina carità, un vero santuario della vita e dell'amore per le generazioni che sempre si rinnovano. Fa' che la tua grazia guidi i pensieri e le pene dei coniugi verso il bene delle loro famiglie e di tutte le famiglie del mondo. Fa' che le giovani generazioni trovino nella famiglia un forte sostegno per la loro umanità e la loro crescita nella verità e nell'amore. Fa' che l'amore, rafforzato dalla grazia del sacramento del matrimonio, si dimostri più forte di ogni debolezza e di ogni crisi, attraverso le quali, a volte, passano le nostre famiglie. Fa' infine, te lo chiediamo per intercessione della Sacra Famiglia di Nazareth, che la Chiesa in mezzo a tutte le nazioni della terra possa compiere fruttuosamente la sua missione nella famiglia e mediante la famiglia. Tu che sei la Vita, la Verità e l'Amore, nell'unità del Figlio e dello Spirito Santo. Amen.

(Beato Giovanni Paolo II)

**Beata la famiglia** - Beata la famiglia il cui Dio è il Signore, e che cammina alla Sua presenza. Beata la famiglia fondata sull'amore e che dall'amore fa scaturire atteggiamenti, parole, gesti e decisioni. Beata la famiglia aperta alla vita che accoglie i figli come un dono, che valorizza la presenza degli anziani, ed è sensibile ai poveri e ai sofferenti. Beata la famiglia che prega insieme per lodare il Signore, per affidargli preoccupazioni e speranze. Beata la famiglia che vive i propri legami nella libertà, lasciando a tutti autonomia di crescita. Beata la famiglia che trova il tempo per dialogare, svagarsi e fare festa insieme. Beata la famiglia che non è schiava della televisione e sa scegliere programmi costruttivi. Beata la famiglia in cui i contrasti non sono un dramma, ma palestra per crescere nel rispetto, nella benevolenza e nel perdono vicendevole. Beata la famiglia dove regna la pace al suo interno e con tutti: in lei mette radice la pace del mondo. Beata la famiglia che vive in sintonia con l'universo e si impegna per la costruzione di un mondo più umano. Beata la famiglia in cui vivere è gioia, allontanarsi è nostalgia, tornare è festa.

**Fa' della nostra famiglia un'altra Nazareth** - Padre dei cieli, che nella Santa Famiglia ci hai dato un modello di vita, aiutaci a fare della nostra famiglia un'altra Nazareth dove regnano l'amore, la pace e la gioia. Aiutaci a stare insieme nella gioia e nel dolore, grazie alla preghiera in famiglia. Insegnaci a vedere Gesù nei membri della nostra famiglia. Fa' che il Cuore di Gesù renda i nostri cuori miti e umili come il Suo. E aiutaci a svolgere santamente i nostri doveri familiari. Fa' che possiamo amarci come Tu ci ami, e perdonarci i nostri difetti come Tu perdoni i nostri peccati. Amen.

(Beata Teresa di Calcutta)

**Grazie per la mia famiglia** - Grazie per la mia famiglia. Ogni giorno impariamo a vivere insieme, a rispettarci, ad amarci. Riusciamo anche a non litigare e a non piangere! Allora, Dio mio, tu facci scoprire come è bello amare e perdonare. Grazie di aver fatto di noi i tuoi bambini, Tu, che noi chiamiamo Padre Nostro!

# *La famiglia*

È centro della vita la famiglia.  
La culla è segno certo del futuro.  
È giusto che chi genera anteponga  
la vita di suo figlio alla propria.

È pari per natura e per diritto  
la potestà paterna e la materna.  
E mentre il padre impegna la sua forza  
la madre dona tutto il suo amore.

Lei custodisce in sen per nove mesi  
il seme della vita che germoglia.  
Or le trasmette sangue ed ossigeno  
le fa sentir l'invito dell'amore.

Ne fa il soggetto alato dei suoi sogni.  
Già ne dipinge il volto angelicato.  
La voce percepisce, come flauto,  
ed il felice sguardo incantato.

La penna del poeta lo descrive.  
La mano del pittore lo racconta.  
La voce della mamma lo esalta;  
ne fa di tutti i nati il più bello.

Induce per amore il papà  
a smantellar la ruvida corteccia  
di cui lo fa vestir la società  
con le asprezze insieme alle ingiustizie.

I baci e le carezze ricambiate  
son l'esaltante leva per tornare  
il giorno dopo in mezzo alle fatiche  
e riportare il pane in abbondanza.

Anch'egli fa progetti su progetti:  
- È obbediente e bravo nello studio.  
Son pronto a fare tutti i sacrifici:  
io voglio che mio figlio vada avanti!

C'è Dio a benedire il suo sudore  
e a conservare intatta fedeltà  
al giuramento fatto alla sua sposa  
quel santo giorno ai piedi dell'altare.

Della famiglia è questo l'ideale.  
Amore e sacrificio fan barriera  
contro mendaci voci del maligno  
e le bassezze della società.

Cantate pur vittoria nella gioia.  
È la vittoria vera dell'amore.  
Il vostro esempio è guida ai vostri figli.  
Vi premierà il Signor con lunga vita.

Voi benedite, figli, i genitori.  
Due volte già vi diedero la vita.  
Da lor sarete sempre benedetti  
e insieme ad essi Dio vi benedice.

*p. Guglielmo Alimonti OFM cap.*

# Canti

## 1. T'ADORIAM, OSTIA DIVINA

T'adoriam, Ostia divina! / T'adoriam, Ostia d'amor!  
Tu degli angeli il sospiro, / Tu dell'uomo sei l'onor.

**R.** *T'adoriam, Ostia divina,  
T'adoriam, Ostia d'amor!*

T'adoriam, Ostia divina! / T'adoriam, Ostia d'amor!  
Tu dei forti la dolcezza, / Tu dei deboli il vigor. **R**

T'adoriam, Ostia divina! / T'adoriam, Ostia d'amor!  
Tu dei giusti sei la via, / Tu sei venia al peccator. **R**

T'adoriam, Ostia divina! / T'adoriam, Ostia d'amor!  
Tu salute dei viventi, / Tu speranza di chi muor. **R**

## 2 - Laudato si', Signore

Laudato si', Signore, per il giorno che ci chiama  
e con il sole desta a musica i mille colori; per la notte  
che concede riposo al nostro corpo;  
e per la terra che ci dona abbondanti frutti.

**R.** *Laudato si', Signore. (2v)*

Laudato si', Signore, per il mar che nutre i pesci  
e dà mitezza al clima e con l'azzurro ci allieta. Laudato  
si', Signore, pel sereno ch'è nel cielo e per la pioggia  
che ristora piante e fiori. **R**

Laudato si', Signore, per i bimbi nostro incanto e  
specchio terso del tuo paradiso. Laudato si',  
Signore, Ti vogliam servire con amore e poi volare in  
Cielo fra le tue braccia. **R**

## 3. Davanti al Re

Davanti al Re c'inchiniamo insiem, per adorarlo con  
tutto il cuor. Verso di Lui eleviamo insiem canti di gloria  
al nostro Re dei re.

#### **4. - Vieni dal Libano** (Cantico 4,8)

Vieni dal Libano, mia sposa, vieni dal Libano, vieni! / Avrai per corona le vette dei monti le alte cime dell'Ermon. / Tu m'hai ferito, ferito il cuore, o sorella mia sposa. / Vieni dal Libano, mia sposa, vieni dal Libano, vieni!

**R.** *Cercai l'amore dell'anima mia, lo cercai senza trovarlo. / Trovai l'amore dell'anima mia, / l'ho abbracciato e non lo lascerò mai.*

Io appartengo al mio diletto ed egli è tutto per me. / Vieni usciamo alla campagna, dimoriamo nei villaggi. / Andremo all'alba nelle vigne vi raccoglieremo i frutti. / Io appartengo al mio diletto ed egli è tutto per me. **R**

Alzati in fretta mia diletta, vieni colomba, vieni. / L'estate ormai è già passata, il tempo dell'uva è venuto. / I fiori se ne vanno dalla terra, il grande sole è cessato. / Alzati in fretta mia diletta, vieni colomba, vieni. **R**

Come sigillo sul tuo cuore, come sigillo sul tuo braccio; chè l'amore è forte come la morte e le acque non lo spegneranno. / Dare per esso tutti i beni della casa sarebbe disprezzarlo. / Come sigillo sul tuo cuore, come sigillo sul tuo braccio. **R**

#### **5. - Sia santificato**

Non vidi mai la pianta produrre frutto finto, nè mai conobbi brace, che promanasse gelo. Sincera è la natura. Se l'animale uccide, è istinto di difesa. O uomo, a te ragione, a te coscienza dice di rispettar la vita.

**R.** *A Te si renda onore. A Te si canti lode. È santo ciò che fai. È santo ciò che vuoi. Sei santo, o nostro Dio.*

(2v)

Amor ti lega, o donna, all'uomo in un cuor solo. Amor vi lega a vita, al fior che ne germoglia e pari amor vi rende. Eterno nostro Dio, è tuo poter divino il germe della vita. E fino a noi ti spinge la forza dell'amore. **R**

## 6 - Vivere la vita

Vivere la vita con le gioie e coi dolori di ogni giorno è quello che Dio vuole da te. Vivere la vita e inabissarti nell'amore è il tuo destino è quello che Dio vuole da te. Fare insieme agli altri la tua strada verso Lui, correre con i fratelli tuoi.

**R.** *Scoprirai allora il cielo dentro di te,  
una scia di luce lascerai.*

Vivere la vita è l'avventura più stupenda dell'amore è quello che Dio vuole da te. Vivere la vita e generare ogni momento il paradiso è quello che Dio vuole da te. Vivere perché ritorni al mondo l'unità, perché Dio sta nei fratelli tuoi. **R**

Vivere perché ritorni al mondo l'unità, perché Dio sta nei fratelli tuoi. Scoprirai allora il cielo dentro di te, \*una scia di luce lascerai. (2v)

## 7 - Dov'è carità e amore

**R.** *Dov'è carità e amore qui c'è Dio.*

Ci ha riuniti tutti insieme Cristo, amore. Godiamo esultanti nel Signore. Temiamo e amiamo il Dio vivente e amiamoci tra noi con cuore sincero. **R**

Noi formiamo qui riuniti un solo corpo. Evitiamo di dividerci tra noi. Via le lotte maligne! Via le liti! E regni in mezzo a noi Cristo Dio. **R**

Chi non ama resta sempre nella notte e dall'ombra della morte non risorge: ma se noi camminiamo nell'amore noi saremo veri figli della luce. **R**

Nell'amore di colui che ci ha salvati, rinnovati nello Spirito del Padre, tutti uniti sentiamoci fratelli e la gioia diffondiamo sulla terra. **R**

Imploriamo con fiducia il Padre santo perché doni ai nostri giorni la sua pace: ogni popolo dimentichi i rancori ed il mondo si rinnovi nell'amore. **R**

Fa' che un giorno contempliamo il tuo volto nella gloria dei beati, Cristo Dio, e sarà gioia immensa gioia vera: durerà per tutti i secoli senza fine! **R**

## 8 - Dacci oggi

**R.** *Tu sei l'Amore sommo; Tu sei l'Eterno, Dio.  
Noi ti chiediamo pane per l'oggi senza fine  
nel regno tuo d'amor. \*Pane. (3v)*

Il fiore dice al ramo: la linfa fammi giungere per maturare il frutto. Il ramo dice al tronco: se non mi nutri, muoio. Pane, pane. / Il tronco non rifiuta d'alimentare i rami, ma prega la radice di tramutare in linfa l'umore della terra. **R**

Così il prezioso cibo dà vita a tutto l'albero e questo spande al sole felice le sue membra per farsi bello e ricco. Pane, pane. / Così, Signore, sei Tu necessario a noi. Per l'immortale spirito da Te prendiamo vita, da Te calore e luce. **R**

## 9 - Quotidiano

Tramonta il nostro giorno e riposiam la notte, ma torni un nuovo sole! Sarebbe nostra fine il buio senza fine. / Spuntò nei campi l'erba e maturò la messe. Fu quella cibo al gregge, fu questa cibo a noi, ma tutto già finì.

**R.** *Così la nostra vita germoglia cresce e muore nel  
gaudio e nel dolore, nel nome tuo Signore. \*È il pane  
quotidiano. (2v)*

Che l'erba spunti ancora. Maturi ancor la messe. è nato un nuovo gregge. è nata nuova gente. Non vive senza cibo. / Per cielo e terra e mare, e caldo e freddo e gelo, e neve e vento e sole, estate e primavera, autunno e inverno, grazie. **R**

## 10 - Mia dimora

Restar vorrei con Te, Gesù; parlami ancora del tuo amore; rimani in me e insegnami ad amare: \*quello che Tu vuoi, io ti darò. (2v)

L'amato del mio cuor sei Tu; delizia e gioia sei per me, Gesù; dolce abbandono, intimo silenzio: \*mia dimora è il tuo amore. (2v)

Trova la rondine il suo nido, il passero la sua casa; corre il pulcino sotto la sua chioccia. \*Il mio rifugio sei Tu, Gesù. (2v)



## 11 - Il pane del cammino

**R.** *Il tuo popolo in cammino cerca in Te la guida. Sulla strada verso il Regno sei sostegno col tuo Corpo: resta sempre con noi, o Signore.*

È il tuo pane, Gesù, che ci dà forza e rende più sicuro il nostro passo. Se il vigore nel cammino si svilisce la tua mano dona lieta la speranza. **R**

È il tuo vino, Gesù, che ci disseta e sveglia in noi l'ardore di seguirti. Se la gioia cede il passo alla stanchezza, la tua voce fa rinascere freschezza. **R**

È il tuo Corpo, Gesù, che ci fa Chiesa, fratelli sulle strade della vita. Se il rancore toglie luce all'amicizia, dal tuo cuore nasce giovane il perdono. **R**

È il tuo Sangue, Gesù, il segno eterno dell'unico linguaggio dell'amore. Se il donarsi come Te richiede fede nel tuo Spirito sfidiamo l'incertezza. **R**

È il tuo dono, Gesù, la vera fonte del gesto coraggioso di chi annuncia. Se la Chiesa non è aperta ad ogni uomo, il tuo fuoco le rivela la missione. **R**

## 12 - Re di gloria

Ho incontrato Te Gesù e ogni cosa in me è cambiata tutta la mia vita ora ti appartiene tutto il mio passato io lo affido a Te Gesù Re di gloria mio Signor. / Tutto in Te riposa, la mia mente il mio cuore trovo pace in Te Signor, Tu mi dai la gioia voglio stare insieme a Te, non lasciarti mai Gesù Re di gloria mio Signor.

**R.** *Dal tuo amore chi mi separerà sulla croce hai dato la vita per me una corona di gloria mi darai quando un giorno ti vedrò.*

Tutto in Te riposa, la mia mente il mio cuore trovo pace in Te Signor, Tu mi dai la gioia vera. Voglio stare insieme a Te, non lasciarti mai Gesù Re di gloria mio Signor. **R**

**coda:** *Io ti aspetto mio Signor (2v)  
Io ti aspetto mio Re.*

### 13 - Tutto canterà

Sotto il manto delle stelle, o al tocco dell'aurora scendi, o brezza del mattino. Il tuo cielo splenda in me, la tua gioia sia in me, l'amore sia la mia ricchezza.

**R.** *E saranno le note che vuoi Tu, Tu soffierai dentro di me una dolcissima armonia. (E tutto canterà) (2v)*

Inonda l'anima col fuoco del tuo raggio divino, Tu fa puro il mio cuore. Il mio cammino guida Tu. Infiamma ogni palpito del tuo gaudio celestiale. **R**

### 14 - Fedeltà

Fedeltà è stare nell'amore, è un sì di eternità che vive in umiltà. E più che questo ancora è dare l'anima nel segno di un amore che dura senza età e nelle mani ha ... Fedeltà!

Fedeltà è luce dentro te che ti trasforma il cuore, lo chiama santità. E più che questo ancora è pegno di unità che vincola il tuo amore a un cuore senza età e nelle mani ha ... Fedeltà!

Fedeltà è sempre camminare con coraggio di chi rischia per amore. E più che questo ancora è somigliare a Dio che è amore senza età e il Volto suo vedrà che nelle mani ha ... Fedeltà!

### 15 - Ramo fiorito

Tanti fiori su un ramo di pesco / d'improvviso sono sbocciati, / tante stelle si sono affacciate / dal profondo azzurro del cielo. / \* È l'alba del giorno più bello, / è il profumo che viene da Betlemme, / la luce diffonde coi raggi / la pace e la gioia nel mondo. (2v)

Carovane di popoli stanchi, / che venite dai sentieri del tempo, / sostate davanti al presepio, / bevete dell'acqua che zampilla. / \* Un giorno risuonerà sul monte: / beati voi tutti che credete, / beati voi quando soffrite, / vi abbraccia e vi consola il Cielo.

(2v)

Sono tante ancora le barriere / che dividono gli uomini  
fra loro, / e percorre il male nuove vie, / seminando  
tristezza e dolore. / \* Vivete il dono dell'amore / che  
giurate insieme nella gioia. / Lasciate ogni bimbo  
sbocciare: / è il frutto più bello della vita. (2v)

## 16 - Cresce

Creasti, mio Signore, Tu l'energia possente, che dà  
perpetuo moto all'universo immenso. Prodigio sempre  
nuovo. Quel ribollir di masse è ormai remota danza. In  
varietà stupenda ne scaturì la forma degli astri e dei  
pianeti.

**R.** *T'accolgo nel mio cuore, che brama solo Te. Gesù,  
da Te nutrito, di Te la fame cresce. Oh! Deliziosa  
brama di Te.*

E ne sbocciò la vita cui basta solo il tempo. A dominare  
il mondo creasti quindi l'uomo, voluto dall'amore. Tu,  
vita d'ogni vita a noi, Gesù, venisti. E fedelmente torni  
al consacrar dell'ostia. Sei Pane degli eletti. **R**

## 17 - Fratello sole e sorella luna

Dolce sentire come nel mio cuore ora umilmente sta  
nascondo amore; dolce capire che non son più solo,  
ma che son parte di una immensa vita, che generosa  
risplende intorno a me, \* *dono di Lui, del suo immenso  
amor.* (\*2v)

Ci ha dato il cielo e le chiare stelle, fratello sole e sorella  
luna, la madre terra con frutti, prati e fiori, il fuoco e il  
vento, l'aria e l'acqua pura, fonte di vita per le sue  
creature, \* *dono di Lui del suo immenso amor.* (\*2v)

Sia laudato nostro Signore che ha creato l'universo  
intero. Sia laudato nostro Signore, noi tutti siamo sue  
creature: *dono di Lui, del suo immenso amor: beato chi  
lo serve in umiltà.*

## *Benedizione*

Il Signore vi benedica e vi protegga.

**Amen.**

- Faccia risplendere il suo volto su di voi  
e vi doni la sua misericordia.

**Amen.**

- Rivolga su di voi il suo sguardo  
e vi doni la sua pace.

**Amen.**

- E la benedizione di Dio onnipotente,  
Padre e Figlio † e Spirito Santo,  
discenda su di voi e con voi rimanga  
sempre.

**Amen.**

*a cura del:*

*Centro Regionale Gruppi di Preghiera di Padre Pio  
Santuario Madonna dei Sette Dolori  
tel fax 085/411158 -  
65125 PESCARA*

*e-mail: [centrogruppipescara@yahoo.it](mailto:centrogruppipescara@yahoo.it)*