



# Ufficio Diocesano per la Pastorale della Famiglia

*«Desidero sottolineare l'importanza centrale della famiglia, perché «è il luogo in cui la vita, dono di Dio, può essere adeguatamente accolta e protetta contro i molteplici attacchi a cui è esposta, e può svilupparsi secondo le esigenze di un'autentica crescita umana. Contro la cosiddetta cultura della morte, la famiglia costituisce la sede della cultura della vita». Nella famiglia si coltivano le prime abitudini di amore e cura per la vita, come per esempio l'uso corretto delle cose, l'ordine e la pulizia, il rispetto per l'ecosistema locale e la protezione di tutte le creature. La famiglia è il luogo della formazione integrale, dove si dispiegano i diversi aspetti, intimamente relazionati tra loro, della maturazione personale. Nella famiglia si impara a chiedere permesso senza prepotenza, a dire "grazie" come espressione di sentito apprezzamento per le cose che riceviamo, a dominare l'aggressività o l'avidità, e a chiedere scusa quando facciamo qualcosa di male. Questi piccoli gesti di sincera cortesia aiutano a costruire una cultura della vita condivisa e del rispetto per quanto ci circonda».*

(Laudato si', 213)

## Introduzione

Il Tempo Ordinario è una scuola di spiritualità per la vita cristiana. In esso, il Mistero dell'Incarnazione e la Nascita di Gesù si incarnano nella nostra vita.

In questo tempo, si potrebbe dire: me è sempre la stessa cosa! invece è così che impariamo a conoscere il valore di ciò che è comune e ripetitivo nella nostra vita. Ogni momento, anche facendo e vivendo la stessa cosa, non viviamo una monotonia, ma un tempo sempre nuovo, poiché ogni momento è un morire e un rinascere.

Spesso viviamo l'ordinarietà come resistenza e attesa nell'illusione che, passando da un momento "speciale" all'altro, possiamo "schivare" fatti, problemi, difficoltà, avvenimenti dell'esistenza di tutti i giorni.

Ma per noi cristiani non può essere così.

La spiritualità del Tempo Ordinario ci offre la possibilità di riscoprire che la vita non è fatta solo di grandi momenti, di grandi eventi, ma di fatti piccoli e soprattutto costanti. Anche la natura ha i suoi temporali e le sue giornate di bel tempo. Poi c'è il quotidiano del giorno che inizia e della notte che finisce, e diciamo: sempre la stessa cosa! Ci sembra tutto uguale, abbiamo orari, usanze, manie. Ogni giorno può essere, come un bicchiere d'acqua, gustato con piacere. Partecipare la vita: della famiglia, della



società, della natura, può essere percepito come dono che genera allegria e crescita. Lo stesso gesto, fatto con gratuità, si trasforma per noi in un elemento di crescita, allo stesso modo dell'alimento per il corpo: è sempre lo stesso, ma dona sempre vita nuova. Anche il dolore e la sofferenza possono, anche se è difficile, diventare liberatori.

La fedeltà del giorno per giorno all'orazione, ai nostri doveri realizzati con amore, si trasforma in un processo che rende straordinario l'ordinario.

Il senso della spiritualità del tempo ordinario è come preparare il pranzo: se fatto con sapore, esso alimenta non solo il corpo, ma anche il cuore. Il sapore è sempre differente. Il pranzo preparato dalla madre non ha solo il sapore ma anche l'amore. Questo amore fa del cibo un legame che unisce. Così è anche del vivere quotidiano; ci doniamo il sapore dello stare uniti, del servire gli altri, nel compimento del dovere. Tutto fatto con amore, è questo che diventa straordinario. Un grande gesto è bello. Un gesto permanente diventa vita.

### DOMENICA II DEL TEMPO ORDINARIO – 17 GENNAIO 2021



«Gesù allora si voltò e, osservando che essi lo seguivano, disse loro: «Che cosa cercate?». Gli risposero: «Rabbi - che, tradotto, significa maestro -, dove dimori?». Disse loro: «Venite e vedrete». Andarono dunque e videro dove egli dimorava e quel giorno rimasero con lui» (Gv 1,38-39).



“L'esempio di santa Teresa di Lisieux ci invita alla pratica della piccola via dell'amore, a non perdere l'opportunità di una parola gentile, di un sorriso, di qualsiasi piccolo gesto che semini pace e amicizia. Un'ecologia integrale è fatta anche di semplici gesti quotidiani nei quali spezziamo la logica della violenza, dello sfruttamento, dell'egoismo. Viceversa, il mondo del consumo esasperato è al tempo stesso il mondo del maltrattamento della vita in ogni sua forma” (Laudato sì, 230).



#### Per meditare ed agire...

La necessità di riempire i nostri vuoti ci conduce alla ricerca di relazioni che ci portino in mondi diversi dal nostro (dove abiti) e la disponibilità ad essere accolti (venite e vedrete) da comando diventa apertura, possibilità. Se quel mondo sazia, mettendo pace nel cuore, dimoriamo con lui/lei.

Letto da questa angolazione, il brano del Vangelo di Giovanni, sembra ripercorrere la nostra vita prima delle nozze, rimandandoci all'incontro con la persona amata, alla bellezza dei primi appuntamenti, per conoscere l'altro, per scoprire nuovi mondi, fino alla decisione di rimanere per sempre insieme. Conquistare il cuore dell'amato, può non essere stato semplice, a volte, ma sicuramente l'amore è nato dal rispecchiarsi, riconoscendosi, nelle abitudini, nei pensieri, nei modi di vedere la vita, negli atteggiamenti, nel camminare insieme verso una meta comune, nel condividere i momenti di ogni giorno. In questo divenire, comprendiamo

IN TEMPO DI CRISI,

IN CRISTO,

PER RI-SCOPRIREI «COMUNITÀ»



quanto essenziale sia per noi la straordinarietà della vita ordinaria, perché questi avvenimenti non succedono in momenti speciali ma nella quotidianità. È proprio nella “ferialità” della vita familiare che noi sposi abbiamo l'opportunità/responsabilità di essere testimoni per i nostri figli.

### DOMENICA III DEL TEMPO ORDINARIO – 24 GENNAIO 2021



«Passando lungo il mare di Galilea, vide Simone e Andrea, fratello di Simone, mentre gettavano le reti in mare; erano infatti pescatori. Gesù disse loro: «Venite dietro a me, vi farò diventare pescatori di uomini». E subito lasciarono le reti e lo seguirono» (Mc 1,16-18).



“Se «i deserti esteriori si moltiplicano nel mondo, perché i deserti interiori sono diventati così ampi», la crisi ecologica è un appello a una profonda conversione interiore. Vivere la vocazione di essere custodi dell'opera di Dio è parte essenziale di un'esistenza virtuosa, non costituisce qualcosa di opzionale e nemmeno un aspetto secondario dell'esperienza cristiana” (Laudato sì, 217).



#### Per meditare e agire...

Non sempre tutto ci è chiaro, a volte risulta difficile comprendere ciò che ci sta accadendo. Soprattutto nelle difficoltà – in particolare nelle relazioni educative con i figli che crescono –, negli avvenimenti tristi, negli imprevisti, il fidarsi e l'affidarsi a chi ci sta accanto non è facile. Abbandonare le nostre convinzioni, i nostri punti di vista per seguire chi ci offre un altro orizzonte, un'altra prospettiva non è semplice.

Una condizione simile di affidamento all'altro può avvenire solo attraverso l'innamoramento, quando lasciamo che “la luce” che vediamo nell'altro legga nel nostro intimo. Solo allora, siamo in grado di fidarci ed affidarci all'amato. Questo è accaduto a chi ha deciso di vivere insieme come sposi in Cristo con la fiducia che è Lui la garanzia del nostro Sì. Infatti, una scelta così radicale di cambiamento, come quella del matrimonio, si può fare solamente se ci si abbandona fiduciosamente a chi sappiamo riconoscere come unico vero Signore della nostra coppia e della nostra famiglia.

### DOMENICA IV DEL TEMPO ORDINARIO – 31 GENNAIO 2021



«Ed ecco, nella loro sinagoga vi era un uomo posseduto da uno spirito impuro e cominciò a gridare, dicendo: «Che vuoi da noi, Gesù Nazareno? Sei venuto a rovinarci? Io so chi tu sei: il santo di Dio!». E Gesù gli ordinò severamente: «Taci! Esci da lui!». E lo spirito impuro, straziandolo e gridando forte, uscì da lui» (Mc 1,23-27).



La potenza infinita di Dio non ci porta a sfuggire alla sua tenerezza paterna, perché in Lui affetto e forza si coniugano. In realtà, ogni sana spiritualità implica allo stesso tempo accogliere l'amore divino e adorare

IN TEMPO DI CRISI,

IN CRISTO,

PER RI-SCOPRIREI «COMUNITÀ»



con fiducia il Signore per la sua infinita potenza. Nella Bibbia, il Dio che libera e salva è lo stesso che ha creato l'universo, e questi due modi di agire divini sono intimamente e indissolubilmente legati... (Laudato sì, 73).



**Per meditare e agire...**

La Parola di Marco mostra due aspetti della figura di Gesù la sua autorità nel parlare e l'obbedienza, anche da parte degli spiriti impuri, che sembrano contrastare con la visione pacifica e tenera del suo essere. Tuttavia quell'autorità non è l'imponenza degli scribi ma di chi conosce il Progetto di Dio sull'umanità e l'obbedienza è dovuta al riconoscimento della sua natura divina.

Questi due aspetti di Gesù riportati nel Vangelo possono essere traslati anche alla relazione tra gli sposi e nella famiglia. Il primo aspetto è l'autorevolezza di chi conosce le cose e le dona a chi ha il cuore per accoglierle; il secondo è collegato strettamente al primo e si basa sulla fiducia che quanto comandato è diretto al bene dell'altro. L'amore, quindi, consiste nella tenerezza del comando e nella fiducia nell'"obbedire", come avviene tra genitori e figli o anche, reciprocamente, tra i coniugi.

**DOMENICA V DEL TEMPO ORDINARIO – 7 FEBBRAIO 2021**



*«In quel tempo, Gesù, uscito dalla sinagoga, subito andò nella casa di Simone e Andrea, in compagnia di Giacomo e Giovanni. La suocera di Simone era a letto con la febbre e subito gli parlarono di lei. Egli si avvicinò e la fece alzare prendendola per mano; la febbre la lasciò ed ella li serviva. Venuta la sera, dopo il tramonto del sole, gli portavano tutti i malati e gli indemoniati» (Mc 1,29-32).*



*“Si può aver bisogno di poco e vivere molto, soprattutto quando si è capaci di dare spazio ad altri piaceri e si trova soddisfazione negli incontri fraterni, nel servizio, nel mettere a frutto i propri carismi, nella musica e nell'arte, nel contatto con la natura, nella preghiera” (Laudato sì, 223).*



**Per meditare e agire...**

Il terzo quadro di Marco raffigura Gesù fuori dalla sinagoga, luogo sacro, prima di recarsi nella casa di Simone e Andrea dove, nuovamente, comanda con dolcezza (prendendola per mano), comando che si rivela un bene per la suocera di Simone e ha come conseguenza una risposta che è il suo mettersi a servizio. Solo la relazione (preghiera) con il Padre dà la possibilità di compiere azioni straordinarie, è Lui, infatti, la fonte dell'opera appena conclusa.

Si parla di casa, di malattia, di obbedienza, di servizio, tutte cose vissute quotidianamente nella nostra vita di sposi e di famiglia. Gesù ci fa comprendere che la sua azione più "miracolosa" la compie proprio in questi ambienti nelle vicissitudini del quotidiano. Egli è nella nostra casa perché si lega alla relazione nel Sacramento delle Nozze e fa della casa una Chiesa domestica, unendosi agli sposi che pregano insieme il Padre.



Non solo la preghiera, ma anche i gesti semplici di ogni giorno, quelli fatti con amore verso chi ci vive accanto si riempiono di significato e di ventano "liturgia familiare", una via di santificazione nella semplicità e nell'intimità della casa.

**DOMENICA VI DEL TEMPO ORDINARIO – 14 FEBBRAIO 2021**



*«In quel tempo, venne da Gesù un lebbroso, che lo supplicava in ginocchio e gli diceva: «Se vuoi, puoi purificarmi!». Ne ebbe compassione, tese la mano, lo toccò e gli disse: «Lo voglio, sii purificato!». E subito la lebbra scomparve da lui ed egli fu purificato» (Mc 1,40-42).*



*“Se teniamo conto del fatto che anche l'essere umano è una creatura di questo mondo, che ha diritto a vivere e ad essere felice, e inoltre ha una speciale dignità, non possiamo tralasciare di considerare gli effetti del degrado ambientale, dell'attuale modello di sviluppo e della cultura dello scarto sulla vita delle persone” (Laudato sì, 43).*



**Per meditare e agire...**

L'ultimo quadro del tempo ordinario offerto da Marco dipinge un Gesù compassionevole nei riguardi di chi non ha né Sinagoga né Casa, di chi è scartato da tutti. Solo il fidarsi e l'affidarsi a Lui permette la guarigione da questa solitudine, da questo sfigurarsi della bellezza della creazione. Credere in Lui ci libera dal male, ma la guarigione non è solo per chi la riceve, ma come comanda Gesù, va portata agli altri come testimonianza dell'incontro con Lui!

Questo esempio coinvolge la nostra vita in famiglia, poiché tante volte, anche se insieme al nostro consorte, ci sentiamo soli, non accolti nelle nostre fragilità. Quando anche l'ultimo baluardo alla comprensione, la nostra famiglia, sembra abbandonarci, come fa il lebbroso, possiamo ricorrere a Lui certi della sua compassione. Nel contempo tocca a noi testimoniare, nel concreto, la sua azione guaritrice dei nostri mali e, indubbiamente, lo Sposo Gesù saprà guarire anche la nostra relazione col coniuge.





## PROPOSTE PER LA LITURGIA FAMILIARE



### La famiglia ha ancora tempo per pregare insieme?

«Il tempo della famiglia, lo sappiamo bene, è un tempo complicato e affollato, occupato e preoccupato. È sempre poco, non basta mai, ci sono tante cose da fare. Chi ha una famiglia impara presto a risolvere un'equazione che neppure i grandi matematici sanno risolvere: dentro le ventiquattro ore ce ne fa stare il doppio! Ci sono mamme e papà che potrebbero vincere il Nobel, per questo. Di 24 ore ne fanno 48: non so come fanno ma si muovono e lo fanno! C'è tanto lavoro in famiglia!

Lo spirito della preghiera riconsegna il tempo a Dio, esce dalla ossessione di una vita alla quale manca sempre il tempo, ritrova la pace delle cose necessarie, e scopre la gioia di doni inaspettati. Delle buone guide per questo sono le due sorelle Marta e Maria, di cui parla il Vangelo che abbiamo sentito; esse impararono da Dio l'armonia dei ritmi famigliari: la bellezza della festa, la serenità del lavoro, lo spirito della preghiera (cfr Lc 10,38-42). La visita di Gesù, al quale volevano bene, era la loro festa. Un giorno, però, Marta imparò che il lavoro dell'ospitalità, pur importante, non è tutto, ma che ascoltare il Signore, come faceva Maria, era la cosa veramente essenziale, la "parte migliore" del tempo. La preghiera sgorga dall'ascolto di Gesù, dalla lettura del Vangelo. Non dimenticatevi, tutti i giorni leggere un passo del Vangelo. La preghiera sgorga dalla confidenza con la Parola di Dio. C'è questa confidenza nella nostra famiglia? Abbiamo in casa il Vangelo? Lo apriamo qualche volta per leggerlo assieme? Lo meditiamo recitando il Rosario? Il Vangelo letto e meditato in famiglia è come un pane buono che nutre il cuore di tutti. E alla mattina e alla sera, e quando ci mettiamo a tavola, impariamo a dire assieme una preghiera, con molta semplicità: è Gesù che viene tra noi, come andava nella famiglia di Marta, Maria e Lazzaro. Una cosa che ho molto a cuore e che ho visto nelle città: ci sono bambini che non hanno imparato a fare il segno della croce! Ma tu mamma, papà, insegna al bambino a pregare, a fare il segno della croce: questo è un compito bello delle mamme e dei papà!

Nella preghiera della famiglia, nei suoi momenti forti e nei suoi passaggi difficili, siamo affidati gli uni agli altri, perché ognuno di noi in famiglia sia custodito dall'amore di Dio». (Papa Francesco, Udienza generale, Piazza San Pietro, 26 Agosto 2015).

## DOMENICA II DEL TEMPO ORDINARIO 17 GENNAIO 2021

---

*Quando la famiglia è radunata, si accende una candela davanti alla Bibbia o davanti ad una immagine di Gesù. La preghiera può essere guidata dal papà (G) o dalla mamma (G)*

---



**G.** Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

**T.** Amen.

**G.** Dio Padre, che è benedetto nei secoli,  
ci conceda di essere in comunione gli uni con gli altri,  
con la forza dello Spirito, in Cristo Gesù nostro fratello.

**T.** **Benedetto nei secoli il Signore.**

*Colui che guida la preghiera dice:*

Preghiamo.

O Padre, che in Cristo Signore hai posto la tua dimora tra noi,  
donaci di accogliere costantemente la sua parola

per essere tempio dello Spirito, a gloria del tuo nome.

Per Cristo nostro Signore.

**T.:** Amen.

## IN ASCOLTO DELLA PAROLA

*Uno dei presenti proclama il Vangelo del giorno*

*Dal vangelo secondo Giovanni*

(Gv 1, 35-42)

In quel tempo, Giovanni stava con due dei suoi discepoli e, fissando lo sguardo su Gesù che passava, disse: «Ecco l'agnello di Dio!». E i suoi due discepoli, sentendolo parlare così, seguirono Gesù.

Gesù allora si voltò e, osservando che essi lo seguivano, disse loro: «Che cosa cercate?». Gli risposero: «Rabbi - che, tradotto, significa maestro -, dove dimori?». Disse loro: «Venite e vedrete». Andarono dunque e videro dove egli dimorava e quel giorno rimasero con lui: erano circa le quattro del pomeriggio.

Uno dei due che avevano udito le parole di Giovanni e lo avevano seguito, era Andrea, fratello di Simon Pietro. Egli incontrò per primo suo fratello Simone e gli disse: «Abbiamo trovato il Messia» - che si traduce Cristo - e lo condusse da Gesù. Fissando lo sguardo su di lui, Gesù disse: «Tu sei Simone, il figlio di Giovanni; sarai chiamato Cefa», che significa Pietro.

*Si può sostare un attimo in silenzio per riflettere sulla Parola ascoltata*

## AL SIGNORE SALE LA NOSTRA PREGHIERA

*Il genitore che guida la preghiera dice:*

Animati dal fuoco dello Spirito Santo che è in noi, preghiamo insieme...

*Quindi uno dei partecipanti propone la prima parte delle invocazioni, il resto della famiglia si unirà della risposta.*

**L.:** Apri i nostri cuori all'ascolto della tua Parola

**T.:** **perché sappiamo rispondere, con coraggio, ogni giorno  
il nostro "eccomi" al tuo progetto di vita per noi.**

**L.:** Facci comprendere che i nostri corpi sono membra di Cristo,

**T.:** **perché possiamo glorificarti nel nostro corpo.**

**L.:** Concedici la grazia di tenere lo sguardo fisso  
su Gesù che passa nella nostra vita,



**T.:** così che possiamo seguirlo ogni giorno.

L.: Perché possiamo, con confidenza di figli e di fratelli,  
dire al Signore quello che realmente cerchiamo,

**T.:** e andare a lui per trovare la nostra vera felicità.

L.: Donaci una fede retta, speranza certa e carità perfetta,  
perché, dopo aver fatto esperienza di Gesù,

**T.:** a tutti coloro che incontriamo  
possiamo dire con la nostra vita: **“Abbiamo trovato il Messia”**.

*Tutti insieme pregano con la preghiera del Signore*

**Padre nostro...**

*Sempre insieme si innalza al Signore la preghiera “O Padre, la nostra famiglia arda del dono del tuo amore”, che si trova a conclusione della scheda.*

*Quindi ciascuno traccia su di sé segno di croce mentre il genitore prosegue.*

G. Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

**T. Amen.**

*Si può concludere con l'antifona mariana “Sotto la tua protezione”:*

**T. Sotto la tua protezione cerchiamo rifugio,  
Santa Madre di Dio:  
non disprezzare le suppliche di noi  
che siamo nella prova,  
e liberaci da ogni pericolo,  
o Vergine gloriosa e benedetta.**

## DOMENICA III DEL TEMPO ORDINARIO 24 GENNAIO 2021

---

*Per volontà di Papa Francesco, questa è la “Domenica della Parola di Dio”; per valorizzare questo momento, tutta la famiglia si raduna attorno alla tavola principale della propria casa, dove viene collocato il crocifisso, un'icona della Madonna, una candela e la Bibbia.*

---

*Mentre tutti si segnano con il Segno della Croce, uno dei membri di famiglia accende la candela e dice:*

La luce di Cristo

*Tutti rispondono:*

**Rendiamo grazie a Dio**

*In seguito un'altra persona (si può dividere il testo anche in più persone) recita la seguente preghiera:*

Vieni, o Spirito Santo,  
dentro di me, nel mio cuore e nella mia intelligenza.

Accordami la tua intelligenza,  
perché' io possa conoscere il Padre  
nel meditare la parola del Vangelo.





Accordami il tuo amore,  
perché anche quest'oggi,  
esortato dalla tua parola,  
ti cerchi nei fatti e nelle persone  
che ho incontrato.

Accordami la tua sapienza,  
perché io sappia rivivere e giudicare,  
alla luce della tua parola,  
quello che oggi ho vissuto.

Accordami la perseveranza,  
perché io con pazienza  
penetri il messaggio di Dio nel Vangelo.

*San Tommaso d'Aquino*

*Tutti rispondono:*

**Amen.**

*Un membro della famiglia prende la Bibbia, la apre, e inizia a leggere il seguente brano: Matteo 13,1-9. "La parabola del Semiatore"*

### **Ascoltate la Parola del Signore dal Vangelo secondo Matteo**

Quel giorno Gesù uscì di casa e si sedette in riva al mare. Si cominciò a raccogliere attorno a lui tanta folla che dovette salire su una barca e là porsi a sedere, mentre tutta la folla rimaneva sulla spiaggia.

Egli parlò loro di molte cose in parabole.

E disse: «Ecco, il semiatore uscì a seminare. E mentre seminava una parte del seme cadde sulla strada e vennero gli uccelli e la divorarono. Un'altra parte cadde in luogo sassoso, dove non c'era molta terra; subito germogliò, perché il terreno non era profondo. Ma, spuntato il sole, restò bruciata e non avendo radici si seccò. Un'altra parte cadde sulle spine e le spine crebbero e la soffocarono. Un'altra parte cadde sulla terra buona e diede frutto, dove il cento, dove il sessanta, dove il trenta. Chi ha orecchi intenda».

*Tutti i membri della famiglia baciano il Libro della Sacra Scrittura.*

*Segue un momento di silenzio, di meditazione sopra il testo appena sentito e di preghiera personale.*

*Dopodiché una persona legge il seguente commento:*

Gesù racconta a una grande folla la parabola – che tutti conosciamo bene – del semiatore, che getta la semente su quattro tipi diversi di terreno. La Parola di Dio, simboleggiata dai semi, non è una Parola astratta, ma è Cristo stesso, il Verbo del Padre che si è incarnato nel grembo di Maria. Pertanto, accogliere la Parola di Dio vuol dire accogliere la persona di Cristo, lo stesso Cristo.

Ci sono diversi modi di ricevere la Parola di Dio. Possiamo farlo come una strada, dove subito vengono gli uccelli e mangiano i semi. Questa sarebbe la distrazione, un grande pericolo del nostro tempo. Assillati da tante chiacchiere, da tante ideologie, dalle continue possibilità di distrarsi dentro e fuori di casa, si può perdere il gusto del silenzio, del raccoglimento, del dialogo con il Signore, tanto da



rischiare di perdere la fede, di non accogliere la Parola di Dio. Stiamo vedendo tutto, distratti da tutto, dalle cose mondane.

Un'altra possibilità: possiamo accogliere la Parola di Dio come un terreno sassoso, con poca terra. Lì il seme germoglia presto, ma presto pure si secca, perché non riesce a mettere radici in profondità. È l'immagine di quelli che accolgono la Parola di Dio con l'entusiasmo momentaneo che però rimane superficiale, non assimila la Parola di Dio. E così, davanti alla prima difficoltà, pensiamo a una sofferenza, a un turbamento della vita, quella fede ancora debole si dissolve, come si secca il seme che cade in mezzo alle pietre.

Possiamo, ancora – una terza possibilità di cui Gesù parla nella parabola – accogliere la Parola di Dio come un terreno dove crescono cespugli spinosi. E le spine sono l'inganno della ricchezza, del successo, delle preoccupazioni mondane... Lì la Parola cresce un po', ma rimane soffocata, non è forte, muore o non porta frutto.

Infine – la quarta possibilità – possiamo accoglierla come il terreno buono. Qui, e soltanto qui il seme attecchisce e porta frutto. La semente caduta su questo terreno fertile rappresenta coloro che ascoltano la Parola, la accolgono, la custodiscono nel cuore e la mettono in pratica nella vita di ogni giorno.

Questa del seminatore è un po' la "madre" di tutte le parabole, perché parla dell'ascolto della Parola. Ci ricorda che essa è un seme fecondo ed efficace; e Dio lo sparge dappertutto con generosità, senza badare a sprechi. Così è il cuore di Dio! Ognuno di noi è un terreno su cui cade il seme della Parola, nessuno è escluso. La Parola è data a ognuno di noi. Possiamo chiederci: io, che tipo di terreno sono? Assomiglio alla strada, alla terra sassosa, al rovetto? Se vogliamo, con la grazia di Dio possiamo diventare terreno buono, dissodato e coltivato con cura, per far maturare il seme della Parola. Esso è già presente nel nostro cuore, ma il farlo fruttificare dipende da noi, dipende dall'accoglienza che riserviamo a questo seme. Spesso si è distratti da troppi interessi, da troppi richiami, ed è difficile distinguere, fra tante voci e tante parole, quella del Signore, l'unica che rende liberi. Per questo è importante abituarsi ad ascoltare la Parola di Dio, a leggerla. E torno, una volta in più, su quel consiglio: portate sempre con voi un piccolo Vangelo, un'edizione tascabile del Vangelo, in tasca, in borsa... E così, leggete ogni giorno un pezzetto, perché siate abituati a leggere la Parola di Dio, e capire bene qual è il seme che Dio ti offre, e pensare con quale terra io lo ricevo.

La Vergine Maria, modello perfetto di terra buona e fertile, ci aiuti, con la sua preghiera, a diventare terreno disponibile senza spine né sassi, affinché possiamo portare buoni frutti per noi e per i nostri fratelli.

*(Papa Francesco, Angelus, 12 luglio 2020)*

*Dopo il commento tutti recitano insieme la preghiera di Gesù:*

**Padre nostro...**

*Sempre insieme si innalza al Signore la preghiera O Padre, la nostra famiglia arda del dono del tuo amore, che si trova a conclusione della scheda.*

*Al termine della preghiera, colui che guida la preghiera prende la Bibbia e traccia il segno della croce, benedicendo con la Sacra Scrittura tutta la famiglia.*

*Si spegne la candela, dicendo:*

**Resta con noi, Signore, adesso e per tutti i secoli dei secoli. Amen.**



## DOMENICA IV DEL TEMPO ORDINARIO 31 GENNAIO 2021

Quando la famiglia è radunata, si accende una candela davanti alla Bibbia o davanti ad una immagine di Gesù. La preghiera può essere guidata dal papà (G) o dalla mamma (G)

- G.** Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.  
**T.** Amen.
- G.** Dio Padre, che è benedetto nei secoli,  
ci conceda di essere in comunione gli uni con gli altri,  
con la forza dello Spirito, in Cristo Gesù nostro fratello.  
**T.** **Benedetto nei secoli il Signore.**

*Colui che guida la preghiera dice:*

Preghiamo.  
O Padre, che hai inviato il tuo Figlio  
a insegnare con autorità la tua via  
e a liberarci dalle potenze del male,  
fa' che sperimentiamo l'intima gioia  
di affidarci unicamente a te,  
per testimoniare con la vita la nostra fede.  
Per Cristo nostro Signore.

**T.:** Amen.

### IN ASCOLTO DELLA PAROLA

*Uno dei presenti proclama il Vangelo del giorno*

*Dal vangelo secondo Marco*

*(Mc 1, 21-28)*

In quel tempo, Gesù, entrato di sabato nella sinagoga, [a Cafàrnao,] insegnava. Ed erano stupiti del suo insegnamento: egli infatti insegnava loro come uno che ha autorità, e non come gli scribi.

Ed ecco, nella loro sinagoga vi era un uomo posseduto da uno spirito impuro e cominciò a gridare, dicendo: «Che vuoi da noi, Gesù Nazareno? Sei venuto a rovinarci? Io so chi tu sei: il santo di Dio!». E Gesù gli ordinò severamente: «Taci! Esci da lui!». E lo spirito impuro, straziandolo e gridando forte, uscì da lui.

Tutti furono presi da timore, tanto che si chiedevano a vicenda: «Che è mai questo? Un insegnamento nuovo, dato con autorità. Comanda persino agli spiriti impuri e gli obbediscono!».

La sua fama si diffuse subito dovunque, in tutta la regione della Galilea.

*Si può sostare un attimo in silenzio per riflettere sulla Parola ascoltata*

### AL SIGNORE SALE LA NOSTRA PREGHIERA

*Il genitore che guida la preghiera dice:*

Animati dal fuoco dello Spirito Santo che è in noi, preghiamo insieme...



*Quindi uno dei partecipanti propone la prima parte delle invocazioni, il resto della famiglia si unirà della risposta.*

L.: Fa' che non diamo mai per scontati i tuoi insegnamenti, Signore  
 T.: **ma riconosciamo la tua autorevolezza e possiamo accoglierli sempre impegnandoci a realizzarli nella nostra vita.**

L.: Gli spiriti impuri ti riconoscono e sanno che sei il Messia  
 T.: **fa' che ciascuno di noi ti sappia riconoscere presente nella propria vita personale e in quella della nostra famiglia, come presenza non che rovina ma che dona vita e salvezza.**

L.: Ti chiediamo di liberarci, o Signore, dal peso delle tentazioni troppo forti  
 T.: **e da quelle piccole o grandi schiavitù che non ci fanno risplendere come figli tuoi nel mondo.**

L.: insegnaci, o Signore, la bellezza della fedeltà  
 T.: **a te, alla volontà del Padre, ai nostri impegni familiari, lavorativi e sociali, perché possiamo glorificare te nelle nostre opere.**

*Tutti insieme pregano con la preghiera del Signore*

**Padre nostro...**

*Sempre insieme si innalza al Signore la preghiera "O Padre, la nostra famiglia arda del dono del tuo amore", che si trova a conclusione della scheda.*

*Quindi ciascuno traccia su di sé segno di croce mentre il genitore prosegue.*

G. Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

T. Amen.

*Si può concludere con l'antifona mariana "Sotto la tua protezione":*

T. **Sotto la tua protezione cerchiamo rifugio,  
 Santa Madre di Dio:  
 non disprezzare le suppliche di noi  
 che siamo nella prova,  
 e liberaci da ogni pericolo,  
 o Vergine gloriosa e benedetta.**

## DOMENICA V DEL TEMPO ORDINARIO 7 FEBBRAIO 2021

*Oggi si celebra la 43esima Giornata Nazionale per la vita.*

*Si collochi sul tavolo la Bibbia aperta, una candela e, laddove possibile, l'immagine dell'ecografia di un neonato, la foto di un disabile e quella di un anziano.*

*Mentre si accende la candela, il genitore che guida la preghiera dice:*

La Parola di Dio ci illumini e ci aiuti a cogliere la presenza della Ss. Trinità in ogni forma di vita, soprattutto in quelle più fragili o disprezzate.

*Tutti rispondono:*

**Signore, tu sei la vita e in te ogni essere vive, nel tempo e nell'eternità.**



*Colui che guida la preghiera continua:*

Ogni vita è portatrice di speranza e pregare per la vita significa credere nel futuro al di là dei normali timori che attraversano la nostra esistenza, soprattutto in questo momento della nostra storia.

*Tutti rispondono:*

**Signore, abbiamo scoperto anche la nostra fragilità di fronte alla pandemia che stiamo attraversando, facci apprezzare ogni giorno di più la vita di cui ci hai fatto dono.**

## **PREGHIAMO CON LA PAROLA**

### **Preghiera alternata del Salmo 138**

*Ciascun componente della famiglia può pregare una strofa del salmo, alternandosi.*

Signore tu mi scruti e mi conosci, tu sai quando seggio e quando mi alzo.  
Penetri da lontano i miei pensieri, mi scruti quando cammino e quando riposo.

Ti sono note tutte le mie vie;  
la mia parola non è ancora sulla lingua e tu, Signore, già la conosci tutta.  
Alle spalle e di fronte mi circondi e poni su di me la tua mano.  
Stupenda per me la tua saggezza, troppo alta, e io non la comprendo.

Dove andare lontano dal tuo spirito, dove fuggire dalla tua presenza?  
Se salgo in cielo, là tu sei, se scendo negli inferi, eccoti.

Se prendo le ali dell'aurora per abitare all'estremità del mare,  
anche là mi guida la tua mano e mi afferra la tua destra.

Se dico: «Almeno l'oscurità mi copra e intorno a me sia la notte»;  
nemmeno le tenebre per te sono oscure, e la notte è chiara come il giorno;  
per te le tenebre sono come luce.

Sei tu che hai creato le mie viscere e mi hai tessuto nel seno di mia madre.  
Ti lodo, perché mi hai fatto come un prodigio;  
sono stupende le tue opere, tu mi conosci fino in fondo.

Non ti erano nascoste le mie ossa quando venivo formato nel segreto,  
intessuto nelle profondità della terra.  
Ancora informe mi hanno visto i tuoi occhi e tutto era scritto nel tuo libro;  
i miei giorni erano fissati, quando ancora non ne esisteva uno.

Quanto profondi per me i tuoi pensieri, quanto grande il loro numero, o Dio;  
se li conto sono più della sabbia, se li credo finiti, con te sono ancora.

Scrutami, Dio, e conosci il mio cuore, provami e conosci i miei pensieri:  
vedi se percorro una via di menzogna e guidami sulla via della vita.

*Si può sostare un attimo in silenzio per meditare sulla Parola appena pregata.*

*Un membro della famiglia legge una parte del Messaggio dei Vescovi Italiani per questa giornata.*



## Ci mettiamo in ascolto della Parola dei nostri vescovi:

### *Una libertà a servizio della vita*

La Giornata per la Vita 2021 vuol essere un'occasione preziosa per sensibilizzare tutti al valore dell'autentica libertà, nella prospettiva di un suo esercizio a servizio della vita: la libertà non è il fine, ma lo "strumento" per raggiungere il bene proprio e degli altri, un bene strettamente interconnesso.

A ben pensarci, la vera questione umana non è la libertà, ma l'uso di essa. [...] Papa Francesco ci ricorda che l'amore è la vera libertà perché distacca dal possesso, ricostruisce le relazioni, sa accogliere e valorizzare il prossimo, trasforma in dono gioioso ogni fatica e rende capaci di comunione.

Gli uomini e le donne veramente liberi fanno proprio l'invito del Magistero: "Rispetta, difendi, ama e servi la vita, ogni vita, ogni vita umana! Solo su questa strada troverai giustizia, sviluppo, libertà, pace e felicità!".

*A questo punto si può ascoltare il brano "Cantiamo te, Signore della vita", riproducibile attraverso il seguente link: <https://www.youtube.com/watch?v=U8XISbdLTeE>*

## AL SIGNORE SALE LA NOSTRA PREGHIERA

*Il genitore che guida la preghiera dice:*

Animati dal fuoco dello Spirito Santo che è in noi, preghiamo insieme...

*Quindi uno dei partecipanti propone la prima parte delle invocazioni, il resto della famiglia si unirà della risposta.*

- L.: Ridesta in noi, Signore, il rispetto per ogni vita umana nascente,  
**T.: disponi i nostri cuori alla generosa accoglienza di ogni bambino che si affaccia alla vita.**
- L.: Guida l'opera degli scienziati e dei medici,  
**T.: perché il progresso contribuisca al bene integrale della persona e nessuno patisca soppressione e ingiustizia.**
- L.: Educa tutti a prendersi cura dei bambini orfani o abbandonati,  
**T.: perché possano sperimentare il calore della tua Carità, la consolazione del tuo Cuore divino.**
- L.: Dona carità creativa agli amministratori e agli economisti,  
**T.: affinché ogni famiglia possa serenamente aprirsi alla nascita di nuovi figli.**
- L.: Fa' che possiamo credere alla sacralità di ogni vita,  
**T.: anche di quelle che agli occhi del mondo non hanno diritto di proseguire, dei disabili, degli anziani, dei malati terminali.**
- L.: Fa' che possiamo comprendere che non esiste libertà più grande  
**T.: che nell'ascolto e nella realizzazione della tua santa volontà.**

*Tutti insieme pregano con la preghiera del Signore*

**Padre nostro...**

*Sempre insieme si innalza al Signore la preghiera "O Padre, la nostra famiglia arda del dono del tuo amore", che si trova a conclusione della scheda.*



*Quindi ciascuno traccia su di sé segno di croce mentre il genitore prosegue.*

**G.** Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

**T.** Amen.

*Si può concludere con l'antifona mariana "Sotto la tua protezione":*

**T.** Sotto la tua protezione cerchiamo rifugio,  
**Santa Madre di Dio:**  
**non disprezzare le suppliche di noi**  
**che siamo nella prova,**  
**e liberaci da ogni pericolo,**  
**o Vergine gloriosa e benedetta.**

*In occasione della 43esima Giornata Nazionale per la vita potrebbe risultare opportuno leggere integralmente e meditare il messaggio che i Vescovi Italiani ci hanno rivolto.*

*È possibile trovarlo, nel suo testo completo, al seguente indirizzo web:*

<https://famiglia.chiesacattolica.it/liberta-e-vita-il-messaggio-per-la-giornata-per-la-vita-2021/>

## DOMENICA VI DEL TEMPO ORDINARIO 14 FEBBRAIO 2021

---

*Quando la famiglia è radunata, la preghiera può essere guidata dal papà (G) o dalla mamma (G)*

---

**G.** Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

**T.** Amen.

**G.** Dio Padre, che è benedetto nei secoli,  
 ci conceda di essere in comunione gli uni con gli altri,  
 con la forza dello Spirito, in Cristo Gesù nostro fratello.

**T.** **Benedetto nei secoli il Signore.**

*Colui che guida la preghiera dice:*

Preghiamo.

Padre, che nel tuo Figlio crocifisso  
 annulli ogni separazione e distanza tra te e noi,  
 aiutaci a scorgere nel volto di chi soffre  
 l'immagine stessa di Cristo,  
 per testimoniare ai fratelli la tua misericordia.  
 Per Cristo nostro Signore.

**T.:** Amen.

### IN ASCOLTO DELLA PAROLA

*Uno dei presenti proclama il Vangelo del giorno*

*Dal vangelo secondo Marco*

*(Mc 1, 40-45)*

In quel tempo, venne da Gesù un lebbroso, che lo supplicava in ginocchio e gli diceva:  
 «Se vuoi, puoi purificarmi!». Ne ebbe compassione, tese la mano, lo toccò e gli disse:  
 «Lo voglio, sii purificato!».



E subito la lebbra scomparve da lui ed egli fu purificato. E, ammonendolo severamente, lo cacciò via subito e gli disse: «Guarda di non dire niente a nessuno; va', invece, a mostrarti al sacerdote e offri per la tua purificazione quello che Mosè ha prescritto, come testimonianza per loro».

Ma quello si allontanò e si mise a proclamare e a divulgare il fatto, tanto che Gesù non poteva più entrare pubblicamente in una città, ma rimaneva fuori, in luoghi deserti; e venivano a lui da ogni parte.

*Si può sostare un attimo in silenzio per riflettere sulla Parola ascoltata*

## **AL SIGNORE SALE LA NOSTRA PREGHIERA**

*Il genitore che guida la preghiera dice:*

Animati dal fuoco dello Spirito Santo che è in noi, preghiamo insieme...

*Quindi uno dei partecipanti propone la prima parte delle invocazioni, il resto della famiglia si unirà della risposta.*

- L.: Molto spesso, Signore, siamo portati ad emarginare gli altri  
**T.: fa' che sul tuo esempio possiamo accogliere tutti e sempre.**
- L.: È scomodo per noi, Signore, vedere la nostra lebbra, il nostro peccato,  
**T.: concedici la consapevolezza di ciò che ci rende "impuri" per poter venire da te, Medico delle anime e dei corpi, e chiedere, dalla tua misericordia, la guarigione dell'anima e la rinascita della nostra vita.**
- L.: La tua compassione per l'uomo, o Buon Samaritano, è fonte di guarigione  
**T.: fa' che possiamo essere segno della tua compassione per tutte le persone che incontriamo e che spesso giudichiamo "impuri" emarginandoli.**
- L.: Insegnaci, Signore, a non aver paura del "lebbroso", del diverso, del peccatore,  
**T.: donaci il coraggio di "toccarlo", di farci vicini a lui e di sostenerlo.**
- L.: Il nostro incontro con te e la salvezza che tu ci doni non siano custoditi egoisticamente  
**T.: ma annunciati con gioia a tutti coloro che incontriamo, perché anche molti nostri fratelli possano venire a te ed avere vita.**

*Tutti insieme pregano con la preghiera del Signore*

**Padre nostro...**

*Sempre insieme si innalza al Signore la preghiera "O Padre, la nostra famiglia arda del dono del tuo amore", che si trova a conclusione della scheda.*

*Quindi ciascuno traccia su di sé segno di croce mentre il genitore prosegue.*

- G.** Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.  
**T. Amen.**

*Si può concludere con l'antifona mariana "Sotto la tua protezione":*

- T. Sotto la tua protezione cerchiamo rifugio,  
 Santa Madre di Dio:  
 non disprezzare le suppliche di noi  
 che siamo nella prova,  
 e liberaci da ogni pericolo,  
 o Vergine gloriosa e benedetta.**





## ○ PADRE, LA NOSTRA FAMIGLIA ARDA DEL DONO DEL TUO AMORE

**P**adre buono,  
 anche oggi questa tua e nostra famiglia è dinnanzi a te,  
 come Mosè davanti al rovelo ardente.  
 Ti ringraziamo per il tuo amore, la tua grazia,  
 la tua provvidenza e il tuo sostegno,  
 che sempre riconosciamo presenti  
 nella nostra vita di sposi e di famiglia.

**A**ccendi in noi la fiamma dell'amore dell'anima,  
 ravviva in noi il fuoco dell'amore sponsale e familiare,  
 fa' che possiamo sempre essere attratti verso di te  
 come la farfalla notturna è attratta verso la fiamma,  
 fa' che il nostro amore fuso nel tuo,  
 per il sigillo eterno dello Spirito Santo,  
 sia libero dalla superficialità e dall'egoismo,  
 sia un amore forte, essenziale, profondo e fecondo.

**S**iamo desiderosi di ricevere ogni giorno il dono  
 del fuoco del tuo Santo Spirito Consolatore  
 per poterlo portare nella nostra casa  
 e nei luoghi della nostra quotidianità  
 così da essere riflesso della tua immensa carità.

**○** Spirito Santo, abisso di carità,  
 tu sei fuoco che sempre arde e non si consuma:  
 tu sei pieno di letizia e di leggerezza.  
 Al cuore che viene colpito da questa fiamma,  
 ogni amarezza sembra dolce e leggero ogni grande peso.

**P**ossa la tua fiamma, o Santo Spirito Paraclito  
 ravvivare i nostri pensieri rendendoli sinceri, buoni e giusti  
 ravvivare i nostri occhi aprendoli a tutto ciò che è buono nella vita.  
 essere sulle nostre labbra aiutandoci a dire la verità  
 con gentilezza al servizio e in aiuto agli altri.  
 ravvivare il nostro orecchio affinché noi si possa udire  
 e profondamente ascoltare l'altro  
 al riparo dal pettegolezzo e dalle malelingue  
 che recano danno alla nostra famiglia e la sconvolgono,  
 ed essere nelle nostre mani perché sappiano servire e costruire amore.

**V**ieni, Trinità Santissima, entra nella nostra famiglia,  
 entra nella nostra vita! Vieni a cambiare il nostro cuore!  
 Entra, Dio onnipotente, e canti in noi la musica del Vangelo!

**A**men.

