

# Indice

|   |     |
|---|-----|
| <i>Introduzione</i> .....   | 5   |
| <b>Dalle mie esperienze di benedizione</b> ...                            | 11  |
| Quando le persone<br>mi chiedono di benedirle                             | 11  |
| Quando benedico una candela   | 16  |
| Quando un sacerdote<br>dispensa la benedizione<br>della messa novella     | 20  |
| <b>Come interpretano la benedizione<br/>i racconti della Bibbia</b> ..... | 23  |
| Benedizione e fecondità   | 23  |
| Abramo, il benedetto  | 26  |
| La benedizione notturna di Giacobbe                                       | 30  |
| Benedizione o maledizione   | 32  |
| Donne che si benedicono a vicenda   | 37  |
| La benedizione del vecchio Simeone  | 40  |
| Benedetti attraverso Gesù Cristo  | 45  |
|   | 101 |

|  |    |
|--|----|
| <b>Dal tesoro delle forme di benedizione . .</b> | 49 |
| La forza della croce è posta su di te            | 49 |
| L'acqua santa diventa una sorgente               | 53 |
| La parola crea una realtà                        | 57 |
| Attraverso la mano sei toccato da Dio            | 60 |
| <br>   |    |
| <b>Come la benedizione</b>                       |    |
| <b>può segnare la vita quotidiana . . . . .</b>  | 65 |
| Benedizione della mensa –                        |    |
| assaporare Dio durante i pasti                   | 65 |
| Benedizione della casa –                         |    |
| come lo spazio in cui abiti                      |    |
| diventa una vera dimora                          | 67 |
| Benedizione dei fenomeni atmosferici –           |    |
| sole e pioggia sono nelle mani di Dio            | 70 |
| La benedizione per chi viaggia –                 |    |
| che cosa ti deve accompagnare                    |    |
| quando sei in viaggio                            | 71 |
| La benedizione dei campi –                       |    |
| essere in collegamento                           |    |
| con la terra e con i frutti                      | 73 |
| La benedizione del mattino –                     |    |
| iniziare la giornata benedetti                   | 74 |
| La benedizione della sera –                      |    |
| vai a dormire                                    |    |
| sotto la benedizione di Dio                      | 75 |
| Zone di confine –                                |    |
| benedizione o consacrazione?                     | 77 |

|   |    |
|---|----|
| <b>Riti di benedizione</b>                                |    |
| <b>durante le feste e le stagioni</b> . . . . .           | 79 |
| Benedire la corona dell'Avvento                           | 79 |
| Gustare nel vino l'amore<br>di san Giovanni               | 80 |
| Benedire la casa all'Epifania                             | 81 |
| Spostare lo sguardo<br>sul corpo insieme a san Biagio     | 83 |
| Contemplare la natura umana<br>nelle Ceneri               | 84 |
| Portare con sé l'acqua di vita<br>della notte di Pasqua   | 85 |
| Celebrare la vittoria della vita<br>nel pranzo di Pasqua  | 87 |
| Contemplare la creazione di Dio<br>il giorno dell'Assunta | 88 |
| <br>  |    |
| <b>Parole di benedizione per te</b> . . . . .             | 91 |
| Al mattino  | 95 |
| A tavola  | 96 |
| Alla sera   | 96 |
| Per una persona cara                                      | 97 |
| Per te  | 98 |
| <br>  |    |
| <i>Bibliografia</i> . . . . .                             | 99 |