

Lettura continua del Vangelo secondo Giovanni*

TEMPO DI QUARESIMA (Anno B)

<i>Gr</i>	<i>brano</i>	Indicazioni per la lettura
1	Gv 1,1-18	Il Prologo
2	Gv 1,19-51	L'introduzione narrativa del Vangelo <ul style="list-style-type: none"> - La testimonianza del Battista (Gv 1,19-34) - I primi discepoli (Gv 1,35-51)
3	Gv 2,1-21	Gesù si presenta <ul style="list-style-type: none"> - Le nozze di Cana (Gv 2,1-12) - L'incidente del tempio (Gv 2,13-22)
4	Gv 2,23-3,21	L'incontro con Nicodemo <ul style="list-style-type: none"> - Un sommario (Gv 2,23-25) - l'incontro con Nicodemo (Gv 3,1-12) - Il monologo (Gv 3,13-21)
5	Gv 3,22-36	Giovanni Battista e l'Inviato di Dio <ul style="list-style-type: none"> - Giovanni e i suoi discepoli (Gv 3,22-30) - Monologo di Giovanni (Gv 3,31-36)
6	Gv 4,1-42	La rivelazione di Gesù in Samaria <ul style="list-style-type: none"> - Ancora sul battesimo di Gesù e Giovanni (Gv 4,1-3) - Dialogo con la donna samaritana (Gv 4,4-26) - Arrivo dei discepoli (Gv 4,27-38) - Incontro di Gesù con i samaritani (Gv 4,39-42)
7	Gv 4,43-54	Il secondo segno di Cana <ul style="list-style-type: none"> - Il ritorno in Galilea (Gv 4,43-45) - Guarigione del figlio del Regio (Gv 4,46-54)
8	Gv 5,1-18	Guarigione del paralitico in un giorno di sabato
9	Gv 5,19-47	Discorso di Gesù con i «giudei» <ul style="list-style-type: none"> - Discorso di rivelazione del giudice escatologico (Gv 5,19-30) - Le testimonianze (Gv 5,31-47)
10	Gv 6,1-21	Il pane di vita (I) <ul style="list-style-type: none"> - Il segno del pane (Gv 6,1-15) - La camminata sulle acque (Gv 6,16-21)
11	Gv 6,22-71	Il pane di vita (II) <ul style="list-style-type: none"> - Il ritorno della folla a Cafarnao (6,22-24) - Dialogo (6,25-59) - Effetti del discorso (6,60-71)

12	Gv 7,1-52	La Festa delle Capanne <ul style="list-style-type: none"> - Prima della festa: Gesù e i suoi fratelli (Gv 7,1-9) - Alla festa (Gv 7,10-13) - Nel mezzo della festa (Gv 7,14-36) - L'ultimo giorno della festa (Gv 7,37-52)
13	Gv 7,53-8,11	L'adultera
14	Gv 8,12-30	La grande controversia (I) <ul style="list-style-type: none"> - Controversia sulla testimonianza (Gv 8,12-20) - Controversia sul destino di Gesù (Gv 8,21-30)
15	Gv 8,31-59	La grande controversia (II): La verità liberatrice e la discendenza di Abramo
16	Gv 9,1-41	La guarigione del cieco nato
17	Gv 10,1-21	Il buon pastore
18	Gv 10,22-42	La festa della Dedicazione
19	Gv 11,1-54	Il ritorno in vita di Lazzaro <ul style="list-style-type: none"> - Prologo (Gv 11,1-15) - A Betania (Gv 11,16-44) - Epilogo (Gv 11,45-54)
20	Gv 11,55-12,19	La fine dell'attività pubblica di Gesù (I) <ul style="list-style-type: none"> - Prima della festa di Pasqua (Gv 11,55-57) - L'unzione di Betania (Gv 12,1-11) - Ingresso a Gerusalemme (Gv 12,12-19)
21	Gv 12,20-36	La fine dell'attività pubblica di Gesù (II): la venuta dell'Ora
22	Gv 12,37-50	La fine dell'attività pubblica di Gesù (III) <ul style="list-style-type: none"> - Costatazione dell'incredulità (Gv 12,37-43) - Epilogo (Gv 12,44-50)
23	Gv 13,1-20	La lavanda dei piedi e sua spiegazione
24	Gv 13,21-30	La rivelazione del traditore
25	Gv 13,31-14,17	Primo discorso di addio (I) <ul style="list-style-type: none"> - Introduzione al discorso (Gv 13,31-38) - Il tema del discorso (Gv 14,1-3) - La partenza di Cristo e le sue conseguenze (14,4-17)
26	Gv 14,18-31	Primo discorso di addio (II) <ul style="list-style-type: none"> - La venuta post-pasquale del Cristo (Gv 14,18-26) - Conclusione del discorso (Gv 14,27-31)

27	Gv 15,1-17	Secondo discorso di addio (I) Il fondamento e la norma della comunità cristiana
28	Gv 15,18-16,4a	Secondo discorso di addio (II) L'odio del mondo
29	Gv 16,4b-33	Secondo discorso di addio (III) L'addio creatore
30	Gv 17,1-26	La preghiera di addio di Gesù
31	Gv 18,1-11	Verso l'arresto di Gesù
32	Gv 18,12-27	Gesù compare davanti ad Anna. Rinnegamento di Pietro
33	Gv 18,28-19,16a	Gesù compare davanti a Pilato
34	Gv19,16b-30	Sul Golgota (I) - La crocifissione e l'iscrizione (Gv 19,16b-22) - La spartizione delle vesti (Gv 19,23-24) - Maria e il Discepolo amato (Gv 19,25-27) - La morte di Gesù (Gv 19,28-30)
35	Gv 19,31-42	Sul Golgota (II) - Gesù trafitto (19,31-37) - La sepoltura (19,38-42)
36	Gv 20,1-10	Il ciclo pasquale (I): La scoperta della tomba vuota
37	Gv 20,11-18	Il ciclo pasquale (II): L'apparizione del Risorto a Maria
38	Gv 20,19-42	Il ciclo pasquale (III) - L'apparizione del Risorto ai discepoli (Gv 20,19-23) - L'apparizione del Risorto a Tommaso (Gv 20,24-29) - Conclusione del Vangelo (Gv 20,30-31)
39	Gv 21,1-14	Epilogo (I) L'apparizione di Gesù sul mare di Tiberiade
40	Gv 21,15-25	Epilogo (II) - Gesù, Pietro e il Discepolo Amato (Gv 21,14-24) - Conclusione (Gv 21,25)

* La delimitazione e i titoli delle pericopi, proposti da don Rinaldo, seguono, con i debiti adattamenti:

J. ZUMSTEIN, *L'évangile selon Saint Jean (1-12)* (Commentaire di Nouveau Testament IVa), Labor et Fides, Genève 2014 ; ID., *L'Évangile selon Saint Jean (13-21)* (Commentaire di Nouveau Testament IVb), Labor et Fides, Genève 2007.

Suggerimenti per la preghiera

Al mattino

- Cerco un luogo e una postura che siano comodi ma adeguati alla preghiera e, dopo il segno di croce, mi dispongo alla presenza di Dio in silenzio e raccoglimento (2')
- Invoco lo Spirito Santo per essere illuminato nella preghiera (1')
- Leggo lentamente il brano (più volte se necessario) (5/10')
- Mi soffermo innanzitutto su ciò che più mi colpisce e lo accolgo, senza la fretta di voler capire a cosa "debba servire" ma mi appresto a vivere questo nuovo giorno in atteggiamento di ascolto e di attesa (1')
- Offro a Dio la preghiera e la giornata. Concludo con un *Gloria al Padre* (1')

Durante il giorno

- posso richiamare alla mente ciò che mi ha colpito al mattino (2')

A fine giornata - per l'esame di coscienza

- Mi fermo in un clima di silenzio per scoprimmi alla presenza di Dio e mi raccolgo nel cuore
- Invoco lo Spirito Santo per essere illuminato nella preghiera e chiedo la grazia di vedermi come Dio mi vede, quale figlio amato
- Richiamo alla mente il punto, il versetto che ho accolto al mattino e su cui ho riflettuto
- Ringrazio il Signore e verifico la mia giornata alla luce della parola che mi ha accompagnato (condivido con Dio, a cuore aperto, le situazioni, i volti, gli incontri, gli affetti, le difficoltà incontrate, il tempo vissuto...) e considero quanto man mano affiora in me, con il suo aiuto, dinanzi a quello sguardo d'amore e di misericordia
- Ringrazio Dio per il tempo donatomi e chiedo perdono per quanto vissuto separatamente da Lui, con il proposito, nel caso sia necessario, di confessarmi appena possibile
- Concludo con un *Gloria al Padre*

Dopo i primi giorni di percorso, può essere utile e fruttuoso spiritualmente iniziare a focalizzare su un aspetto della mia vita, che mi accorgo affiorare più di frequente, su cui penso di poter camminare e crescere con l'aiuto di Dio: diventa allora un sentiero da percorrere in questa Quaresima, a cui prestare maggior attenzione, sera dopo sera, giorno dopo giorno, aiuto dall'*elemosina*, dalla *preghiera* e dal *digiuno*. È opportuno a tal fine un incontro con un presbitero/guida spirituale che possa aiutarmi nel percorso.