



RINASCERE DALL'ALTO

Preghiera biblica nelle case

INTRODUZIONE ALLA PREGHIERA

Venerazione del libro delle scritture

Quando i presenti sono pronti per entrare nella preghiera si apre il libro dei vangeli alla pagina del brano Gv 3,1-8 e lo si espone aperto. Si può accendere anche una candela, a rappresentare la luce che ci offre la parola del Signore. Intanto si recita questo responsorio.

Come la cerva anela ai corsi d'acqua,

E tutti rispondono:

l'anima mia ha sete di Dio, del Dio vivente

Quindi i presenti, uno alla volta, con libertà:

Signore, tu mi scruti e mi conosci,

Dove andare lontano dal tuo spirito?

Meravigliosa per me la tua conoscenza,

Per te le tenebre sono come luce,

Anche all'estremità del mare mi guida la tua mano,

Tutti:

l'anima mia ha sete...

l'anima mia ha sete...

l'anima mia ha sete...

l'anima mia ha sete...

l'anima mia ha sete...

Acclamazione al Signore

Guida: Gesù è colui che desideriamo. Ci orientiamo a lui, carichi delle nostre domande e delle nostre paure, perché ci illumini con la sua parola.

Quindi, insieme si recitano le parole dell'inno Iesu dulcis memoria

Tutti: È dolce il ricordo di Gesù che dà la vera gioia del cuore, ma più del miele e di ogni altra cosa è dolce la sua presenza.

**Gesù, dolcezza dei cuori, fonte vita, luce delle menti,
superi ogni gaudium e ogni desiderio.**

**Gesù bene supremo, straordinaria gioia del cuore,
la tua carità mi stringa, prendendomi nella tua bontà.**

**Che tu sia la nostra gioia, Gesù, tu che sei il premio futuro:
la nostra gloria sia in te sempre per tutti i secoli. Amen**

ASCOLTO

Letture biblica (Gv 3,1-8)

Letture: ¹ Vi era tra i farisei un uomo di nome Nicodemo, uno dei capi dei Giudei. ² Costui andò da Gesù, di notte, e gli disse: «Rabbì, sappiamo che sei venuto da Dio come maestro; nessuno infatti può compiere questi segni che tu compi, se Dio non è con lui». ³ Gli rispose Gesù: «In verità, in verità io ti dico, se uno non nasce dall'alto, non può vedere il regno di Dio». ⁴ Gli disse Nicodemo: «Come può nascere un uomo quando è vecchio? Può forse entrare una seconda volta nel grembo di sua madre e rinascere?». ⁵ Rispose Gesù: «In verità, in verità io ti dico, se uno non nasce da acqua e Spirito, non può entrare nel regno di Dio. ⁶ Quello che è nato dalla carne è carne, e quello che è nato dallo Spirito è spirito. ⁷ Non meravigliarti se ti ho detto: dovete nascere dall'alto. ⁸ Il vento soffia dove vuole e ne senti la voce, ma non sai da dove viene né dove va: così è chiunque è nato dallo Spirito».

Osserviamo qualche istante di silenzio, per rileggere il brano e per permettere alla parola del Signore di radicarsi nel nostro cuore.

Quando lo ritiene opportuno, la Guida legge con calma questi punti di riflessione, per offrirli alla meditazione di tutti.

- * Nicodemo ha domande a cui solo il maestro può rispondere. La notte è il tempo in cui tutto si ferma, se non si ha una luce: Gesù è la luce di quell'uomo, che gli cammina incontro e sente il bisogno di esserne illuminato.
- * La domanda di Nicodemo non ha parole. Non sa chiedere, ma sa riconoscere in Gesù qualcosa di grande, di divino. Chiede senza sapere ancora cosa chiedere e Gesù, che gli legge nel cuore, sa cosa offrirgli.
- * Gesù propone di rinascere. Chissà se l'abbiamo mai detto, sovrappensiero magari: "se rinascessi...". Di solito è il sospiro di chi non è contento di quello che sta vivendo e non vede

vie di uscita, se non quella di ricominciare da capo. Ma la proposta di Gesù non è quella di rinascere sulla terra e di replicare la propria vita, ma di rinascere dall'alto e rivivere in maniera diversa, a partire dal cielo, per il regno di Dio.

- * La proposta è affascinante e Nicodemo chiede come corrispondere a questo anelito. È lo Spirito la nostra risorsa, svela Gesù. La "carne" infatti continua a replicare se stessa e il mondo come lo vediamo, ma quando lo Spirito la riempie e la indirizza, noi esprimiamo una vita nuova. L'acqua annuncia il bisogno di purificazione, un giudizio sulla nostra "carne", lo Spirito l'azione divina che crea la vita all'inizio del mondo e la ricrea in ogni nuovo inizio.
- * Il tratto più significativo di questa novità di vita è la voce. Ispirati dal Signore, le nostre parole e la nostra testimonianza fanno risuonare nel mondo l'eco del cielo, del Dio ricco di misericordia. Siamo capaci di cose degne del regno di Dio, insospettabili al mondo.

Meditazione personale

Nel silenzio ognuno ripensa alle parole del vangelo e alle meditazioni proposte. Lodiamo il Signore per il dono della sua Parola, per la purificazione e la rigenerazione dello Spirito. Offriamogli il desiderio di corrispondere sempre meglio al suo Spirito per essere nuovi nel cuore e nella vita.

Condivisione

Con libertà, chi lo desidera può condividere i suoi pensieri con i presenti, per l'edificazione comune. Ci accogliamo reciprocamente, con carità e incoraggiamento, senza correggerci o replicare, ma ringraziando Dio che parla a noi attraverso i fratelli.

PREGHIERA

Preghiera dei fedeli

Guida: Aneliamo alla novità di vita, al dono dello Spirito. Gesù lo ha promesso dal cielo per noi. Diciamo a Dio la nostra speranza di rinascere, invocandolo.

Tutti: Ascoltaci, Signore!

I presenti, con libertà, possono esprimere una intenzione di preghiera a cui si uniscono tutti, ripetendo l'acclamazione.

Preghiera del Signore

Al termine delle preghiere, tutti si uniscono nella Preghiera del Signore.

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.

CONCLUSIONE DELLA PREGHIERA E CONGEDO

Benedizione

Guida: Il Signore crea cieli e terra nuovi, crea in noi un cuore nuovo. Lodiamolo e benediciamolo per la sua salvezza.

Salmo 147

Uno dei presenti: Benedici il Signore, anima mia!

Sei tanto grande, Signore, mio Dio!
Sei rivestito di maestà e di splendore,
avvolto di luce come di un manto,

Tutti: Manda il tuo spirito, e rinnovi la faccia della terra.

Uno dei presenti: Quante sono le tue opere, Signore!

Le hai fatte tutte con saggezza;
la terra è piena delle tue creature.

Tutti: Manda il tuo spirito, e rinnovi la faccia della terra.

Uno dei presenti: Tutti da te aspettano
che tu dia loro cibo a tempo opportuno.

Tu lo provvedi, essi lo raccolgono;
apri la tua mano, si saziano di beni.

Tutti: Manda il tuo spirito, e rinnovi la faccia della terra.

Uno dei presenti: Sia per sempre la gloria del Signore;
gioisca il Signore delle sue opere.

Egli guarda la terra ed essa trema,
tocca i monti ed essi fumano.

Tutti: Manda il tuo spirito, e rinnovi la faccia della terra.

Uno dei presenti: Voglio cantare al Signore finché ho vita,
cantare inni al mio Dio finché esisto.

A lui sia gradito il mio canto, io gioirò nel Signore.

Tutti: Manda il tuo spirito, e rinnovi la faccia della terra.

Mentre tutti si segnano con il segno della croce la guida conclude con queste parole:
Benediciamo il Signore.

Tutti: Rendiamo grazie a Dio.



CORAGGIO!

La rinascita proposta dal vangelo ci invita a non replicare il male. Esercitiamo lo Spirito che il Signore ci ha donato per rinascere, osando cominciare percorsi nuovi. Dove abbiamo abitudini lontane dal vangelo, asseconiamo lo Spirito e cominciamo a fare diverso, senza paura di cadere o di incoerenza: si rinnovano ogni mattina le grazie del Signore.