



## Indicazioni

Questa esperienza di preghiera è strutturata per un approccio individuale, tuttavia è possibile condividere l'incontro con altre persone seguendo le indicazioni poste tra parentesi *in rosa*.

## Preparazione

- Prenditi del tempo in questa serata e trova un luogo dove nessuno ti può disturbare
- Prepara l'ambiente con l'icona di Yeshua, due cuscini, *uno per te e uno per chi viene*
- Prepara un lume e il Vangelo aperto sul brano del giorno, della domenica o un brano a scelta
- Prepara il commento dello stesso Vangelo traendolo da "Fianchi cinti e lampade accese" oppure da "Passi di Vita - Giovanni" pubblicati da Betzadi, o dai libri di Paolo Spoladore editi da Usiogo
- Prepara i canti secondo le indicazioni riportate
- un foglio e una penna.

*(Nell'esperienza di gruppo si prepara la stanza disponendosi a cerchio intorno all'icona di Yeshua, al Vangelo e al lume posti nel mezzo, preparando la traccia come sopra riportato un foglio e una penna a partecipante)*

Data...

# Parola di Vita

Tema...

- Fa' qualche istante di silenzio così da posizionarti consapevolmente alla presenza di Dio e disporti all'ascolto della sua Parola.
- Respira lentamente chiedendo perdono a Dio nel tuo cuore e donando perdono alle sorelle e ai fratelli.
- Mantieni uno stato di lode verso Dio e di gratitudine verso la Vita

Attraverso il segno di Yeshua apri e allinea i centri vitali della fronte, della bocca e del cuore:

**Nel nome di Dio-Padre:** Y sulla fronte

**Nel nome del Logos-Figlio:** Y sulle labbra

**Nel nome dello Spirito Paraclito:** Y sul cuore

*Lasciati guidare dallo Spirito Santo invocandolo:*

## Canto di invocazione dello Spirito Santo

*Accendi il lume al primo ritornello del canto*

*Leggi più volte, lentamente e a voce alta il brano del Vangelo senza volerlo subito capire, piuttosto seminando ogni Parola dentro di te.*

*Nell'esperienza di gruppo il brano sarà proclamato da un solista mentre gli altri ascoltano ad occhi chiusi.*

## **Dal Vangelo secondo...**

(Brano)

### **Medita:**

- *Segui e comprendi la riflessione proposta in modo da avvicinarti sempre di più al senso del testo.*
- *Sottolinea, prendi qualche appunto per riconoscere ciò che può essere utile alla tua vita.*

### **Commento**

Tratto dai libri più su indicati

*Ora rileggi il testo del Vangelo proposto provando a contemplarlo nella sua bellezza nel tuo intimo e prendi in considerazione più seria e diretta quella Parola o quella frase che risuona chiaramente in te per ripeterla per qualche istante dentro di te ad occhi chiusi e al ritmo del respiro, lasciando che ti si riveli in tutta la sua potenza.*

*Nell'esperienza di gruppo questo è il momento per dare spazio alla risonanza della Parola dove ognuno, dopo averla meditata, può far presente agli altri alcuni effetti del Logos su di lui.*

*Prega con il canto del Salmo indicato per rispondere con la preghiera al Logos-Parola*

### **Salmo**

tratto dalla liturgia o liberamente scelto a seconda del tema trattato

*Continua a meditare con la melodia del Salmo in sottofondo, formula una preghiera personale (o più preghiere nel gruppo) e rispondi con il canto dell'antifona.*

*Scrivi ora sul foglio la frase o Parola che ti hanno colpito per portarla con te lungo la settimana, verificando le tue azioni giornaliere alla sua luce. Alla fine loda con un canto indicato secondo il tema trattato.*

### **Canto**

*Scegli un'azione da compiere nei prossimi giorni che tragga spunto da ciò che hai appena scritto, affinché la Parola di Dio non resti muta. Fa' in modo che questo tuo agire c'entri con la tua vita, sia per la tua crescita che a beneficio degli altri per la maggiore gloria di Dio.*

### **Canto: Avun**

[Clicca qui per ascoltare](#)

Padre nostro che sei nei cieli