

**06 febbraio**  
**V domenica del tempo ordinario**  
**PREGHIERA IN FAMIGLIA**

**ENTRIAMO IN PREGHIERA**

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

Signore Gesù, Dio di infinita tenerezza, noi ci affidiamo a te:  
tu non abbandoni chi ti cerca con animo sincero.

**Illumina i nostri occhi perché ti vediamo, apri la nostra bocca perché ti lodiamo,  
conforta il nostro cuore perché canti la tua misericordia. Amen!**

**COMPRENDIAMO IL SALMO**

*Questo salmo è uno dei più brevi del salterio. Ci aiuta a guardarci interiormente, nel più profondo di noi stessi; ad assumere la nostra profonda pochezza e fragilità e a metterci dinanzi a noi stessi e a Dio come un bambino nel grembo della madre. Quasi a continuazione di questo salmo, Gesù ha innalzato questa preghiera: «Ti rendo lode, o Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli. Sì, o Padre, perché così hai deciso nella tua benevolenza» (Mt. 11.25-26).*

**PREGHIAMO IL SALMO 131 (130)**

1) O Dio, il mio cuore non si gonfia di ambizioni,  
né i miei occhi si alzano superbi.

2) Non corro dietro alla vana grandezza  
né a cose meravigliose più grandi di me.

3) Io invece domino me stesso e mi mantengo silenzioso,  
come un bambino che ancora allatta,  
un piccolo bambino in braccio a sua madre,  
così io tengo quieto il mio cuore.

**(tutti) Così, spero in Dio il mio popolo da ora e per sempre!**

**- momento di preghiera silenziosa**

**ORAZIONE SALMICA**

*Non permettere, o Padre onnipotente, che ci esaltiamo con una superbia mondana, ma tu, che sei "mite e umile di cuore", insegnaci ad accordarci ai tuoi sentimenti di umiltà e di mitezza. Amen.*

**MEDITIAMO E APRIAMO LO SGUARDO**

Più che una preghiera questo salmo sembra il ritratto di un uomo contento che guarda dentro di sé e si descrive. Eppure è una preghiera, perché il salmista non parla di sé a se stesso, né descrive se stesso agli altri, ma al suo Dio. Ed è un parlare di sé che esprime gratitudine. È come un figlio che raccontasse la riuscita di un progetto al padre che lo ha aiutato a realizzarlo. È un grazie, anche se non c'è la parola grazie.

Come il salmista è un uomo in pace, «tranquillo e sereno», il Vangelo ci parla continuamente di un Gesù profondamente in pace perché abbandonato nelle braccia e alla volontà del Padre suo.

L'invito allora è proprio a guardare a lui: «Imparate da me che sono mite e umile di cuore" (Mt 11,29) e ancora a diventare, sul suo esempio, come bambini perché «se non diventerete come bambini non entrerete nel regno dei cieli" (Mt 18,3).

Gesù è il Figlio, tranquillo e sereno nelle braccia del Padre perché è sempre stato docile progetto del Padre e ha fatto dell'amore del Padre l'orientamento della propria vita.

Quando si è piccoli si sta volentieri tra le braccia del papà e della mamma. Ci si sente sicuri, tranquilli, profondamente certi che nulla ci può far male. Quando si è grandi non si fa più così. Però dentro di noi c'è il bisogno profondo di trovare chi, con il suo abbraccio d'amore, ci dia sicurezza, pace. La nostra vita cristiana è capire e vivere questo abbandono filiale nelle braccia del Padre, sempre aperte per accoglierci.

E questo Padre lo troviamo ad attenderci, lo sentiamo vicino ogni volta che noi riusciamo non a cercare le cose grandi, spettacolari, che promettono chissà che cosa, ma a vivere con straordinario impegno, disponibilità ed amore le cose piccole, semplici che ci sono offerte dalla nostra vita. Proviamoci. Sentiremo anche noi che è bello abbandonarsi nelle braccia del Padre e ritrovare così la semplicità del bambino.

### - PREGHIERE DI INTERCESSIONE

Per la pace nel mondo e la libertà di ogni essere umano:

**Signore noi ti preghiamo.**

Perché i responsabili delle Chiese cerchino continuamente l'unità visibile dei cristiani:

**Signore noi ti preghiamo.**

Per l'integrità della vita politica, per la giustizia nella società:

**Signore noi ti preghiamo.**

Per coloro che guadagnano con fatica il pane quotidiano:

**Signore noi ti preghiamo.**

Per chi è privo di lavoro o di ogni sostentamento:

**Signore noi ti preghiamo.**

Per chi è senza famiglia o senza casa:

**Signore noi ti preghiamo.**

Per chi soffre a causa della solitudine e dell'abbandono:

**Signore noi ti preghiamo.**

Per chi è oppresso, calunniato:

**Signore noi ti preghiamo.**

Per chi è a servizio dei più poveri, degli stranieri, degli emarginati:

**Signore noi ti preghiamo.**

### - PREGHIERA ALLA SANTA FAMIGLIA

**Gesù, Maria e Giuseppe, in voi contempliamo lo splendore del vero amore,  
a voi, fiduciosi, ci affidiamo.**

**Santa famiglia di Nazaret, rendi la nostra, e tutte le famiglie, luoghi di comunione,  
autentiche scuole di Vangelo e piccole Chiese domestiche.**

**Mai più ci siano nelle famiglie episodi di violenza, di chiusura e di divisione;  
che chiunque sia stato ferito o scandalizzato venga prontamente confortato e guarito.**

**Gesù, Maria e Giuseppe, ascoltateci e accogliete la nostra supplica. Amen.**

### - BENEDIZIONE CONCLUSIVA

Benediciamo il Signore. **Rendiamo grazie a Dio.**

Il Dio dell'amore e della pace sia con noi e ci conceda gioia, coraggio, unanimità. **Amen.**

---

### BENEDIZIONE DELLA TAVOLA

Cristo, Signore nostro, benedici questo cibo e queste bevande per la gioia dei tuoi servi. Tu sei pieno di sollecitudine e questi doni provengono da te. Per Cristo nostro Signore. Amen.

---