

Mi riposo in Te

Proposta quotidiana di preghiera
in famiglia della Diocesi di Padova

AVVENTO | NATALE

Tempo di Natale
2026

L'ultima settimana del Tempo di Natale è segnata dalla gioia. Fa risuonare in tutti un unico grido: Dio ci ama ed è venuto a salvare tutte le genti. Per questo, ogni giorno, reciteremo il salmo 117 (116), il più piccolo del salterio, che racchiude il contenuto principale di tutti i salmi: lodare Dio per il suo amore e la sua fedeltà.

Genti tutte, lodate il Signore, popoli tutti, cantate la sua lode, perché forte è il suo amore per noi e la fedeltà del Signore dura per sempre.

Il termine "genti tutte" abbraccia l'orizzonte umano, "per sempre" tutto il tempo: tutte le generazioni sono chiamate a lodare Dio. L'universalità della salvezza è sconfinata e la lode si dilata dall'alba della storia fino alla fine dei tempi. La Chiesa raccomanda di pregare con i salmi: questo brevissimo testo, questa miniatura del salterio, è facile da imparare a memoria e da ripetere nel cuore durante la giornata.

Per ogni sera nel tempo di Natale

G – Gesù è nato, è in mezzo a noi, accendiamo la candela segno della sua presenza (*si spengono tutte le luci, si accende la candela del Natale*).

Dialogo iniziale:

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

Vai al giorno della settimana

Al termine

G – Ci affidiamo, recitiamo il salmo e concludiamo con:
un'Ave Maria, il Gloria al Padre e un Angelo di Dio

Benedizione finale:

G – O Dio, nostro Padre, che chiami tutti i popoli alla gioia della salvezza, rivelaci sempre più la profondità del tuo amore. Per Cristo nostro Signore.
T – Amen.

Legenda: G=Guida / T=Tutti / L=Lettore

Per le famiglie: a questo link la versione arricchita con le proposte per i più piccoli:

www.bit.ly/avvento-2025

La proposta di preghiera di questa settimana è stata curata dall'Ufficio per la liturgia.



Nella gioia dei SEGNI

Sabato **3 GEN.**

Ascoltiamo

L - «Benedetto Dio, Padre del Signore nostro Gesù Cristo, che ci ha benedetti con ogni benedizione spirituale nei cieli in Cristo. In lui ci ha scelti prima della creazione del mondo per essere santi e immacolati di fronte a lui nella carità» (Ef 1,3-4).

Meditiamo

G - Benedire significa "dire bene di qualcuno". Noi diciamo bene di Dio guardando a tutto quello Egli ha fatto per noi. Scopriamo i segni della sua presenza nell'amore che riceviamo e ci scambiamo in famiglia; nella gioia che proviamo nel cuore, capiamo che è Lui, per primo, ad aver "detto bene di noi". Ci dice che siamo amati, che ci sta vicino, che ci ricolma dei suoi doni di Grazia. Ha guardato a ciascuno di noi "prima della creazione del mondo", cioè prima che ci fosse un motivo per essere amati. Non ci ama perché siamo buoni e belli, ma per renderci capaci di diventare buoni e belli. "Ci ha scelti" significa che Dio non ama a caso: ci conosce, sa chi siamo, conta solo fino a uno.

Ci impegniamo

T - **Ci sforziamo di riconoscere in chi ci sta vicino tutti i doni che abbiamo ricevuto. Ci impegniamo a dire bene degli altri, così questa benedizione di Dio rimbalzerà da Lui a tutti coloro che conosciamo.**

Preghiamo

T - **recita del salmo 117 (116)** (*vedasi introduzione alla preghiera di questa settimana*)

Nella gioia dei MINISTERI

Domenica **4 GEN.**

Ascoltiamo

L - «In principio era il Verbo, e il Verbo era presso Dio e il Verbo era Dio... E il Verbo si fece carne e venne ad abitare in mezzo a noi» (Gv 1,1.14)

Meditiamo

G - Il prologo di Giovanni, che apre poeticamente il suo Vangelo, è un testo difficile e bellissimo, è un concentrato di teologia. Si parla del Verbo di Dio, che esisteva prima del tempo. Noi non siamo in grado di immaginare e capire questo perché il termine "era" indica una esistenza che per noi è incomprensibile: non abbiamo la categoria mentale dell'infinito. Ma quello che possiamo capire è che questo Verbo, che c'era da sempre, mediante il quale tutto è stato creato, che è la luce di Dio, contro il quale le tenebre non hanno nessun potere, viene ad abitare in mezzo a noi, vuole stare con noi. La parola in greco letteralmente significa "piantare la tenda". Egli pianta la sua tenda fra noi per essere nomade con noi, per spostarsi se noi ce ne andiamo. Il Dio che nessuno ha mai visto ora è visibile nel Figlio, per rimanere con noi per sempre.

Ci impegniamo

T - **Ci prendiamo l'impegno di vivere il ministero, cioè il servizio, di accogliere Gesù, che è venuto una volta nella storia, è morto ed è risorto, è sempre vivo e ora, ogni giorno, ci chiede di essere riconosciuto nella Eucaristia.**

Preghiamo

T - **recita del salmo 117 (116)** (*vedasi introduzione alla preghiera di questa settimana*)

Nella gioia della PAROLA

Lunedì **5 GEN.**

Ascoltiamo

L - «Mi è stato fatto conoscere il mistero... che le genti sono chiamate, in Cristo Gesù, a condividere la stessa eredità, a formare lo stesso corpo e ad essere partecipi della stessa promessa per mezzo del Vangelo» (Ef 3,3.6).

Meditiamo

G - Paolo afferma che tutti sono chiamati, in Cristo Gesù, a condividere la stessa eredità, cioè quanto era stato promesso al popolo di Israele: la salvezza, la vita bella in Dio. Il cerchio si allarga, non ha più confini: come un sasso gettato nel lago produce onde che arrivano a tutte le rive, così l'annuncio di Gesù Cristo non può più essere trattenuto nei confini ristretti di un popolo. Tutti sono chiamati a formare l'unico corpo di Cristo: questo vuol dire che dobbiamo sentirci membra gli uni degli altri, uniti fra noi non dalla simpatia umana, ma dal legame che crea in noi lo Spirito del Risorto. Questa è la parola di gioia che deve risuonare dentro i nostri cuori

Ci impegniamo

T - **Facciamo lo sforzo di guardare tutte le persone pensando che anche per loro c'è una parola d'amore da parte di Dio. Come guarda Dio quella persona? Quanto è importante per lui? E io allora come la devo trattare?**

Preghiamo

T - **recita del salmo 117 (116)** (*vedasi introduzione alla preghiera di questa settimana*)

Ascoltiamo

L - «Nato Gesù a Betlemme di Giudea, al tempo del re Erode, ecco, alcuni Magi vennero da oriente a Gerusalemme e dicevano: "Dov'è colui che è nato, il re dei Giudei? Abbiamo visto spuntare la sua stella e siamo venuti ad adorarlo"» (Mt 2,1-2).

Meditiamo

G - Arrivano da lontano i Magi, portando i loro doni. Betlemme è la città di nascita del re Davide: ora è arrivato il Davide definitivo, il re dei re, che tutti devono adorare. I Magi forse erano dei sacerdoti o degli astrologi persiani, portatori di una ricerca religiosa e filosofica: sono dei sapienti che cercano la verità. J. Ratzinger scrive: «I sapienti d'Oriente sono un inizio, rappresentano l'incamminarsi dell'umanità verso Cristo, inaugurano una processione che percorre l'intera storia». Essi, quindi, non rappresentano soltanto quelli che hanno trovato Gesù Cristo, ma anche tutti coloro che lo stanno cercando, che seguono una stella nella speranza di giungere alla verità. Essi rappresentano tutte le genti che cercano Dio, tutti i popoli che si muovono incontro a Cristo, per poter riconoscere in Lui il Figlio di Dio. Questa è l'Epifania, cioè la manifestazione di Dio al mondo intero.

Ci impegniamo

T - **Vogliamo pregare per la pace fra tutti i popoli, e continuare a farlo tutti i giorni, perché per tutti è nato Gesù Cristo.**

Preghiamo

T - **recita del salmo 117 (116)** (vedasi introduzione alla preghiera di questa settimana)

Ascoltiamo

L - «L'anima mia magnifica il Signore... Ha spiegato la potenza del suo braccio, ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore; ha rovesciato i potenti dai troni, ha innalzato gli umili; ha ricolmato di beni gli affamati, ha rimandato i ricchi a mani vuote» (Lc 1,46.51-53).

Meditiamo

G - Dio rivela ai potenti che il loro potere è limitato. Con la morte di ognuno il suo "regno" finisce. Dio mostra ad ogni uomo che si esalta, che in realtà è povero, perché è mortale e fragile. È questo il suo modo di deporlo dal trono e fare giustizia. Egli esalta gli umili non perché li metta su un trono, ma perché li innalza, li solleva, li prende in braccio. Dio prende in braccio gli umili, perché il trono del credente è stare in braccio a Dio.

Dio fa ordine, ma non secondo le logiche umane. Noi vorremmo un Dio che rimetta ordine con la forza, con la violenza: che uccida i dittatori, che dia il potere ai poveri, ma questo non succede. Dio si lega alla libertà umana, sta agli uomini operare la giustizia. Eppure è vero che Dio rovescia i potenti dai troni perché rivela ai potenti che il loro trono è fasullo: il superbo non ha più il suo pensiero; il potente non ha più il suo trono.

Ci impegniamo

T - **Vogliamo davvero mettere tutto il nostro impegno perché si operi per la giustizia nella nostra famiglia, con i vicini, dove e come possiamo.**

Preghiamo

T - **recita del salmo 117 (116)** (vedasi introduzione alla preghiera di questa settimana)

Ascoltiamo

L - «Ecco il mio servo che io sostengo, il mio eletto di cui mi compiaccio. Ho posto il mio spirito su di lui; egli porterà il diritto alle nazioni. Non griderà né alzerà il tono, non farà udire in piazza la sua voce, non spezzerà una canna incrinata, non spegnerà uno stoppino dalla fiamma smorta; proclamerà il diritto con verità» (Is. 42,1-3)

Meditiamo

G - Questo testo è il primo dei quattro canti del Servo sofferente del libro del profeta Isaia. In prima battuta, questo personaggio misterioso venne associato al popolo d'Israele, ma nei Vangeli, per le sue straordinarie qualità, venne visto come simbolo di Cristo. La parola "servo" nella Bibbia indica una persona con una speciale dignità. Amato da Dio, risponde in pieno alle sue aspettative; può portare l'annuncio della salvezza a tutti i popoli. La mitezza è la sua vera forza, in contrasto con il chiasso dei potenti; sa essere paziente, senza pretendere la riuscita immediata dei suoi progetti: egli è fedele a Dio e confida di instaurare il diritto divino proprio per la forza di Dio. Tutte queste caratteristiche meravigliose non possono coesistere in un semplice uomo: sono profezia del Messia.

Ci impegniamo

T - **Vogliamo provare ad imitare la mitezza di Gesù, a non arrabbiarci per stupidaggini, per diventare segni della sua presenza.**

Preghiamo

T - **recita del salmo 117 (116)** (vedasi introduzione alla preghiera di questa settimana)

Ascoltiamo

L - «Appena battezzato, Gesù uscì dall'acqua: ed ecco, si aprirono per lui i cieli ed egli vide lo Spirito di Dio discendere come una colomba e venire sopra di lui. Ed ecco una voce dal cielo che diceva: «Questi è il Figlio mio, l'amato: in lui ho posto il mio compiacimento» (Mt 3,16-17)

Meditiamo

G - Battesimo è una parola che deriva dal greco: significa "immersione". Gesù Cristo non ha ricevuto il battesimo come lo riceviamo noi. Il nostro Battesimo è un sacramento che nasce dalla Pasqua di Cristo e ci immerge nella sua morte per farci risorgere nella sua risurrezione, come dice la lettera ai Romani (cfr. Rom 6). È il sacramento che cancella in Cristo tutti i nostri peccati, è il primo sacramento che riceviamo e che ci permette l'ingresso nella comunità dei credenti. È ovvio, quindi, che di questo Battesimo, Cristo, che ne è l'origine, non ne ha bisogno. Eppure, nei nostri fonti battesimali, troviamo spesso l'immagine del battesimo del Signore, perché esso fu un gesto profetico della sua immersione nella morte e della sua emersione nella risurrezione. E i cieli si aprono perché, con Cristo, Dio è sceso sulla terra.

Ci impegniamo

T - **Ci impegniamo a vivere ovunque i nostri ministeri battesimali, cioè la capacità di servire che nasce dal fatto di essere stati battezzati in Cristo.**

Preghiamo

T - **recita del salmo 117 (116)** (vedasi introduzione alla preghiera di questa settimana)