

## **Proposta di preghiera per 7 giorni<sup>1</sup>**

*"State sempre lieti, pregate incessantemente,  
in ogni cosa rendete grazie;  
questa è infatti la volontà di Dio  
in Cristo Gesù verso di voi" (1Ts 5,16-17)*

Questo foglio vuole essere un aiuto per riscoprire una delle chiavi di un matrimonio felice: la preghiera.

Dio ti conduce nella vita e ti ama! È lui a guidarti anche nel matrimonio, è al tuo fianco come amico. Pregare è semplicemente scoprire la presenza di Dio nella nostra vita, è stare insieme a Lui qualche momento.

Alcuni consigli:

- Ritagliatevi un po' di tempo
- Trovate un luogo adatto
- Cercate di fare questo ogni giorno

### **1° giorno**

Dio non è qualcuno che vive lontano, che si disinteressa a me e alla mia vita. Egli è un padre che mi ama e ci dice:

*"Ti ho amato di un amore eterno,  
per questo ti conservo ancora pietà" (Ger 31)*

Proviamo a ringraziare Dio per il suo amore, in modo semplice, con le nostre parole.

### **2° giorno**

Pregare significa riconoscere quanto Dio ha fatto per me, per noi. Uniamoci al ringraziamento del salmo 103:

*"Benedici il Signore, anima mia,  
quanto è in me benedica il suo santo nome.  
Benedici il Signore, anima mia,  
non dimenticare tanti suoi benefici.  
Egli perdona tutte le tue colpe,  
guarisce tutte le tue malattie;  
egli riempie di beni i tuoi giorni.  
Buono e pietoso è il Signore,  
lento all'ira e grande nell'amore."*

Dopo la recita del salmo, fatta adagio e prestando attenzione alle parole, si può restare un momento in silenzio ed eventualmente scambiarsi qualche commento e attualizzazione.

---

<sup>1</sup> Percorso per la preparazione al matrimonio, decanato di Mattarello (TN)

### 3° giorno

Dio ha un sogno che vuole realizzare: il nostro matrimonio come vita felice.

*"Io conosco i progetti che ho fatto a vostro riguardo,  
progetti di pace e non di sventura,  
per concedervi un futuro pieno di speranza.  
Voi mi invocherete ed io vi esaudirò,  
mi cercherete e mi troverete." (Ger 29)*

### 4° giorno

Dedichiamo la preghiera di questo giorno alla lode a Dio:

*"Lodate il Signore perché è buono,  
perché eterno è il suo amore per noi.  
Lodate il Signore dei Signori,  
perché eterno è il suo amore per noi.  
Egli solo ha compiuto meraviglie,  
perché eterno è il suo amore per noi,  
ci ha liberato dai nostri nemici,  
perché eterno è il suo amore per noi"*

Continua questo canto di lode aggiungendo i tuoi (i vostri) personali motivi di lode oggi, in questa settimana, ...

*Lode a te Signore perché \_\_\_\_\_*  
*Lode a te Signore perché \_\_\_\_\_*

### 5° giorno

Dio ti ama: tu sei importante per Lui. Ascolta:

*"Non temere, perché io ti ho riscattato,  
ti ho chiamato per nome: tu mi appartieni.  
Se dovrai attraversare le acque, sarò con te.  
Tu sei prezioso ai miei occhi,  
perché sei degno di stima e io ti amo." (Is 43)*

Dopo l'ascolto della Parola, si può restare un momento in silenzio lasciando entrare in se stessi la sicurezza e la dolcezza del sentirsi preziosi per il Signore; eventualmente si può scambiarsi in coppia qualche "confidenza" in proposito.

## **6° giorno**

Dio ti ama ed ha scelto il meglio per te. Ha pensato da sempre al tuo fidanzato/a, da sempre ha pensato alla vostra felicità.

*"Ecco io farò scorrere verso di voi  
come un fiume, la felicità.  
Come una madre consola un figlio  
così io vi consolerò." (Is 66)*

Ripensate ai momenti felici trascorsi insieme e ringraziate Dio con le vostre parole.

## **7° giorno**

Dio ha santificato il matrimonio e l'amore degli sposi.  
Il suo amore può rendere il vostro amore totale e indissolubile.

*"Dove andrai tu andrò anch'io;  
dove ti fermerai mi fermerò;  
il tuo popolo sarà il mio popolo  
e il tuo Dio sarà il mio Dio." (Rt 1)*

Pensate insieme ai "rischi" a cui può andare incontro il vostro futuro: affidatevi al Signore che si impegnerà a rimanere con voi soprattutto nei momenti più difficili.