

6 / Andare a Messa tutti insieme con i bambini, anche se molto piccoli

La domenica è il giorno in cui partecipare all'Eucarestia. Recarsi tutti insieme, genitori e figli, alla Messa farà percepire ai bambini l'importanza di quel momento, anche se non ne capiranno appieno il significato. La celebrazione potrà essere preparata dal papà - o dalla mamma - che racconterà ai figli durante la prima colazione il Vangelo che poi si ascolterà durante la Messa.

Si spiegherà ai bambini il senso della domenica, ma sarà anche importante superare le loro ritrosie quando vorranno passare tutto il tempo in casa o davanti al computer e non uscire per la Messa. I genitori potranno spiegare con grande naturalezza che la famiglia ha bisogno di vivere dei momenti in cui tutti insieme si è presenti e che la Messa è importantissima per incontrare Dio e ringraziarlo dei suoi doni.

Sarà molto bello per i bambini imparare i primi canti, quelli più facili fra quelli che vengono eseguiti a Messa. Ai bambini piace moltissimo il canto comune e pian piano li si scoprirà cantare i canti della domenica anche a casa!

7 / La domenica e la carità

La domenica è anche giorno in cui riscoprire la carità, anzi è il giorno più idoneo per gesti di carità, condivisi con i figli. È il giorno in cui donare l'elemosina, è il giorno in cui far visita ad amici o parenti, in cui vivere quei gesti che esprimono il senso della gratuità.



Lettera ai genitori

Nel giorno del Signore.

Vivere la domenica in famiglia

*Carissimi genitori,
vogliamo questa volta parlarvi della domenica. Prima
che ci fossero l'ebraismo ed il cristianesimo, nel mondo
pagano, non c'era un giorno settimanale di riposo.
In fondo è grazie al Dio di Mosè e di Gesù Cristo che
il mondo ha scoperto la bellezza del sabato e della
domenica. Ma qual è il vero senso del riposo festivo?
E come vivere la domenica perché dia veramente pace
ai nostri cuori e ci aiuti a donare un cuore sereno ai
nostri figli?*

1 / Scandire il tempo

Scandire bene il tempo vuol dire riconoscere ciò che nella vita vale veramente. Nel rapporto di coppia c'è il tempo della giornata in cui gli sposi si parlano: questo tempo permette loro di esprimere il loro amore, di vivificarlo, di celebrarlo. C'è poi il tempo del lavoro, quello del gioco, quello del riposo. Ci sono poi i giorni di festa, come gli anniversari, i compleanni, e così via. Certo noi ci amiamo sempre l'un l'altro, ma il compleanno ci dona il modo di celebrare la presenza di chi amiamo - e per questo ci disturba tanto quando qualcuno si dimentica dei nostri anniversari!

Il lavoro può rendere liberi, ma si può anche esserne schiavi. Le stelle e i pianeti, una volta iniziato il loro moto rotatorio che durerà in eterno, continuano a girare ciecamente, senza interruzione, mossi dalla legge naturale di causa ed effetto. L'uomo invece può, con un atto di fede, porre un limite al suo lavoro, affinché non degeneri in una fatica senza senso. Osservando lo Shabbath, l'ebreo diviene, come dissero i nostri Saggi, simile a Dio stesso. Similmente a Dio, egli è padrone del suo lavoro, non schiavo di esso.

Isidor Grunfeld

2 / Il significato della domenica

Nello scandire il tempo l'uomo esprime se stesso. I giorni della settimana ci ricordano la storia dell'Europa. Cinque giorni della nostra settimana portano il nome delle divinità pagane - ad esempio, "venerdì" viene da Venere. Un sesto giorno porta un nome ebraico, "sabato" da shabbath, che vuol dire in ebraico "riposo", "cessazione dal lavoro". Fin dal primo capitolo di Genesi la Bibbia ci ricorda che Dio non solo crea, ma che si "ferma" per godere di ciò che ha creato, indicando così all'uomo che deve giungere a riposarsi per ringraziare della vita, altrimenti il lavoro diviene maledizione. Proprio la frenesia del nostro tempo ci porta a correre, ma raramente a fermarci per ringraziare, per godere, per metterci alla presenza di Dio e vedere con i suoi occhi tutto ciò che esiste.

Domenica significa, invece, "giorno del Signore" - dies Domini. Gesù, risorgendo il primo giorno dopo il sabato, ha portato a compimento il significato del riposo ebraico. Non c'è vera pace e vera festa, non c'è vero ringraziamento e vera lode, se non perché la vita che viviamo è destinata alla resurrezione. Il tempo e la morte non possono più strapparci l'amore. Il bambino che avete generato è destinato ad amare per sempre ed a vivere per sempre, perché Gesù è risorto e la morte non ha più l'ultima parola sulla sua vita. Questo è il vero significato della domenica.

3 / Vero riposo non è perdere tempo, ma ritrovare il senso del vivere quotidiano

Talvolta ci sembra quasi che la domenica ci stanchi più degli altri giorni. Oppure ci sembra che, dopo la stanchezza della settimana lavorativa, almeno la domenica sia giusto non pensare a niente. È vero invece il contrario: ci si riposa veramente quando si scopre il significato della fatica che facciamo ogni giorno. La domenica ci è donata, perché in Dio ritroviamo la fiducia che vale la pena faticare per la nostra famiglia. I giorni della settimana non sono maledetti, bensì è il tempo in cui viviamo la vocazione che Dio ci affida. Dio è vicino ed allora tutta l'esistenza non è una corsa verso il nulla: ecco cosa ci dà motivo di festa e di serenità. I gesti cristiani con cui viviamo la domenica, se da un lato ci impegnano, d'altro canto ci danno una serenità diversa perché più profonda. Intorno ai segni della fede che condividiamo, rinnoviamo anche l'amore

che unisce la nostra famiglia e troviamo la forza per superare le contrarietà e per ricercare di nuovo la via del perdono.

Senza il Signore e il giorno che a Lui appartiene non si realizza una vita riuscita. La domenica, nelle nostre società occidentali, si è mutata in un fine-settimana, in tempo libero. Il tempo libero, specialmente nella fretta del mondo moderno, è una cosa bella e necessaria; ciascuno di noi lo sa. Ma se il tempo libero non ha un centro interiore, da cui proviene un orientamento per l'insieme, esso finisce per essere tempo vuoto che non ci rinforza e non ricrea. Il tempo libero necessita di un centro - l'incontro con Colui che è la nostra origine e la nostra meta.

Benedetto XVI

4 / Proposte per vivere il giorno del Signore in famiglia

Abbiamo già detto che i bambini imparano il rapporto con Dio e la carità verso gli altri che ne deriva non tramite concetti astratti, bensì tramite i riti. Essi amano i riti perché permettono loro di orientarsi nel tempo e di comprendere pian piano che esiste qualcosa di stabile, mentre tutto il resto muta intorno a loro.

Proprio la domenica li aiuta a celebrare la presenza di Dio, scoprendo che la famiglia in quel giorno particolare rivolge a Lui la sua attenzione e ne trae motivo di gioia e di festa.

Per il bambino, prima ancora che la Messa, saranno importanti quei gesti che si vivono di domenica in casa e che, prima di andare in chiesa, preparano il suo cuore alla diversità di quel giorno.

Le società diventate ricche hanno perso il senso della festa. Non appena la festa si allontana dalla tradizione tende a divenire artificiale e occorrono, per attivarla, degli stimolanti come l'alcool. Non è più festa. La nostra epoca ha il senso del "party", ma ha perso il senso della festa. La festa è la gioia con Dio

Jean Vanier

5 / Il vestito ed i cibi della festa

La domenica è giorno di festa: la festa è caratterizzata dalla gioia ma parte integrante di questa saranno i segni della festa che preparano e rendono possibile la gioia.

Il vestito domenicale dei genitori e dei bambini sarà tipico di una festa, sarà un vestito bello (l'espressione il "vestito della domenica" non è un detto provinciale, bensì la memoria di una tradizione cristiana!), un vestito degno dell'incontro con il Signore che torna a visitare gli uomini per incoraggiarli nel loro cammino.

La colazione ed il pasto saranno più buoni dell'ordinario, consumati tutti insieme nella sala da pranzo e non in cucina. La domenica è anche il giorno in cui comprare dei fiori per la moglie o fare una sorpresa ai figli! Con quei fiori si abbellirà la casa o la tavola.

La domenica è un giorno comunitario: si farà il possibile per stare insieme. Sicuramente ci si sederà tutti insieme per pranzare, a differenza degli altri giorni. Si farà insieme in famiglia anche qualche attività: un gioco con i figli, la visione di un cartone animato, una gita nelle belle giornate.