

#iopregodacasa – 15 marzo 2020

IO RESTO A CASA, lo faccio con senso di responsabilità e cerco uno spazio che possa essere «solo mio» per la mia preghiera personale, per mettere insieme i miei pensieri, per dialogare con il Signore «nel segreto della mia camera» o in un angolo che io decido di abitare per la preghiera, in cui ci sia silenzio e possibilità di leggere e di scrivere. Tengo con me la Bibbia, il Nuovo Testamento o il Vangelo, «a portata di mano». Mi procuro un foglio bianco, un diario, un quaderno e una penna. Posso pregare in questo modo:



Preghiera per questa domenica, la Domenica di Abramo

▪ Nel nome del Padre e del Figlio e dello Spirito Santo.

▪ Signore,
sono qui da solo a pregarti.
Rimani con me in questa domenica così unica.
Io resto a casa e da qui ti chiedo di accompagnare la mia vita.
Non solo la mia, ma quella di tante persone che ora sono preoccupate,
sono sole e tristi, non hanno la speranza nel cuore, o sono colpite dalla malattia.
Per tutti coloro che soffrono sono qui a pregarti perché scenda su di loro la tua benedizione. Amen

▪ **Leggo** un brano del vangelo di Giovanni che si proclama questa domenica a Messa (cfr. Gv 8, 31-59).

In quel tempo. Il Signore Gesù disse a quei Giudei che gli avevano creduto: «Se rimanete nella mia parola, siete davvero miei discepoli; conoscerete la verità e la verità vi farà liberi». Gli risposero: «Noi siamo discendenti di Abramo e non siamo mai stati schiavi di nessuno. Come puoi dire: "Diventerete liberi"?». Gesù rispose loro: «In verità, in verità io vi dico: chiunque commette il peccato è schiavo del peccato. Ora, lo schiavo non resta per sempre nella casa; il figlio vi resta per sempre. Se dunque il Figlio vi farà liberi, sarete liberi davvero. So che siete discendenti di Abramo. Ma intanto cercate di uccidermi perché la mia parola non trova accoglienza in voi. Io dico quello che ho visto presso il Padre; anche voi dunque fate quello che avete ascoltato dal padre vostro». Gli risposero: «Il padre nostro è Abramo». Disse loro Gesù: «Se foste figli di Abramo, fareste le opere di Abramo».

▪ **Davvero miei discepoli.** «Se rimanete nella mia parola, siete davvero miei discepoli; conoscerete la verità e la verità vi farà liberi». Cerco di leggere e rileggere questa frase di Gesù. Che cosa significa per me? La rileggo ancora, e mi chiedo che cosa significa essere davvero discepolo del Signore, anche in questo momento in cui sono «chiuso» in casa. Come posso vivere da cristiano ora? Nei confronti di me stesso... dei miei familiari che vivono con me... dei miei amici che non posso vedere... delle persone sofferenti... del mondo che mi circonda... potrei scriverlo su un foglio, un diario e potrei darmi delle «regole». La prima però è questa: rimanere nella Parola, significa impegnarsi a leggerla ogni giorno, una pagina o due, soprattutto del Vangelo o del Nuovo Testamento.

▪ **Liberi davvero.** «Chiunque commette il peccato è schiavo del peccato... Se dunque il Figlio vi farà liberi, sarete liberi davvero». Cerco ora di descrivere che cosa sia la LIBERTÀ, non la libertà per me, non semplicemente il «sentirmi libero», ma che cosa è e chi mi «fa libero», mi libera! Questa descrizione che è la risposta ad una domanda, cerco di memorizzarla o di scriverla.

▪ **Scrivo una preghiera** perché Dio mi/ci liberi dal male.

Inizio così: Liberaci, o Signore, da tutti i mali. Il nostro cuore non ceda alla paura.
Libera dal male... [chi],
liberaci dal male... [perché]...
Ascolta la mia preghiera e vieni presto in nostro aiuto. Amen.

▪ Resto un po' in silenzio.

▪ Quando sono pronto, continuo pregando in piedi con il **Padre nostro**.

▪ Posso continuare la mia riflessione sulla LIBERTÀ cercando una o più canzoni che parlino di libertà. Non solo nel testo, ma anche nella musica e nella melodia. Posso condividerle con i miei amici, con il mio gruppo Ado, o pubblicarle su una storia di Instagram con una mia foto o un'immagine o un video che richiami il significato della canzone che ho scelto. Si possono raccogliere le canzoni scelte da ognuno e fare una **playlist** dal titolo **LA NOSTRA LIBERTÀ** da ascoltare per tutta la settimana.

▪ Quando vado via dal luogo che ho scelto per la preghiera, faccio il **segno della croce**.

