

Neemia 8

9b Questo giorno
è consacrato al Signore vostro Dio;
non fate lutto e non piangete!

10b Non vi rattristate,
perché la gioia del Signore
è la vostra forza.

Filippesi 4

4 Rallegratevi nel Signore,
sempre;

ve lo ripeto ancora,
rallegratevi.

5 La vostra cordialità
sia nota a tutti gli uomini.

Il Signore è vicino!

6 Non angustiatevi *di nulla

ma in ogni necessità
esponete a Dio le vostre richieste,

con preghiere, suppliche
e ringraziamenti;

7 e la pace di Dio,
che supera ogni comprensione,

custodirà
i vostri cuori e i vostri pensieri
in Cristo Gesù.

Abacuc 3

18 Ma io gioirò nel Signore,
esulterò in Dio mio salvatore.

*in nessuna cosa,
in nessuna situazione.

Abacuc 3

19 Il Signore Dio è la mia forza,
egli rende i miei piedi
come quelli delle cerva
e sulle alture mi fa camminare.

Salmo 149,1-6

1 Alleluia.
Cantate al Signore un canto nuovo;

la sua lode
nell'assemblea dei fedeli.

2 Gioisca Israele
nel suo Creatore,
esultino nel loro Re i figli di Sion.

3 Lodino il suo nome con danze,
con timpani e cetre gli cantino inni.

4 Il Signore ama il suo popolo,
incorona gli umili di vittoria.

5 Esultino i fedeli nella gloria,
sorgano lieti dai loro giacigli.

6 Le lodi di Dio sulla loro bocca
e la spada a due tagli nelle loro mani

*la parola di Dio

1 Tessalonicesi 5
16 state sempre lieti,

17 pregate incessantemente,
18 in ogni cosa rendete grazie;

questa infatti è la volontà di Dio
in Cristo Gesù verso di voi.

Esodo 15

**26 Se tu ascolterai la voce
del Signore tuo Dio
e farai ciò che è retto ai suoi occhi,**

se tu presterai orecchio ai suoi ordini
e osserverai tutte le sue leggi,

**io non t'infliggerò
nessuna delle infermità
che ho inflitte agli Egiziani,**

perché io sono il Signore,
colui che ti guarisce!

Matteo 8

**14 Entrato Gesù nella casa di Pietro,
vide la suocera di lui
che giaceva a letto con la febbre.**

**15 Le toccò la mano
e la febbre scomparve;**

poi essa si alzò e si mise a servirlo.

**16 Venuta la sera,
gli portarono molti indemoniati**

**ed egli scacciò gli spiriti
con la sua parola
e guarì tutti i malati,**

**17 perché si adempisse
ciò che era stato detto
per mezzo del profeta Isaia:**

**Egli ha preso le nostre infermità
e si è addossato le nostre malattie.**

Isaia 53

**4 Eppure egli si è caricato
delle nostre sofferenze,**

si è addossato i nostri dolori

e noi lo giudicavamo
castigato,
percosso da Dio e umiliato.

**5 Egli è stato trafitto
per i nostri delitti,**

schacciato
per le nostre iniquità.

Il castigo che ci dà salvezza
si è abbattuto su di lui;

**per le sue piaghe
noi siamo stati guariti.**

Salmo 103 (102)

**3 Egli perdona
tutte le tue colpe,**

**guarisce
tutte le tue *malattie;**

*infermità

4 salva dalla fossa la tua vita,

ti corona
di grazia e di misericordia;

5 egli sazia di beni i tuoi giorni

**e tu rinnovi come aquila
la tua giovinezza.**

Matteo 4

23 Gesù andava attorno
per tutta la Galilea,

insegnando nelle loro sinagoghe

e predicando
la buona novella del regno

**e curando ogni sorta
di malattie e di infermità nel popolo.**

24 La sua fama
si sparse per tutta la Siria

**e così condussero a lui
tutti i malati,**

tormentati
da varie malattie e dolori,

indemoniati, epilettici e paralitici;
ed egli li guariva.

Luca 6

18 erano venuti per ascoltarlo
ed esser guariti
dalle loro malattie;

**anche quelli tormentati
da spiriti immondi,
venivano guariti.**

19 Tutta la folla
cercava di toccarlo,

perché da lui usciva una forza
che sanava tutti.

Matteo 10

1 Chiamati a sé i dodici discepoli,
diede loro *il potere
di scacciare gli spiriti immondi

*l'autorità

**e di guarire ogni sorta
di malattie e d'infermità.**

7 «E strada facendo, predicate
che il regno dei cieli è vicino.

8 Guarite gli infermi,
risuscitate i morti,
sanate i lebbrosi, cacciate i demoni.

**Gratuitamente avete ricevuto,
gratuitamente date».**

Giacomo 5

14 Chi è malato, chiami a sé
***i presbiteri della Chiesa**
e preghino su di lui,

*gli anziani / i pastori

dopo averlo unto con olio,
nel nome del Signore.

15 **E la preghiera fatta con *fede
salverà il malato:**

*Iniziamo ad usare
la misura di fede
che abbiamo.

il Signore lo rialzerà
**e se ha commesso peccati,
gli saranno perdonati.**

16a Confessate perciò i vostri peccati
gli uni agli altri

**e pregate gli uni per gli altri
per essere guariti.**

Salmo 41 (40)

**2 Beato l'uomo
che ha cura del debole,**

nel giorno della sventura
il Signore lo libera.

**3 Veglierà su di lui il Signore,
lo farà vivere beato sulla terra,**

non lo abbandonerà
alle brame dei nemici.

**4 Il Signore lo sosterrà
sul letto del dolore;**

**gli darai sollievo
nella sua malattia.**

Siracide 31

**22b In tutte le azioni
sii moderato**

**e nessuna malattia
ti coglierà.**

**25 Non fare il forte con il vino,
perché ha mandato molti in rovina.**

Siracide 37

**27 Figlio,
nella tua vita prova te stesso,**

**vedi quanto ti nuoce
e non concedertelo.**

**28 Difatti non tutto conviene a tutti
e non tutti approvano ogni cosa.**

Partendo dal bere
e dal mangiare
questi passi
ci richiamano
a uno stile di vita
senza eccessi, vizi
e disordini
che molto spesso
sono la prima causa
di malattia.

Siracide 37

**29 Non essere ingordo
per qualsiasi ghiottoneria,
non ti gettare sulle vivande,**

**30a perché l'abuso dei cibi
causa malattie,**

**31b chi si controlla
vivrà a lungo.**

Siracide 38

**4 Il Signore ha creato
medicamenti dalla terra,**

**l'uomo assennato
non li disprezza.**

.....

**7 Con esse
il medico cura ed elimina il dolore
e il farmacista prepara le miscele.**

.....

**9 Figlio,
non avviliti nella malattia,**

**ma prega il Signore
ed egli ti guarirà.**

**10 Purificati, *lavati le mani;
monda il cuore da ogni peccato.**

**12 Fà poi passare il medico
- il Signore ha creato anche lui -**

non stia lontano da te,
poiché ne hai bisogno.

**13 Ci sono casi in cui
il successo è nelle loro mani.**

*in senso spirituale:
vagliare e rivedere
le proprie azioni.

Proverbi 4

20 Figlio mio,
fa' attenzione alle mie parole,
porgi l'orecchio ai miei detti;

21 non perderli mai di vista,
custodiscili nel tuo cuore,

22 perché essi sono vita
per chi li trova
e salute per tutto il suo corpo.

23 Con ogni cura vigila sul cuore
perché da esso sgorga la vita.

24 Tieni lungi da te
la bocca perversa
e allontana da te le labbra fallaci.

25 I tuoi occhi guardino dritto
e le tue pupille mirino dritto
davanti a te.

26 Bada alla strada
dove metti il piede
e tutte le tue vie siano ben rassodate.

27 Non deviare
né a destra né a sinistra,
tieni lontano il piede dal male.

Giovanni 8

31b «Se rimanete fedeli
alla mia parola,
sarete davvero miei discepoli;

32 conoscerete la verità
e la verità vi farà liberi».

Matteo 8

12 «Io sono la luce del mondo;

chi segue me,
non camminerà nelle tenebre,
ma avrà la luce della vita».

Giacomo 1

5 Se qualcuno di voi
manca di sapienza,
la domandi a Dio,

che dona a tutti generosamente
e senza rinfacciare,
e gli sarà data.

6a La domandi però con fede,
senza esitare,

Salmo 32 (31)

8 Ti farò saggio,
t'indicherò la via da seguire;

con gli occhi su di te,
ti darò consiglio.

9 Non siate
come il cavallo e come il mulo
privi d'intelligenza;

si piega la loro fierezza
con morso e briglie,
se no, a te non si avvicinano.

2 Timoteo 2,7

Cerca di comprendere ciò che dico;
il Signore ti darà intelligenza
per ogni cosa.

Luca 21

**34 «State bene attenti
che i vostri cuori
non si appesantiscano**

in dissipazioni, ubriachezze
e affanni della vita

e che quel giorno
non vi piombi addosso improvviso;

35 come un laccio esso si abatterà
sopra tutti coloro

che abitano sulla faccia
di tutta la terra.

**36 Vegliate e pregate
in ogni momento,**

perché abbiate la forza di sfuggire
a tutto ciò che deve accadere,

e di comparire
davanti al Figlio dell'uomo».

Esodo 17

11 Quando Mosè alzava le mani,
Israele era il più forte,

ma quando le lasciava cadere,
era più forte Amalek.

Luca 22

46 E (Gesù) disse loro:
«Perché dormite?

Alzatevi e pregate,
per non entrare in tentazione».

Giacomo 1

12 Beato l'uomo
che sopporta la tentazione,

perché una volta superata la prova
riceverà la corona della vita

che il Signore ha promesso
a quelli che lo amano.

13 Nessuno, quando è tentato, dica:
«Sono tentato da Dio»;

perché Dio
non può essere tentato dal male
e non tenta nessuno al male.

14 Ciascuno piuttosto è tentato
dalla propria concupiscenza
che lo attrae e lo seduce;

1 Corinti 10

12 Quindi,
chi crede di stare in piedi,
guardi di non cadere.

13 Nessuna tentazione,
superiore alle forze umane,
vi ha finora sorpresi;

infatti Dio è fedele

**e non permetterà
che siate tentati
oltre le vostre forze,**

ma con la tentazione
vi darà anche la via d'uscita
e la forza per sopportarla.

Luca 11

1 Un giorno Gesù
si trovava in un luogo a pregare

e quando ebbe finito
uno dei discepoli gli disse:

«**Signore, insegnaci a pregare,**
come anche Giovanni
ha insegnato ai suoi discepoli».

Matteo 6

9 Voi dunque pregate così:

Padre nostro che sei nei cieli,
sia *santificato il tuo nome;

10 venga il tuo regno;

sia fatta la tua volontà,
come in cielo così in terra.

**11 Dacci oggi
il nostro pane quotidiano,**

12 e rimetti a noi i nostri debiti

come/*perché noi li rimettiamo
ai nostri debitori,

13 e non ci lasciar entrare in tentazione,
ma liberaci dal male.

**14 Se voi infatti
perdonerete agli uomini le loro colpe,**

il Padre vostro celeste
perdonerà anche a voi;

Ognuno di noi
deve chiedere a Dio
come pregare
e come avere
comunione con Lui.

E chi ci aiuta
in questo
è lo Spirito Santo.

* ri-conosciuto

10: Non solo
i nostri bisogni,
ma anche quelli
di tutti gli uomini.

* Lc 11,4

Giovanni 4

23 Ma è giunto il momento,
ed è questo,

in cui **i veri adoratori
adoreranno il Padre
in spirito e verità;**

perché il Padre
cerca tali adoratori.

Giovanni 16

26 In quel giorno
chiederete nel mio nome

**e io non vi dico
che pregherò il Padre per voi:**

27 il Padre stesso vi ama,
poiché voi mi avete amato,

e avete creduto
che io sono venuto da Dio.

Luca 11

9 Ebbene io vi dico:
Chiedete e vi sarà dato,

cercate e troverete,
bussate e vi sarà aperto.

**10 Perché chi chiede ottiene,
chi cerca trova,
e a chi bussa sarà aperto.**

Giacomo 5,16b

Molto vale la preghiera del giusto
fatta con insistenza.

Gesù ci dice che
non sarà necessaria
neppure la sua
intercessione;

per la fede in Lui
abbiamo ora
pieno e diretto
accesso al Padre.

Matteo 6

6 Tu invece, quando preghi,
entra nella tua camera

e, ***chiusa la porta,**
prega il Padre tuo nel segreto;

e il Padre tuo, che vede nel segreto,
ti ricompenserà.

Matteo 18

19 In verità vi dico ancora:
se due di voi sopra la terra

si accorderanno
per domandare qualunque cosa,

il Padre mio che è nei cieli
ve la concederà.

20 Perché dove sono due o tre
riuniti nel mio nome,
io sono in mezzo a loro.

2 Cronache 20

3 Nella paura

Giòsafat si rivolse al Signore;

per questo indisse un digiuno
per tutto Giuda.

4 Quelli di Giuda si radunarono
per implorare aiuto dal Signore;

vennero da tutte le città di Giuda
per implorare aiuto dal Signore.

12b «Non sappiamo che cosa fare;
perciò i nostri occhi sono rivolti a te».

*Per evitare
distrazione
e/o
esibizionismo.

Mt 6:
preghiera personale,

Mt 18:
preghiera di unione
tra pochi,

2 Cr 20:
preghiera collettiva;

ogni modalità
di preghiera
sostiene le altre,

ma la più importante
e necessaria
è quella personale.

Romani 8

26 Allo stesso modo
anche lo Spirito viene in aiuto
alla nostra debolezza,

perché nemmeno sappiamo
che cosa sia conveniente
domandare,

ma lo Spirito stesso
intercede con insistenza
per noi,
con gemiti inesprimibili;

27 e colui che scruta i cuori
sa quali sono i desideri dello Spirito,

poiché egli intercede
per i credenti
secondo i disegni di Dio.

Giovanni 15

7 **Se rimanete in me**
e le mie parole rimangono in voi,

chiedete quel che volete
e vi sarà dato.

Ebrei 4

16 **Accostiamoci dunque**
con piena fiducia
al trono della grazia,

per ricevere misericordia
e trovare grazia

ed essere aiutati
al momento opportuno.

Romani 8

si riferisce al dono
della preghiera
in lingue,

che va' chiesto,
ottenuto
ed esercitato.

E' un dono per tutti,
e non solo
per alcuni,

mediante il quale
diamo modo
allo Spirito Santo
di intercedere
per noi.

Romani 12

12 «Tutto mi è lecito!».
Ma non tutto giova.

«Tutto mi è lecito!».
Ma io non mi lascerò dominare da nulla.

Siracide 6
2 Non ti abbandonare alla tua passione,

perché non ti strazi come un toro furioso;

3 divorerà le tue foglie e tu perderai i tuoi frutti, sì da renderti come un legno secco.

4 Una passione malvagia rovina chi la possiede e lo fa oggetto di scherno per i nemici.

Daniele 9
3 Mi rivolsi al Signore Dio per pregarlo e supplicarlo **con il digiuno,**

Matteo 6
17 Tu invece, quando digiuni, profumati la testa e lavati il volto,

18 perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo tuo Padre che è nel segreto;

e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà.

Fumo, cibo, alcol, droghe, gioco, sessualità smodata, gelosia, possessività

sono solo alcune, ma tra le più diffuse dipendenze che affliggono le persone.

La pratica del digiuno, effettuata in differenti modalità (parziale, intermittente, totale),

è una componente **necessaria ed essenziale** della vita cristiana,

da condurre con equilibrio e determinazione.

Matteo 5

29 **Se il tuo occhio destro ti è occasione di scandalo, cavalo e gettalo via da te:**

conviene che perisca uno dei tuoi membri,

piuttosto che tutto il tuo corpo venga gettato nella Geenna.

30 **E se la tua mano destra ti è occasione di scandalo, tagliala e gettala via da te:**

conviene che perisca uno dei tuoi membri,

piuttosto che tutto il tuo corpo vada a finire nella Geenna.

Matteo 7
13 **Entrate per la porta stretta,**

perché larga è la porta e spaziosa la via che conduce alla perdizione,

e molti sono quelli che entrano per essa;

14 **quanto stretta invece è la porta e angusta la via che conduce alla vita,**

e quanto pochi sono quelli che la trovano!

Gesù non ci invita alla mutilazione fisica,

ma alla separazione da quelle cose, quei comportamenti, quelle situazioni o quelle persone

che ostacolano, più o meno gravemente, la nostra vita cristiana.

Atti 2

1 Mentre stava compiendosi
il giorno di Pentecoste,

**si trovavano tutti insieme
nello stesso luogo.**

2 Venne all'improvviso dal cielo
un rombo,

come di vento
che si abbatte gagliardo,

e riempì tutta la casa
dove si trovavano.

3 Apparvero loro lingue
come di fuoco

che si dividevano
e si posarono su ciascuno di loro;

**4 ed essi furono tutti pieni
di Spirito Santo**

e cominciarono
a parlare in altre lingue

come lo Spirito
dava loro il potere d'esprimersi.

Atti 2

42 Erano assidui nell'ascoltare
l'insegnamento degli apostoli

e nell'unione fraterna,

nella frazione del pane
e nelle preghiere.

Atti 5

12 Molti miracoli e prodigi
avvenivano fra il popolo
per opera degli apostoli.

**Tutti erano soliti stare insieme
nel portico di Salomone;**

13 degli altri,
nessuno osava associarsi a loro,
ma il popolo li esaltava.

14 Intanto andava aumentando
il numero degli uomini e delle donne
che credevano nel Signore

15 fino al punto che
portavano gli ammalati nelle piazze,
ponendoli su lettucci e giacigli,

perché, quando Pietro passava,
anche solo la sua ombra
coprì qualcuno di loro.

16 Anche la folla
delle città vicine a Gerusalemme
accorreva,

portando malati
e persone tormentate
da spiriti immondi
e tutti venivano guariti.

.....

42 e ogni giorno,
nel tempio e a casa,

non cessavano di insegnare
e di portare il lieto annunzio
che Gesù è il Cristo.