



# Con le famiglie verso Natale

Per ogni domenica, una proposta di riflessione da consegnare alle famiglie dopo la Messa, o da inviare loro tramite i social, per lasciare che portino nelle proprie case la preghiera per la tavola e il suggerimento per un gesto da fare in famiglia e per l'impegno da portare avanti nella settimana. Questo percorso, pensato dall'Ufficio per la Famiglia della diocesi con i volontari dell'Upm 5, vuole essere una traccia per un cammino familiare verso il Natale, nel segno della Speranza portata dalla preghiera e da piccoli gesti di carità, da vivere nella comunità e con le persone che si hanno accanto in famiglia.



Diocesi  
di Novara  
[www.diocesisnovara.it](http://www.diocesisnovara.it)

# I° domenica

di Avvento | I° dicembre 2024

## Preghiera per la tavola

Signore, tu che ci hai riuniti attorno a questa tavola rendici grati per quanto oggi potremo gustare. Donaci la capacità di amare portando **speranza** a chi è sofferente e ha bisogno della nostra e della Tua amicizia. Attraverso la preghiera insegnaci ad essere attenti ad ogni richiesta di aiuto e capaci di predisporre il nostro cuore alla tua venuta. Amen

## Gesto da fare in famiglia

Dopo aver pregato con la preghiera proposta, si recita insieme il Padre Nostro con lo sguardo rivolto al cielo (e anche le mani), per riprendere proprio le parole di Gesù nel Vangelo di oggi circa la nostra postura fisica e spirituale.

## Impegno per la settimana

Ognuno pensa e scrive un qualcosa che al momento lo affanna e lo preoccupa su un foglietto; piega il foglio, gli fa un forellino e lo chiude con un nodo/fiocco, fatto con lo spago.

Si affida al Signore questa preoccupazione per tutta la settimana nella preghiera personale o di gruppo. Al sabato ognuno prenderà il proprio foglietto e scioglierà il laccetto nella Speranza certa che il Signore si prende cura di noi e dei nostri bisogni.



La preghiera  
PORTA...  
**Speranza**



Diocesi  
di Novara  
[www.diocesisnovara.it](http://www.diocesisnovara.it)



Ufficio Famiglia



AVVENTO 2024  
ASPETTANDO  
GESÙ  
**Porta  
di  
Salvezza**



# La famiglia, Luogo di Speranza

*“La famiglia è una fabbrica di speranza,  
la cosa più bella che ha fatto Dio”*

PAPA FRANCESCO

La famiglia è testimonianza del volto di amore concreto del Padre, è amore vivente. La Chiesa desidera annunciare al mondo attraverso la famiglia la reale possibilità per ogni uomo di vedersi manifestare questo amore per poter credere e crescere nella certezza che qualcuno lo ha amato e continua ad amarlo ogni giorno della sua vita.

Nell'esortazione apostolica "Amoris Laetitia" si esalta la bellezza della famiglia, invitando a sostenerla e a coltivare l'amore all'interno di essa, anche di fronte alle sfide del mondo moderno.

La speranza si manifesta anche nelle famiglie che attraversano momenti difficili ma che, con l'amore reciproco, riescono a superare le prove. La speranza è radicata nella fede: le famiglie sono incoraggiate a non arrendersi, confidando sempre nella provvidenza di Dio.

Per questo ogni famiglia può essere un faro di speranza per l'intera società, irradiando valori di pace, dialogo e comprensione. La speranza è anche legata al futuro, perché dove nasce un bambino, nasce la speranza. Dove nasce un bambino, nasce il futuro, nasce la vita, germoglia l'infinito. Educare i figli alla fede e all'amore cristiano è una forma di costruzione di un mondo migliore. Senza la speranza non si può costruire nulla, e la famiglia è il primo luogo dove questa speranza può germogliare e crescere.

# 2° domenica

di Avvento | 8 dicembre 2024

## Preghiera per la tavola

Signore benedici la nostra tavola  
e rendici attenti alla quotidianità del tuo amore.  
Siediti ora accanto a noi per condividere  
quello che mani amorevoli hanno preparato  
così che come Maria, possiamo  
rallegrarci della tua presenza  
nella consapevolezza che l'umiltà  
e la **fiducia** in Te possono tutto.  
Amen

## Gesto da fare in famiglia

Un gesto di fiducia, che si può fare durante una preghiera in famiglia, è quello di tenersi per mano mentre si recita il Padre Nostro o un'altra preghiera. Questo gesto simboleggia l'unità della famiglia e la fiducia reciproca tra i membri, oltre che la fiducia in Dio. Tenersi per mano rappresenta il sostegno reciproco e l'accoglienza della presenza divina nella vita familiare.

## Impegno per la settimana

Durante la settimana compi un gesto di aiuto concreto verso una persona, offrendo il tuo "sì", come Maria, a Dio attraverso il servizio agli altri. Può essere semplice, come ascoltare con pazienza qualcuno che ha bisogno di parlare, aiutare un familiare con una necessità quotidiana, o aiutare un amico/compagno in difficoltà. Ogni gesto di aiuto diventa un modo per dire "sì" a Dio, con la consapevolezza che, servendo gli altri, stai compiendo la Sua volontà.



DIOCESI  
DI NOVARA

AVVENTO 2024  
ASPETTANDO  
GESÙ  
Porta  
di  
Salvezza



La preghiera  
PORTA...  
**Fiducia**



Diocesi  
di Novara  
[www.diocesisnovara.it](http://www.diocesisnovara.it)



Ufficio Famiglia



# La famiglia, Luogo di Fiducia

La fiducia permette ai membri della famiglia di vivere relazioni autentiche e profonde, basate sull'ascolto reciproco, la pazienza e la comprensione.

Nasce dalla capacità di aprirsi all'altro, di accettarne i limiti e di costruire insieme una relazione solida e duratura. La famiglia è il luogo privilegiato in cui la fiducia viene coltivata, non solo tra i coniugi, ma anche tra genitori e figli.

Educare i figli alla fiducia significa insegnare loro ad avere fiducia nella vita, nelle relazioni e, soprattutto, in Dio, come fondamento per affrontare le difficoltà familiari.

Confidare in Dio significa non avere paura del futuro, sapendo che Egli accompagna sempre la famiglia nel suo cammino. Le famiglie possono coltivare la fiducia reciproca attraverso la comunicazione aperta e il perdono: nessuna famiglia è perfetta, ma tutte possono crescere nella carità e nella fiducia giorno per giorno.

La fiducia è anche il fondamento su cui si costruisce la pace domestica e la crescita spirituale di ogni individuo. Le famiglie devono coltivare la fiducia anche nella provvidenza divina, vivendo con speranza e affidandosi a Dio nei momenti di incertezza

# 3° domenica

di Avvento | 15 dicembre 2024

## Preghiera per la tavola

Dio dei nostri padri dona la tua benedizione a questa famiglia radunata attorno alla mensa e fa' che giunga a noi ogni giorno il sostegno e il cibo necessario. In questo tempo di attesa anche noi ti chiediamo "che cosa dobbiamo fare?" perché spesso siamo disorientati e incapaci di intravedere il giusto cammino.

Ci mettiamo allora in ascolto del tuo **consiglio** che attraverso la preghiera è capace di giungere sempre nei cuori di chi ti accoglie.

Amen

## Gesto da fare in famiglia

La preghiera è lampada nella concretezza della vita di ogni giorno. Dopo aver recitato la preghiera ogni membro della famiglia dice ad alta voce "Nella preghiera ho capito di aver sbagliato a... (si dice l'errore commesso)"

## Impegno per la settimana

"Maestro cosa dobbiamo fare?"

Gesù risponde con chiarezza e concretezza a questa domanda; come famiglia impegniamoci a rinunciare a qualcosa in questa settimana (una cena fuori, un acquisto, ...) e doniamo l'equivalente a chi ne ha più bisogno (persone che sappiamo essere in difficoltà, Caritas, associazioni che si occupano di aiutare i bisognosi).



La preghiera  
PORTA...  
**Consiglio**



Diocesi  
di Novara  
[www.diocesisnovara.it](http://www.diocesisnovara.it)



Ufficio Famiglia



AVVENTO 2024  
ASPETTANDO  
GESÙ  
**Porta  
di  
Salvezza**



# La famiglia, Luogo di Consiglio

La famiglia è il primo luogo in cui si ricevono consigli importanti per la vita, non solo dal punto di vista pratico ma anche spirituale, morale ed emotivo. In famiglia si imparano i valori fondamentali della vita: rispetto, responsabilità, amore per il prossimo e fede.

I genitori offrono consigli ai figli, guidandoli nelle scelte quotidiane e aiutandoli a discernere ciò che è giusto da ciò che è sbagliato. Attraverso i consigli dei genitori, i figli imparano a gestire le relazioni, a prendere decisioni importanti e a vivere secondo i valori del Vangelo.

La famiglia cerca il consiglio di Dio attraverso la preghiera e la riflessione spirituale. In famiglia, i genitori possono aiutare i figli a discernere la chiamata di Dio nella loro vita, e insieme possono cercare consiglio attraverso la preghiera. In una famiglia, il consiglio non deve essere visto solo come un atto unidirezionale dai genitori ai figli, ma come uno scambio reciproco, dove anche i figli possono offrire punti di vista preziosi. Questo dialogo consente alla famiglia di crescere insieme, con una condivisione continua di idee, emozioni e supporto.

Consigliare non è solo una questione di dare suggerimenti, ma un atto d'amore. Quando si offre un consiglio in famiglia, lo si fa con il desiderio del bene dell'altro. Dobbiamo anche avere un profondo rispetto per il ruolo degli anziani nella famiglia e nella società, vedendoli come "portatori di saggezza". Non trascuriamo i consigli degli anziani, specialmente dei nonni, che con la loro esperienza di vita possono offrire prospettive uniche.

# 4° domenica

di Avvento | 22 dicembre 2024

## Preghiera per la tavola

O Signore, dacci un cuore aperto per condividere il pane e l'amicizia attorno a questa mensa.

Donaci la tua **benedizione**

che è balsamo per il cuore e forza dell'anima e apre i nostri occhi alla ricerca del bene che possiamo raccogliere da chi incontriamo.

Ogni gesto da noi compiuto possa promuovere e generare germogli di vita nuova

Amen

## Gesto da fare in famiglia

Prendendo spunto dalla parola benedizione che significa dire bene di qualcuno e pensando alle parole di affetto che si scambiano Maria ed Elisabetta nell'unico episodio in cui si incontrano raccontato dai Vangeli, proponiamo il seguente gesto: nel momento del pasto, o in un momento che la famiglia decide, ciascun familiare dice una cosa bella dell'altro e al termine ci si scambia un abbraccio tra i vari componenti della famiglia.

## Impegno per la settimana

Prendendo spunto dall'episodio della Visitazione di Maria ad Elisabetta proponiamo di andare a portare gli auguri delle festività natalizie imminenti ad un vicino di casa.



La preghiera  
PORTA...  
**Benedizione**



Diocesi  
di Novara  
[www.diocesinovara.it](http://www.diocesinovara.it)



Ufficio Famiglia



AVVENTO 2024  
ASPETTANDO  
GESÙ  
**Porta  
di  
Salvezza**





# La famiglia, luogo di **Benedizione**

La famiglia è uno dei doni più preziosi di Dio per l'umanità ed è chiamata a essere una "piccola Chiesa domestica", dove l'amore di Dio è vissuto e testimoniato nella vita quotidiana. La famiglia riflette l'immagine di Dio, in particolare l'amore trinitario. L'unione tra marito e moglie, che si apre alla vita attraverso i figli, rappresenta una manifestazione concreta dell'amore di Dio per il suo popolo. In questo senso la famiglia è un luogo privilegiato dove si sperimenta la benedizione dell'amore divino e della comunione.

Nella famiglia la vita è accolta come una benedizione: ogni nascita è un segno della fiducia di Dio nell'umanità. I figli sono una benedizione per i genitori, ma anche per la società e per la Chiesa. La vita, quindi, è al centro di questa benedizione, e la famiglia è chiamata a custodirla e promuoverla. La preghiera familiare è una potente fonte di benedizione: unisce, rafforza i legami e porta la presenza di Dio nella vita quotidiana.

Gesti semplici, come benedire i figli o recitare una preghiera insieme prima dei pasti, aiuta riconoscere la presenza e la benedizione di Dio nella vita familiare. I membri della famiglia sono una benedizione l'uno per l'altro.

Marito e moglie sono una benedizione reciproca nel loro amore e nella loro dedizione, così come i figli sono una benedizione per i genitori e viceversa.

Una famiglia che vive in pace e in armonia diventa un luogo di benedizione per tutti coloro che la abitano e la frequentano. La pace familiare non è qualcosa che viene dato per scontato, ma si costruisce attraverso la pazienza, il perdono, il dialogo e la capacità di affrontare insieme le difficoltà. Quando una famiglia vive in pace, essa riflette la pace di Dio e diventa una fonte di ispirazione e speranza per il mondo circostante.

# Natale del Signore

25 dicembre 2024

## Preghiera per la tavola

Nel giorno in cui tu Signore nostro Dio hai voluto che tuo Figlio Gesù mettesse la tenda in mezzo a noi, rendici consapevoli del grande dono di **salvezza** che ci hai dato perché possiamo viverlo nella gioia con tutti coloro che siedono alla nostra tavola e annunciarlo sempre con fermezza di cuore. Amen

## Gesto da fare in famiglia

Prima di recitare la preghiera proposta, ognuno ringrazia ad alta voce per il dono più importante che ha ricevuto.

## Impegno per la settimana

A Natale abbiamo ricevuto tanti doni; durante questa settimana pensiamo ad un dono che vogliamo offrire a Gesù, scriviamolo su un foglietto e deponiamolo davanti al presepe.

*Buon Natale!*



GESÙ  
Porta  
di  
Salvezza



Diocesi  
di Novara  
[www.diocesisnovara.it](http://www.diocesisnovara.it)



Ufficio Famiglia



# Natale del Signore

25 dicembre 2024



## La famiglia, luogo di Salvezza

La famiglia è uno spazio privilegiato in cui si vive l'amore di Dio e dove ciascun membro può crescere nella fede e nella santità, sperimentando così la presenza salvifica di Dio. È nella vita familiare che si inizia il cammino di salvezza personale, imparando ad aprirsi alla grazia di Dio.

Il vero amore familiare è una via di salvezza, poiché attraverso l'amore reciproco tra i membri della famiglia, si sperimenta l'amore di Cristo. Questo amore non è solo un sentimento, ma si manifesta concretamente nel servizio, nel sacrificio e nel perdono.

Quando i genitori educano i figli all'amore e alla fede, e quando i coniugi si amano in modo disinteressato e fedele, si compie un percorso verso la santità e la salvezza. In questo senso è centrale ruolo dei genitori nel guidare i figli, non solo nelle questioni materiali, ma anche e soprattutto in quelle spirituali.

La famiglia a non deve trascurare la dimensione spirituale della vita coltivando la fede attraverso la preghiera e i sacramenti, riconoscendo che tutto ciò è essenziale per camminare verso la salvezza. La famiglia non solo è un luogo di salvezza per i suoi membri, ma è anche chiamata a essere una testimone della salvezza nel mondo.

La famiglia è una "scuola di umanità", dove si imparano valori come il rispetto, la solidarietà e l'amore per il prossimo. In questo modo, la famiglia diventa una luce per la società contribuendo alla salvezza dell'intera comunità.