

# Per una preghiera... «fatta in casa!»

A cura dell'Ufficio Catechistico Diocesano Bologna



## AL MATTINO (da soli o insieme ai propri familiari)

Posso darti un suggerimento? Alzati all'orario prestabilito, lavati e preparati bene per la giornata: vestiti, non restare in pigiama. Anche se non esci di casa, ti aspettano tanti appuntamenti importanti per i quali hai da presentarti bene, in modo curato. Ricordi cosa diceva Gesù? «Tu, quando digiuni, profumati la testa e lavati il volto, perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo tuo Padre che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà» (Mt 6, 17-18). Stabilisci di dedicare alcuni minuti a questa breve preghiera, puoi farla o da solo o insieme ai tuoi famigliari: è l'appuntamento con il Signore Gesù.

### **Faccio il segno della croce**

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

### **Una strofa per uno**

**Vieni, o Spirito creatore,**  
visita le nostre menti,  
riempi della tua grazia  
i cuori che hai creato.

Sii luce all'intelletto,  
fiamma ardente nel cuore;  
sana le nostre ferite  
col balsamo del tuo amore.

O dolce consolatore,  
dono del Padre altissimo,  
acqua viva, fuoco, amore,  
santo crisma dell'anima.

Difendici dal nemico,  
reca in dono la pace,  
la tua guida invincibile  
ci preservi dal male.

Dito della mano di Dio,  
promesso dal Salvatore,  
irradia i tuoi sette doni,  
suscita in noi la parola.

Luce d'eterna sapienza,  
svelaci il grande mistero  
di Dio Padre e del Figlio  
uniti in un solo Amore. Amen

Ora fermati un istante in silenzio. Pensa alle cose che hai pianificato di fare in questa giornata e alle persone con cui condividerai il tempo: affidale al Signore Gesù e consegna a Lui le attività di oggi (studio, lezioni, letture, musica, dialoghi...)

### **Insieme**

**Padre nostro**, che sei nei cieli,  
sia santificato il tuo nome, venga il tuo Regno,  
sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra.  
Dacci oggi il nostro pane quotidiano,  
e rimetti a noi i nostri debiti  
come noi li rimettiamo ai nostri debitori,  
e non ci indurre in tentazione  
ma liberaci dal male  
Amen.

### **Faccio il segno della croce**

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