Per cominciare a pregare in Famiglia

**Al mattino**

*se abbiamo conosciuto il Signore: andiamo a incontrare quel Signore che ci ha amati, perdonati, ha provveduto alla nostra vita*

- segno di croce

- ringraziamento e richiesta di aiuto, ad es: “Ti ringrazio Padre di questo nuovo giorno, della vita che mi hai donato, delle persone che mi vogliono bene, ti prego di aiutarmi in questa giornata. Tu conosci le mie difficoltà, in particolare [... che mi arrabbio, che mi scoraggio, che ho una difficoltà con quella persona]. Fa che quando succede, posso ricordarmi che mi vuoi bene, che mi perdoni, e con il tuo aiuto possa subito ricominciare con gioia. Ti affido queste persone care [...]”

- Padre nostro e Ave Maria.

**Alla sera**

- segno di croce

- ringraziamento e richiesta di perdono, ad es: “Ti ringrazio Padre di questo giorno, di queste persone che ho incontrato, questi doni che ho ricevuto, queste cose che ho potuto fare bene. Ti chiedo perdono per quei momenti [... nei quali mi sono dimenticato che mi eri vicino con amore, in particolare...] e ti ringrazio che mi hai perdonato.”

- Padre nostro e Ave Maria.

Se preghiamo assieme in famiglia, specie alla sera (mai andare a dormire senza riconciliarci) possiamo anche chiederci perdono, darci un bacio e un abbraccio.

In famiglia, almeno una volta alla settimana, o da soli anche ogni giorno, possiamo leggere una parola dalla Bibbia: dal Vangelo (quello del giorno o in lettura continua o aprendolo a caso) o dai Salmi.

Ci possiamo quindi chiedere: cosa mi vuol dire il Signore?

Possiamo quindi pregare in base alla lettura fatta e alle situazioni della nostra vita, e concludere con il Padre nostro.