

## Modlitwy przy rodzinnym stole



**Wspólne modlitwy przed i po posiłku  
w rodzinach na niedziele i uroczystości  
Okresu Bożego Narodzenia 2024/25**

## Drogie Rodziny!

Przeżywając okres Narodzenia Pańskiego także w czasie posiłku świątecznego pragniemy powierzać Bogu nas, nasze rodziny i domy, prosząc o Jego błogosławieństwo w codziennym życiu.

Zaproponowane tutaj modlitwy przy rodzinnym stole w swej formie są bardzo proste. Modlitwa przed posiłkiem rozpoczyna się od zapalenia świecy, która jest znakiem obecności Chrystusa pośród nas. Następnie ktoś z rodziny odczytuje fragment Ewangelii, którą słyszymy w kościele w czasie Mszy św. oraz kilka wezwań nawiązujących do usłyszanego słowa Bożego.

Modlitwa przed posiłkiem jak i po posiłku przeplatane są modlitwami, które przekazuje nam tradycja chrześcijańska. Rodzinną modlitwę można zakończyć śpiewem kolędy.

Życzymy, aby przygotowane teksty towarzyszyły naszym rodzinom w okresie Narodzenia Pańskiego i przynosiły owoce pokoju i pojednania.

Zabierzmy ze sobą słowa papieża Franciszka, które skierował do nas w związku z Rokiem Jubileuszowym 2025:

„Bracia i siostry, to właśnie tę nadzieję, zakorzenioną w Chrystusie, który umarł i zmartwychwstał, chcemy wychwalać, przyjąć i głosić całemu światu w nadchodzącym Jubileuszu, który zbliża się wielkimi krokami. (...) nadziei potrzebuje Kościół, aby nawet wtedy, gdy doświadcza ciężaru trudu i kruchości, nigdy nie zapomniał, że jest Oblubienicą Chrystusa, umiłowaną wieczną i wierną miłością, powołaną do strzeżenia światła Ewangelii, posłaną, aby przekazywać wszystkim ogień, który Jezus przyniósł i zapalił na świecie raz na zawsze. Nadziei bowiem potrzebuje każdy z nas: nasze niekiedy znużone i zranione życie, nasze serca spragnione prawdy, dobra i piękna, nasze marzenia, których nie może zgasić żaden mrok. Wszystko, w nas i na zewnątrz nas, woła o nadzieję i szuka, nawet o tym nie wiedząc, bliskości Boga (...).

Bracia i siostry, niech Pan zmartwychwstały, który wstąpił do nieba, da nam łaskę ponownego *odkrycia* nadziei – *odkrycia* nadziei! – *głoszenia* nadziei, *budowania* nadziei.”

*(papież Franciszek, homilia, nieszpory 9 maja 2024 r.)*

Opracował  
ks. Krzysztof Konieczny

## MODLITWA PRZY RODZINNYM STOLE W WIGILIĘ BOŻEGO NARODZENIA

wtorek 24 grudnia 2024

Ewangelia: Łk 2, 1-14

### Modlitwa przed posiłkiem

W imię Ojca, i Syna i Ducha Świętego. Amen.

*Ktoś z rodziny  
zapala świecę stojącą na stole i mówi:*

Światło Chrystusa.

Wszyscy: Bogu niech będą dzięki.

Ponad dwa tysiące lat temu przyszedł na świat Jezus Chrystus, Syn Boży, oczekiwany Zbawiciel. Opowiada nam o tym Ewangelia świętego Łukasza.

Stojąc wysłuchajmy jej z wiarą tak, jak to czynili nasi przodkowie.

W owym czasie wyszło rozporządzenie cezara Augusta, żeby przeprowadzić spis ludności w całym świecie. Pierwszy ten spis odbył się wówczas, gdy wielkorządcą Syrii był Kwiryniusz. Podążali więc wszyscy, aby się dać zapisać, każdy do swego miasta.

Udał się także Józef z Galilei, z miasta Nazaret, do Judei, do miasta Dawidowego, zwanego Betlejem, ponieważ pochodził z domu i rodu Dawida, żeby się dać zapisać z poślubioną sobie Maryją, która była brzemienna.

Kiedy tam przebywali, nadszedł dla Maryi czas rozwiązania. Powiła swego pierworodnego Syna, owinęła Go w pieluszki i położyła w żłobie, gdyż nie było dla nich miejsca w gospodzie.

W tej samej okolicy przebywali w polu pasterze i trzymali straż nocną nad swoją trzodą. Naraz stanął przy nich anioł Pański i chwała Pańska zewsząd ich oświeciła, tak że bardzo się przestraszyli. I rzekł do nich anioł: «Nie bójcie się! Oto zwiastuję wam radość wielką, która będzie udziałem całego narodu: dziś bowiem w mieście Dawida narodził się wam Zbawiciel, którym jest Mesjasz, Pan. A to będzie znakiem dla was: znajdziecie Niemowlę owinięte w pieluszki i leżące w żłobie».

I nagle przyłączyło się do anioła mnóstwo zastępów niebieskich, które wielbiły Boga słowami:

«Chwała Bogu na wysokościach,  
a na ziemi pokój  
ludziom, w których sobie upodobał».

Boże, nasz Ojczy, w tej uroczystej godzinie wychwalamy Cię i dziękujemy za noc, w której posłałeś nam swojego Syna, Jezusa Chrystusa, naszego Pana i Zbawiciela. Prosimy Cię:

Udziel naszej rodzinie daru miłości, zgody i pokoju.

W: *Ciebie prosimy, wysłuchaj nas, Panie.*

Obdarz także naszych sąsiadów, przyjaciół i znajomych pokojem tej nocy. *Ciebie prosimy...*

Wszystkich opuszczonych, samotnych, chorych, biednych i głodnych na całym świecie pociesz i umocnij Dobrą Nowiną tej świętej nocy. *Ciebie prosimy...*

Naszych zmarłych obdarz szczęściem i światłem Twej chwały. *Ciebie prosimy...*

Panie Boże, Ty sprawiłeś, że ta święta noc zajaśniała blaskiem prawdziwej światłości Jednorodzonego Syna Twojego; spraw, abyśmy jaśnieli blaskiem Twego światła w naszym codziennym postępowaniu. Przez Chrystusa, Pana naszego.

W: Amen.

**OJCZE NASZ...**

**ŁAMANIE OPŁATKIEM**

A teraz w duchu miłości i przebaczenia przełamiemy się opłatkiem – chlebem miłości. Otwierając nasze serca w miłości wzajemnej, otwieramy je na przyjscie Pana. W Nim każdy człowiek znajdzie dobroć i przyjaźń. Niech On będzie zawsze z nami w naszym domu.

**SPOŻYWANIE WIECZERZY**

**Modlitwa po posiłku**

Za ten posiłek i wszystkie dary Twej dobroci – chwalimy Ciebie Boże. Przez Chrystusa, Pana naszego. Wszyscy: Amen.

**CHWAŁA OJCU...**

W imię Ojca, i Syna i Ducha Świętego. Wszyscy: Amen.

**ŚPIEW KOLEĐ I WYMIANA UPOMINKÓW**

## **MODLITWA PRZY RODZINNYM STOLE W UROCZYSTOŚĆ NARODZENIA PAŃSKIEGO**

**środa 25 grudnia 2024**

**Ewangelia: Łk 2, 15-20**

### **Modlitwa przed posiłkiem**

W imię Ojca, i Syna i Ducha Świętego. Amen.

*Ktoś z rodziny  
zapala świecę stojącą na stole i mówi:*

Światło Chrystusa.

Wszyscy: Bogu niech będą dzięki.

Przeżywając uroczystość Narodzenia Pańskiego  
wysłuchajmy fragmentu dzisiejszej Ewangelii:

**„Gdy aniołowie odeszli od nich do nieba, pasterze mówili między sobą: «Pójdźmy do Betlejem i zobaczymy, co się tam wydarzyło i o czym nam Pan oznajmił». Udali się pośpiesznie i znaleźli Maryję, Józefa oraz leżące w żłobie Niemowlę”.**

Panie Jezu, Ty stałeś się człowiekiem i zamieszkałeś  
pośród nas; otwórz nasze serca, abyśmy każdy dzień  
przeżywali z Tobą. Ciebie prosimy...

Pobłogosław naszą rodzinę i napełnij nasze serca  
duchem pokoju i radości. Ciebie prosimy...

Spraw, abyśmy nie zapominali nigdy o ubogich  
i o tych, którzy cierpią. Ciebie prosimy...

### **OJCZE NASZ ....**

Pobłogosław, Panie Boże, ten posiłek, który  
przygotowano z Twoich darów. Pobłogosław także  
naszą rodzinę, abyśmy przy tym stole spotykali się  
w pokoju i zgodzie. Przez Chrystusa, Pana naszego.  
Wszyscy: Amen.

### **Modlitwa po posiłku**

Za ten posiłek i wszystkie dary Twej dobroci –  
chwalimy Ciebie Boże. Przez Chrystusa, Pana naszego.  
Wszyscy: Amen.

### **CHWAŁA OJCU...**

W imię Ojca, i Syna i Ducha Świętego.  
Wszyscy: Amen.

*Można zaśpiewać kolędę.*

**MODLITWA PRZY RODZINNYM STOLE  
W ŚWIĘTO ŚWIĘTEJ RODZINY.  
OTWARCIE ROKU JUBILEUSZOWEGO 2025  
W DIECEZJI GLIWICKIEJ.**

**niedziela 29 grudnia 2024  
Ewangelia: Łk 2, 41-52 (rok C)**

**Modlitwa przed posiłkiem**

W imię Ojca, i Syna i Ducha Świętego. Amen.

*Ktoś z rodziny  
zapala świecę stojącą na stole i mówi:*

Światło Chrystusa.

Wszyscy: Bogu niech będą dzięki.

Przeżywając święto Świętej Rodziny  
wysłuchajmy fragmentu dzisiejszej Ewangelii:

**„Potem [Jezus] poszedł z nimi i wrócił do Nazaretu;  
i był im poddany. A Matka Jego chowała wiernie  
wszystkie te sprawy w swym sercu. Jezus zaś czynił  
postępy w mądrości, w latach i w łasce u Boga  
i u ludzi”.**

Święta Rodzino z Nazaretu: Tobie powierzamy dzisiaj  
naszą rodzinę i wszystkie rodziny.

Dzisiaj rozpoczynamy w naszej diecezji Rok Święty,  
2025. rocznicę narodzin Jezusa Chrystusa. Prosimy Cię,  
dobry Boże: umacniaj wszystkich uczniów Chrystusa  
i naszą rodzinę, abyśmy pielgrzymowali na drodze  
do zbawienia i poszukiwali zawsze nadziei i pokoju  
w Chrystusie. Ciebie prosimy...

**OJCZE NASZ ....**

Pobłogosław, Panie Boże, ten posiłek, który  
przygotowano z Twoich darów. Pobłogosław także  
naszą rodzinę, abyśmy przy tym stole spotykali się  
w pokoju i zgodzie. Przez Chrystusa, Pana naszego.  
Wszyscy: Amen.

**Modlitwa po posiłku**

Za ten posiłek i wszystkie dary Twej dobroci –  
chwalimy Ciebie Boże. Przez Chrystusa, Pana naszego.  
Wszyscy: Amen.

**CHWAŁA OJCU...**

W imię Ojca, i Syna i Ducha Świętego.  
Wszyscy: Amen.

*Można zaśpiewać kolędę.*

**MODLITWA PRZY RODZINNYM STOLE  
W UROCZYSTOŚĆ  
ŚWIĘTEJ BOŻEJ RODZICIELKI MARYI**

środa 1 stycznia 2025

Ewangelia: Łk 2, 16-21

**Modlitwa przed posiłkiem**

W imię Ojca, i Syna i Ducha Świętego. Amen.

*Ktoś z rodziny  
zapala świecę stojącą na stole i mówi:*

Światło Chrystusa.

Wszyscy: Bogu niech będą dzięki.

Przeżywając Uroczystość Świętej Bożej Rodzicielki Maryi wysłuchajmy fragmentu dzisiejszej Ewangelii:

**„Lecz Maryja zachowywała wszystkie te sprawy i rozważała je w swoim sercu. (...) Gdy nadszedł dzień ósmy i należało obrzezać Dziecię, nadano Mu imię Jezus, którym Je nazwał anioł, zanim się poczęło w łonie Matki”.**

Boże, udzielaj nam hojnie Twoich łask i przez cały nowy rok, który dzisiaj rozpoczynamy, strzeż zdrowia naszych dusz i ciał. Ciebie prosimy...

Przeżywamy wraz z całym Kościołem Rok Święty, 2025. rocznicę narodzin Jezusa Chrystusa. Prosimy Cię, dobry Boże: umacniaj wszystkich uczniów Chrystusa i naszą rodzinę, abyśmy pielgrzymowali na drodze do zbawienia i poszukiwali zawsze nadziei i pokoju w Chrystusie. Ciebie prosimy...

**OJCZE NASZ ....**

Pobłogosław, Panie Boże, ten posiłek, który przygotowano z Twoich darów. Pobłogosław także naszą rodzinę, abyśmy przy tym stole spotykali się w pokoju i zgodzie. Przez Chrystusa, Pana naszego. Wszyscy: Amen.

**Modlitwa po posiłku**

Za ten posiłek i wszystkie dary Twej dobroci – chwalimy Ciebie Boże. Przez Chrystusa, Pana naszego. Wszyscy: Amen.

**CHWAŁA OJCU...**

W imię Ojca, i Syna i Ducha Świętego.  
Wszyscy: Amen.

*Można zaśpiewać kolędę.*

## **MODLITWA PRZY RODZINNYM STOLE W UROCZYSTOŚĆ OBJAWIENIA PAŃSKIEGO**

**poniedziałek 6 stycznia 2025**

**Ewangelia: Mt 2, 1-12**

### **Modlitwa przed posiłkiem**

W imię Ojca, i Syna i Ducha Świętego. Amen.

*Ktoś z rodziny  
zapala świecę stojącą na stole i mówi:*

Światło Chrystusa.

Wszyscy: Bogu niech będą dzięki.

Przeżywając uroczystość Objawienia Pańskiego  
wysłuchajmy fragmentu dzisiejszej Ewangelii:

**„A oto gwiazda, którą widzieli na Wschodzie,  
postępowała przed nimi, aż przyszła i zatrzymała się  
nad miejscem, gdzie było Dziecię. Gdy ujrzeli  
gwiazdę, bardzo się uradowali. Weszli do domu  
i zobaczyli Dziecię z Matką Jego, Maryją; padli na  
twarz i oddali Mu pokłon»”.**

Módlmy się za rodziny odwiedzane z błogosławieństwem  
kolędowym, aby doświadczały Bożej obecności w każdym  
dniu nowego roku. Ciebie prosimy...

Módlmy się za rodziców katolickich, aby prowadzili  
swoje dzieci do poznania i umiłowania Boga. Ciebie  
prosimy...

Módlmy się za nas samych, abyśmy – na wzór trzech  
mędrców ze Wschodu – umieli składać cześć i chwałę  
Jezusowi. Ciebie prosimy...

### **OJCZE NASZ ....**

Pobłogosław, Panie Boże, ten posiłek, który  
przygotowano z Twoich darów. Pobłogosław także  
naszą rodzinę, abyśmy przy tym stole spotykali się  
w pokoju i zgodzie. Przez Chrystusa, Pana naszego.  
Wszyscy: Amen.

### **Modlitwa po posiłku**

Za ten posiłek i wszystkie dary Twej dobroci –  
chwalimy Ciebie Boże. Przez Chrystusa, Pana naszego.  
Wszyscy: Amen.

### **CHWAŁA OJCU...**

W imię Ojca, i Syna i Ducha Świętego.  
Wszyscy: Amen.

*Można zaśpiewać kolędę.*



## MODLITWA PRZY RODZINNYM STOLE W ŚWIĘTO CHRZTU PAŃSKIEGO

niedziela 12 stycznia 2025

Ewangelia: Łk 3, 15-16. 21-22 (rok C)

### Modlitwa przed posiłkiem

W imię Ojca, i Syna i Ducha Świętego. Amen.

*Ktoś z rodziny  
zapala świecę stojącą na stole i mówi:*

Światło Chrystusa.

Wszyscy: Bogu niech będą dzięki.

Przeżywając święto Chrztu Pańskiego  
wysłuchajmy fragmentu dzisiejszej Ewangelii:

**„A gdy [Jezus] się modlił, otworzyło się niebo i Duch Święty zstąpił nad Niego... a z nieba odezwał się głos: «Ty jesteś moim Synem umiłowanym, w Tobie mam upodobanie».**

Módlmy się za naszych rodziców, chrzestnych, kapłanów, katechetów i wszystkich świadków wiary, jakich spotkaliśmy na drodze naszego życia. Ciebie prosimy...

Módlmy się za naszą rodzinę, abyśmy odważnie wyznawali wiarę w Boga Ojca, który nas stworzył, w Jezusa Chrystusa, który nas zbawił, i w Ducha Świętego, który nas uświęca. Ciebie prosimy...

Święci Patroni, których imiona otrzymaliśmy na Chrzcie świętym (*można wymienić ich imiona*) módlcie się za nami.

### OJCZE NASZ ....

Pobłogosław, Panie Boże, ten posiłek, który przygotowano z Twoich darów. Pobłogosław także naszą rodzinę, abyśmy przy tym stole spotykali się w pokoju i zgodzie. Przez Chrystusa, Pana naszego. Wszyscy: Amen.

### Modlitwa po posiłku

Za ten posiłek i wszystkie dary Twej dobroci – chwalimy Ciebie Boże. Przez Chrystusa, Pana naszego. Wszyscy: Amen.

### CHWAŁA OJCU...

W imię Ojca, i Syna i Ducha Świętego.  
Wszyscy: Amen.

*Można zaśpiewać kolędę.*