

Per la mamma e il papà in cielo

La preghiera del video
e altre preghiere per ricordarli

GESÙ SEI LA MIA ARIA

Indice

Una lettera per te 2

1. La preghiera del video 3

2. Parole di fiducia 9

3. Nei giorni del ricordo 16

4. Le preghiere della Chiesa per i defunti 23

Conclusione · Il bene che resta 31

Il prossimo passo 32

Fonti 34

Una lettera per te

Questo libretto è per te che hai la mamma o il papà in cielo, da poco o da tanti anni.

Dentro trovi la preghiera del video, parola per parola, da ripetere quando vuoi: nel loro compleanno, in un anniversario, in una sera qualunque. E altre preghiere per i giorni più difficili, con quelle che la Chiesa dice da sempre per i defunti.

Basta il loro nome, detto davanti a Dio con amore.



Capitolo 1

La preghiera del video

William-Adolphe Bouguereau, Il giorno dei morti (1859)

Per affidare a Gesù la tua mamma e il tuo papà

> «Io sono la risurrezione e la vita; chi crede in me, anche se muore, vivrà»
>
> Giovanni 11,25

È la preghiera che abbiamo detto insieme nel video. Se uno dei due è ancora con te, ringrazia Dio anche per lui, o per lei.

Preghiera per la mamma e il papà in cielo

Signore Gesù, tu sei la risurrezione e la vita.
A te consegniamo, oggi, la nostra mamma e il nostro papà.
Ti ringraziamo per la vita che ci hanno donato.
Per il pane guadagnato con fatica.
Per tutte le volte che ci hanno aspettato, corretto, perdonato.
Ti affidiamo la nostra mamma.

Ricordati delle sue mani stanche, delle sue preghiere, delle sue notti in pensiero per noi.
Accoglila nella tua pace.
Ti affidiamo il nostro papà.
Ricordati del suo lavoro, dei suoi silenzi, del suo modo di volerci bene.
Accoglilo nella tua pace.
Guarda con misericordia le loro fragilità.
E perdona anche noi, per le parole dure e per quelle che non abbiamo detto.

Tu hai promesso di prepararci un posto.
Dona anche a loro un posto nella casa del Padre, dove ogni lacrima è asciugata.
E quando verrà il nostro giorno, fa' che li ritroviamo nella tua luce.
Signore, consola anche il nostro cuore.
C'è chi li ha salutati da poco, e non si è ancora abituato alla loro assenza.

C'è chi li ha salutati tanti anni fa, e sente ancora la loro mancanza.
Asciuga le nostre lacrime. E aiutaci a vivere come loro speravano per noi. Amen.

Un momento di silenzio

Fermati un attimo. Se vuoi, di' sottovoce il loro nome, e una parola sola: grazie.



Capitolo 2

Parole di fiducia

Sebastiano del Piombo, La risurrezione di Lazzaro (circa 1517–1519)

Il Salmo 23 e le parole di Gesù, per quando il dolore toglie le parole

> «Non sia turbato il vostro cuore. Abbiate fede in Dio e abbiate fede anche in me»
>
> Giovanni 14,1

Quando il dolore toglie le parole, si può pregare con quelle della Bibbia. Sono le stesse che leggiamo nel video.

Salmo 23

Il Signore è il mio pastore:
non manco di nulla.
Su pascoli erbosi mi fa
riposare, ad acque
tranquille mi conduce.
Rinfranca l'anima mia, mi
guida per il giusto
cammino a motivo del
suo nome.
Anche se vado per una
valle oscura, non temo
alcun male, perché tu sei
con me.
Il tuo bastone e il tuo
vincastro mi danno
sicurezza.

Davanti a me tu prepari
una mensa sotto gli
occhi dei miei nemici.
Ungi di olio il mio capo; il
mio calice trabocca.
Sì, bontà e fedeltà mi
saranno compagne tutti
i giorni della mia vita,
abiterò ancora nella casa
del Signore per lunghi
giorni.

Gesù a Marta, sorella di Lazzaro

> «Io sono la risurrezione e la vita; chi crede in me, anche se muore, vivrà».
>
> Giovanni 11,25

Gesù ai suoi amici, la sera prima della passione

> «Nella casa del Padre mio vi sono molte dimore. Se no, vi avrei mai detto: "Vado a prepararvi un posto"? Quando sarò andato e vi avrò preparato un posto, verrò di nuovo e vi prenderò con me, perché dove sono io siate anche voi».
>
> Giovanni 14,2-3

La promessa di Dio

> «Ecco la tenda di Dio con gli uomini! Egli abiterà con loro ed essi saranno suoi popoli ed egli sarà il Dio con loro, il loro Dio. E asciugherà ogni lacrima dai loro occhi e non vi sarà più la morte né lutto né lamento né affanno, perché le cose di prima sono passate».
>
> Apocalisse 21,3-4



Capitolo 3

Nei giorni del ricordo

Carl Heinrich Bloch, Cristo nel Getsemani (1873)

Cinque preghiere brevi per i giorni in cui la mancanza pesa di più

> «Onora tuo padre con tutto il cuore e non dimenticare le doglie di tua madre»
>
> Siracide 7,27

Ci sono giorni in cui la loro assenza pesa di più. Ecco una preghiera breve per ognuno.

Nel giorno del loro compleanno

Signore, oggi sarebbe stato
il loro giorno.
Ti ringrazio per quando
sono nati,
per gli anni che ci hai dato
insieme,
per tutto il bene che mi
hanno lasciato.
Festeggiali tu, nella tua
casa.
E di' loro che io mi ricordo.
Amen.

Nell'anniversario della loro partenza

Signore Gesù, in questo
giorno di tanti anni fa
(o di poco tempo fa)
ho dovuto lasciarli andare.
Tu conosci il mio dolore,
perché anche tu hai
pianto per un amico.
Tieni la loro anima nella
tua pace,
e a me dona la forza di
andare avanti con
speranza. Amen.

Davanti alla loro tomba

Signore, qui riposa il loro corpo,
ma la loro vita è nelle tue mani.
Questo fiore è il mio grazie.
Questa preghiera è il mio modo di restare vicino.
L'eterno riposo dona loro, o Signore,
e splenda ad essi la luce perpetua. Riposino in pace. Amen.

La sera, quando mi mancano

Madonna mia, stasera
sento la loro mancanza.
Tu che hai stretto tra le
braccia tuo Figlio sotto
la croce,
sai che cosa vuol dire
perdere chi si ama.
Prendi il mio cuore stanco
e mettilo vicino al tuo.
E porta a Gesù la mia
preghiera per loro.
Amen.

Per quello che è rimasto a metà

Signore, tra me e loro qualcosa è rimasto in sospeso:
una parola mai detta, un abbraccio mancato, una lite mai chiarita.
Io non posso più tornare indietro, ma tu sì puoi guarire.
Di' loro il mio grazie. Di' loro che li perdono.
E chiedi loro di perdonare me. Amen.



Capitolo 4

Le preghiere della Chiesa per i defunti

Gustave Doré, La rosa celeste, Paradiso XXXI (1871)

Le parole che la Chiesa dice da sempre per chi è in cielo

> «E asciugherà ogni lacrima dai loro occhi»
>
> Apocalisse 21,4

Il Catechismo insegna che la nostra preghiera per i defunti può aiutarli, e rende efficace anche la loro preghiera per noi. Noi preghiamo per loro; e loro, presso Dio, pregano per noi.

L'eterno riposo

L'eterno riposo dona loro,
o Signore,
e splenda ad essi la luce
perpetua.
Riposino in pace. Amen.

Salmo 130 («Dal profondo»)

Dal profondo a te grido, o
Signore;
Signore, ascolta la mia
voce.
Siano i tuoi orecchi attenti
alla voce della mia
supplica.

Se consideri le colpe,
Signore, Signore, chi ti può resistere?
Ma con te è il perdono:
così avremo il tuo timore.
Io spero, Signore. Spera l'anima mia, attendo la sua parola.
L'anima mia è rivolta al Signore più che le sentinelle all'aurora.
Più che le sentinelle l'aurora, Israele attenda il Signore,

perché con il Signore è la misericordia e grande è con lui la redenzione.
Egli redimerà Israele da tutte le sue colpe.

Padre nostro

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 anche noi li
rimettiamo ai nostri
debitori,
e non abbandonarci alla
tentazione, ma liberaci
dal male. Amen.

Ave Maria

Ave, o Maria, piena di grazia, il Signore è con te.
Tu sei benedetta fra le donne e benedetto è il frutto del tuo seno, Gesù.
Santa Maria, Madre di Dio, prega per noi peccatori,
adesso e nell'ora della nostra morte. Amen.

Una piccola abitudine

Ogni sera, prima di dormire, un Eterno riposo per la mamma e uno per il papà. Bastano pochi secondi, e li porti con te ogni giorno.

Conclusione · Il bene che resta

Pensa a una cosa buona che hai imparato dalla mamma o dal papà. E rifalla, questa settimana.

Una ricetta di casa, preparata per qualcuno. La pazienza con i bambini. La porta sempre aperta a chi bussava. Il bene che ci hanno lasciato continua così, nelle nostre mani.

Il Signore custodisca nel suo amore la tua mamma e il tuo papà. E dia pace al tuo cuore.

Il prossimo passo

1. **Prega di nuovo con il video.** La preghiera intera, con la voce e le immagini: tocca qui per aprirlo. Nei commenti puoi scrivere il nome della tua mamma e del tuo papà.

2. **Regala questo libretto** a un fratello, a una sorella, a un'amica che ha perso i genitori: basta inoltrarlo.

3. **Una preghiera su WhatsApp.** Nessuno vede il tuo numero. Tocca qui:

entra nel canale, oppure inquadra il codice con la fotocamera.

Canale WhatsApp «Gesù sei la mia aria»

Se preghi anche per i tuoi figli e i tuoi nipoti, c'è un altro libretto gratuito, «Affida i tuoi figli a Dio»: tocca qui.

Fonti

Bibbia: traduzione CEI 2008 (Salmi 23 e 130; Siracide 7,27; Giovanni 11,25 e 14,1-3; Apocalisse 21,3-4). Catechismo della Chiesa Cattolica, n. 958. L'eterno riposo e Ave Maria: Compendio del Catechismo. Padre nostro: Messale Romano (2020). Le altre preghiere sono scritte da Gesù sei la mia aria.

Dipinti di pubblico dominio (Wikimedia Commons). copertina: Bartolomé Esteban Murillo, «Immacolata Concezione dei Venerables», circa 1678, Prado, Madrid · capitolo 1: William-Adolphe Bouguereau, «Il giorno dei morti», 1859, Bordeaux · capitolo 2: Sebastiano del Piombo, «La risurrezione di Lazzaro», circa 1517–1519, National Gallery, Londra · capitolo 3: Carl Heinrich Bloch, «Cristo nel Getsemani», 1873, Frederiksborg (Danimarca) · capitolo 4: Gustave Doré, «La rosa celeste» (Paradiso, canto XXXI), 1871, Biblioteca Nazionale di Polonia.