

LIBRETTO DA STAMPARE

San Nicodemo

Vita, preghiera, novena e pellegrinaggio

Festa: 31 agosto

Saintspedia · saintspedia.com

IN BREVE

San Nicodemo

Fariseo e membro del Sinedrio, discepolo di Gesù che andò da lui di notte e partecipò alla sua sepoltura.

Festa	31 agosto
Nascita	sconosciuta, sconosciuto
Morte	I secolo, sconosciuto
Canonizzazione	culto immemorabile
Epoca	I wiek

In questo libretto

La vita

Preghiera con san Nicodemo: «Dio ha tanto amato il mondo»

Novena a san Nicodemo

Basilica del Santo Sepolcro di Gerusalemme, luogo della sepoltura di Cristo

Crediti e fonti

Libretto offerto da Saintspedia, la guida ai santi della Chiesa cattolica: vite dei santi, preghiere, novene e luoghi di pellegrinaggio, su saintspedia.com. Testi redatti da Saintspedia, tranne le preghiere tradizionali indicate come tali. Le preghiere e le novene composte per Saintspedia non sono testi liturgici ufficiali. Libretto gratuito, da stampare e condividere per uso personale, familiare o parrocchiale; si prega di non venderlo.

LA VITA

San Nicodemo

San Nicodemo è un fariseo di Gerusalemme, membro del Sinedrio, che compare tre volte nel Vangelo secondo Giovanni. Va da Gesù di notte per interrogarlo, poi prende timidamente le sue difese davanti agli altri capi religiosi e infine, dopo la crocifissione, porta una grande quantità di aromi per seppellirne il corpo insieme a Giuseppe d'Arimatea. Figura di chi cerca Dio e passa a poco a poco dall'ombra alla luce, è commemorato il 31 agosto nel Martirologio Romano, insieme a Giuseppe d'Arimatea.

Chi è san Nicodemo?

Tutto ciò che sappiamo con certezza di Nicodemo viene dal Vangelo secondo Giovanni. Vi è presentato come un uomo «tra i farisei», «uno dei capi dei Giudei» (Gv 3,1), cioè molto probabilmente un membro del Sinedrio, il grande consiglio di Gerusalemme. Gesù stesso lo chiama «maestro d'Israele» (Gv 3,10), il che fa pensare che fosse un rinomato insegnante della Legge. Il suo nome, di origine greca, significa «vittoria del popolo» ed era portato da alcuni Giudei dell'epoca.

I Vangeli non dicono nulla della sua nascita, della sua famiglia né della sua morte. Alcuni autori hanno proposto di identificarlo con un ricco notabile di Gerusalemme ricordato negli scritti rabbinici, Nicodemo ben Gorion, ma l'accostamento resta incerto.

Date principali

- **All'inizio del ministero di Gesù**: A Gerusalemme, durante una festa di Pasqua, va da Gesù di notte e parla con lui della nuova nascita (Gv 3,1-21).
- **Durante la festa delle Capanne**: Mentre i capi dei sacerdoti e i farisei vogliono far arrestare Gesù, ricorda che la Legge non condanna nessuno

senza averlo prima ascoltato (Gv 7,50-52).

- **La sera del Venerdì santo**: Porta circa cento libbre di una mistura di mirra e di aloe e seppellisce il corpo di Gesù con Giuseppe d'Arimatea, in un sepolcro nuovo che si trovava in un giardino (Gv 19,38-42).
- **Verso il 415**: Secondo un antico racconto, le sue reliquie sarebbero state ritrovate vicino a Gerusalemme insieme a quelle di santo Stefano.

Il colloquio nella notte

Nicodemo va da Gesù di notte: forse per prudenza, per non farsi vedere con un maestro discusso, forse semplicemente per parlare con calma. San Giovanni, che ama i simboli, lascia intendere anche che esce dal buio per andare verso colui che è la luce. Comincia con un attestato di stima: «sappiamo che sei venuto da Dio come maestro». Gesù lo spiazza subito parlandogli di nascere «dall'alto», o «di nuovo», perché la parola greca ha tutti e due i significati.

Nicodemo prende la frase alla lettera: come potrebbe un uomo già anziano nascere una seconda volta? Gesù gli parla allora della nascita «da acqua e Spirito», che la tradizione cristiana ha sempre inteso come l'annuncio del battesimo, e dello Spirito che soffia dove vuole, come il vento. Il colloquio si apre su una delle frasi più celebri di tutta la Bibbia: «Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna» (Gv 3,16). L'evangelista non dice che cosa rispose Nicodemo: lo lascia ripartire con le sue domande.

Il coraggio di un giusto

Qualche mese più tardi, al tempo della festa delle Capanne, le guardie mandate ad arrestare Gesù tornano a mani vuote. I farisei le deridono: nessuno dei capi crede in quell'uomo. Allora interviene Nicodemo, con prudenza ma con coraggio: «La nostra Legge giudica forse un uomo prima di averlo ascoltato e

di sapere ciò che fa?». Gli rispondono con disprezzo: «Sei forse anche tu della Galilea?». Non è ancora un discepolo dichiarato, ma si rifiuta di tacere davanti all'ingiustizia.



La Pietà Bandini di Michelangelo (Firenze, Museo dell'Opera del Duomo): l'anziano incappucciato, identificato con Nicodemo, avrebbe i tratti dell'artista.

La sepoltura di Gesù

È ai piedi della croce che Nicodemo si rivela pienamente. Mentre la maggior parte dei discepoli è fuggita, raggiunge Giuseppe d'Arimatea, che ha ottenuto da Pilato il corpo di Gesù. Porta circa cento libbre di mirra e di aloe, una quantità considerevole, degna della sepoltura di un re. I due uomini avvolgono il corpo in teli con gli aromi, secondo l'usanza giudaica, e lo depongono in un sepolcro nuovo, scavato nella roccia, vicinissimo al Golgota. Colui che era venuto di notte agisce ora alla luce del giorno, nell'ora in cui era più pericoloso mostrarsi amico del crocifisso.

Nicodemo nella tradizione

Un testo apocrifo del IV o del V secolo, gli *Atti di Pilato*, circolò nel Medioevo con il nome di *Vangelo di Nicodemo*: non fa parte della Bibbia e non è opera sua. Secondo il racconto del sacerdote Luciano, nel 415 i suoi resti sarebbero stati ritrovati a Kafar Gamala, vicino a Gerusalemme, insieme a quelli di santo Stefano e di Gamaliele. Una leggenda medievale gli attribuisce anche la scultura del Volto Santo, il grande crocifisso ligneo venerato a Lucca, in Toscana, che gli storici datano a un'epoca molto più tarda. Ogni anno, la sera del 13 settembre, i lucchesi lo onorano con la processione della Luminara di Santa Croce. Nell'arte, Nicodemo compare soprattutto nelle scene della deposizione dalla croce e della sepoltura.



Il Volto Santo di Lucca, crocifisso che la leggenda attribuisce a Nicodemo.

Che cosa ci insegna la sua santità?

Nicodemo è il santo di chi cerca, di chi esita, di chi avanza lentamente. Non si converte in un istante: fa domande, corre rischi misurati, poi dà tutto nel momento decisivo. Il suo cammino rassicura tutti coloro per i quali la fede è un percorso graduale, e incoraggia chi esita ancora a testimoniarla pubblicamente.

Per pregare con lui, puoi leggere la preghiera con san Nicodemo, che riprende il suo colloquio con Gesù, oppure seguire la novena a san Nicodemo, dal 22 al 30 agosto, per concluderla alla vigilia della sua festa.

Dove pregare san Nicodemo?

- **Gerusalemme**: la basilica del Santo Sepolcro, dove la tradizione colloca il Golgota e il sepolcro in cui egli seppellì Gesù.
- **Lucca** (Toscana): la cattedrale di San Martino e il Volto Santo, la cui scultura la leggenda attribuisce a lui.
- **Ovunque**: davanti a una scena scolpita della sepoltura di Cristo, come se ne trovano in molte chiese di Francia, e in Italia nei gruppi del Compianto sul Cristo morto, dove spesso compare ai piedi o al capo di Gesù.

Da scoprire anche

- San Giuseppe d'Arimatea, suo compagno nella sepoltura di Gesù.
- Santa Maria Maddalena, presente al sepolcro, prima testimone della Risurrezione.
- San Giovanni, apostolo ed evangelista, l'unico a raccontare la sua storia.
- Santo Stefano, primo martire, le cui reliquie sarebbero state ritrovate insieme alle sue.
- San Paolo, un altro fariseo istruito nella Legge, diventato apostolo di Cristo.

PREGARE

Preghiera con san Nicodemo: «Dio ha tanto amato il mondo»

Non esiste un'antica preghiera composta da san Nicodemo, e nessuna sua parola si è conservata al di fuori del Vangelo secondo Giovanni. Per pregare con lui, la via più semplice è riprendere il colloquio che ebbe con Gesù, una notte, a Gerusalemme. Questa pagina ne presenta il testo e propone poi una preghiera a san Nicodemo.

Il colloquio di Gesù con Nicodemo (Gv 3,1-17)

Testo della traduzione ufficiale CEI della Bibbia (2008). La parola greca *anōthen*, usata da Gesù, significa insieme «dall'alto» e «di nuovo»: proprio su questo doppio senso nasce il malinteso di Nicodemo.

Vi era tra i farisei un uomo di nome Nicodèmo, uno dei capi dei Giudei. 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».

Gli rispose Gesù: «In verità, in verità io ti dico, se uno non nasce dall'alto, non può vedere il regno di Dio».

Gli disse Nicodèmo: «Come può nascere un uomo quando è vecchio? Può forse entrare una seconda volta nel grembo di sua madre e rinascere?».

Rispose Gesù: «In verità, in verità io ti dico, se uno non nasce da acqua e Spirito, non può entrare nel regno di Dio. Quello che è nato dalla carne è carne, e quello che è nato dallo Spirito è spirito. Non meravigliarti se ti ho detto: dovete nascere dall'alto. 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».

«E come Mosè innalzò il serpente nel deserto, così bisogna che sia innalzato il Figlio dell'uomo, perché chiunque crede in lui abbia la vita eterna. Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non vada perduto, ma abbia la vita eterna. Dio, infatti, non ha mandato il Figlio nel mondo per condannare il mondo, ma perché il mondo sia salvato per mezzo di lui».

Fonte: Vangelo secondo Giovanni, capitolo 3, versetti 1-17 (i versetti 9-13 sono omessi). Il serpente di bronzo innalzato da Mosè è raccontato nel libro dei Numeri (21,4-9).

Un'altra parola da meditare

«La nostra Legge giudica forse un uomo prima di averlo ascoltato e di sapere ciò che fa?»

Fonte: Vangelo secondo Giovanni, capitolo 7, versetto 51 (traduzione CEI 2008). Sono le sole parole pronunciate in pubblico da Nicodemo che il Vangelo riporta, quando prende le difese di Gesù davanti ai farisei.

Preghiera a san Nicodemo

San Nicodemo, tu che sei andato da Gesù nella notte, con le tue domande e le tue esitazioni, prega per me.

Tu che eri dotto e rispettato, e hai accettato di lasciarti spiazzare dalla parola di Cristo, insegnami l'umiltà di chi cerca. Quando non capisco, non permettere che mi allontani; aiutami a tornare, come te, a colui che solo ha parole di vita eterna.

Tu che hai osato difendere Gesù davanti ai potenti, dammi il coraggio di parlare per la giustizia, anche quando rischio il disprezzo. Tu che, la sera della croce, hai portato gli aromi per seppellirlo con amore, insegnami a onorare il corpo dei defunti e a consolare chi piange.

Ti affido tutti coloro che cercano Dio in segreto, quelli che non osano ancora dire la loro fede e quelli che dubitano. Ti affido anche la mia intenzione: (nominarla in silenzio). Lo Spirito, che soffia dove vuole, mi faccia nascere dall'alto e mi conduca dalla notte fino alla luce. Amen.

Quando pregare san Nicodemo?

San Nicodemo è commemorato il 31 agosto nel Martirologio Romano, insieme a san Giuseppe d'Arimatea; l'antico martirologio lo ricordava il 3 agosto, con il ritrovamento delle reliquie di santo Stefano. Puoi pregarlo anche il Venerdì e il Sabato santo, quando la Chiesa medita la sepoltura di Cristo, oppure in un tempo di lutto. Per un tempo di preghiera più lungo, segui la novena a san Nicodemo e scopri la vita di san Nicodemo.

Novena a san Nicodemo

Questa novena si ispira ai tre passi del Vangelo secondo Giovanni che parlano di Nicodemo. Non è un testo liturgico ufficiale. Per concluderla alla vigilia della sua commemorazione, iniziala il 22 agosto: terminerà il 30 agosto. Si può pregare anche in qualsiasi momento dell'anno, in particolare da chi cerca Dio o esita a dire la propria fede.

Come pregare questa novena?

Ogni giorno affida la tua intenzione a Dio, leggi la meditazione e, se puoi, il passo del Vangelo indicato, poi recita la preghiera del giorno e un Padre nostro. Il gesto proposto aiuta a prolungare la preghiera durante la giornata.

Giorno 1: Venire di notte

Nicodemo va da Gesù di notte (Gv 3,2). Non viene in modo perfetto: viene come può, con le sue paure. Dio accoglie chi si avvicina, anche timidamente.

Preghiera: Signore, vengo a te così come sono, con le mie paure e le mie domande. Accoglimi.

Gesto del giorno: Prendersi un tempo di preghiera la sera, prima di dormire, nella calma.

Giorno 2: Avere il coraggio di domandare

Il maestro d'Israele non nasconde di non capire: «Come può accadere questo?» (Gv 3,9). Le domande sincere non sono mancanza di fede, ma una strada verso di essa.

Preghiera: Spirito Santo, dammi il coraggio di porre le mie domande e la pazienza di attendere le tue risposte.

Gesto del giorno: Scrivere una domanda di fede che ti porti dentro e parlarne con una persona di fiducia.

Giorno 3: Nascere dall'alto

Gesù invita Nicodemo a nascere dall'alto, da acqua e Spirito (Gv 3,5). Il battesimo non è un ricordo lontano: è una vita nuova da ricevere ogni giorno.

Preghiera: Signore, rinnova in me la grazia del mio battesimo. Fa' di me una creatura nuova.

Gesto del giorno: Fare il segno della croce con l'acqua benedetta entrando in chiesa, pensando al proprio battesimo.

Giorno 4: Il vento soffia dove vuole

Il vento non si vede, ma se ne sente la voce (Gv 3,8). Lo Spirito agisce spesso senza rumore, in luoghi e persone inattese.

Preghiera: Spirito di Dio, insegnami a riconoscere il tuo passaggio nella mia vita e in quella degli altri.

Gesto del giorno: Ripercorrere la giornata la sera e ringraziare per un segno della presenza di Dio.

Giorno 5: Dio ha tanto amato il mondo

Nel cuore del colloquio, Gesù rivela a Nicodemo l'amore del Padre: ha dato il Figlio non per condannare il mondo, ma per salvarlo (Gv 3,16-17).

Preghiera: Padre, grazie per avermi amato tanto. Che io creda al tuo amore più che alle mie paure.

Gesto del giorno: Imparare a memoria il versetto di Giovanni 3,16.

Giorno 6: Venire alla luce

«Chi fa la verità viene verso la luce» (Gv 3,21). Nicodemo è venuto di notte; a poco a poco si volgerà verso il giorno. La verità si fa con le opere.

Preghiera: Gesù, luce del mondo, illumina le mie zone d'ombra e donami di camminare nella verità.

Gesto del giorno: Preparare una confessione, o portare alla luce una situazione che si tiene nascosta.



Pregare con san Nicodemo.

Giorno 7: Prendere la parola

Davanti ai farisei che condannano Gesù senza ascoltarlo, Nicodemo richiama la giustizia della Legge (Gv 7,50-51). Riceve disprezzo, ma ha parlato.

Preghiera: Signore, quando qualcuno viene accusato ingiustamente davanti a me, dammi il coraggio di non tacere.

Gesto del giorno: Prendere le difese di una persona assente di cui si parla male.

Giorno 8: Ai piedi della croce

Quando i discepoli sono fuggiti, Nicodemo viene con Giuseppe d'Arimatea a prendere il corpo di Gesù (Gv 19,38-39). La fedeltà si mostra spesso proprio quando tutto sembra perduto.

Preghiera: Signore crocifisso, donami di restare vicino a te nelle ore buie, e vicino a chi soffre.

Gesto del giorno: Fare visita a una persona in lutto o pregare per un defunto.

Giorno 9: Gli aromi dell'amore

Nicodemo porta cento libbre di mirra e di aloe: un gesto smisurato, un omaggio regale (Gv 19,39-40). Dona molto, senza sapere ancora che il sepolcro sarà vuoto il terzo giorno.

Preghiera: Signore, al termine di questa novena ti affido la mia intenzione. Per intercessione di san Nicodemo, insegnami ad amarti con generosità e conducimi fino alla gioia della Pasqua. Amen.

Gesto del giorno: Offrire del tempo o un dono generoso, senza calcoli.

Preghiera conclusiva

San Nicodemo, tu che sei passato dalla notte alla piena luce del giorno, ti affido l'intenzione di questi nove giorni. Prega per chi cerca Dio in segreto, per chi dubita e per chi non osa ancora testimoniare. Ottienici di nascere dall'alto e di seguire Cristo fino in fondo. Amen.

Per approfondire: la vita di san Nicodemo e la preghiera con san Nicodemo.

PELLEGRINAGGIO

Basilica del Santo Sepolcro di Gerusalemme, luogo della sepoltura di Cristo

La basilica del Santo Sepolcro, nella città vecchia di Gerusalemme, custodisce i luoghi che la tradizione cristiana identifica fin dal IV secolo con il Golgota e con la tomba di Cristo. È qui che, secondo il Vangelo di Giovanni, Nicodemo e Giuseppe d'Arimatea seppellirono Gesù la sera del Venerdì santo, in un sepolcro nuovo scavato in un giardino vicinissimo al luogo della crocifissione. È dunque il luogo più direttamente legato a san Nicodemo.

Un luogo venerato fin dall'antichità

All'inizio del IV secolo l'imperatore Costantino fa sgombrare un tempio romano che si riteneva costruito sopra la tomba di Gesù, e al suo posto innalza un vasto complesso di santuari, consacrato nel 335. L'edificio è stato incendiato, distrutto nel 1009 per ordine del califfo al-Hakim, ricostruito nell'XI secolo e poi ampiamente rimaneggiato dai crociati nel XII secolo. Gli archeologi hanno confermato che al tempo di Gesù il sito si trovava fuori dalle mura della città, in un'antica cava in cui erano state scavate delle tombe: un dato che corrisponde al racconto dei Vangeli.



La basilica del Santo Sepolcro di Gerusalemme, luogo della sepoltura di Cristo.

Dal Calvario al sepolcro

Entrando, si sale a destra verso il Calvario, la roccia della crocifissione. Di fronte all'ingresso si trova la pietra dell'unzione, una lastra rossastra dove i pellegrini si raccolgono in preghiera in ricordo del corpo di Gesù preparato per la sepoltura: è qui che si ricorda in modo particolare il gesto di Nicodemo e dei suoi aromi. Al centro della rotonda, l'edicola custodisce la tomba di Cristo, restaurata tra il 2016 e il 2017. Dietro di essa, in una piccola cappella di rito siriaco, si possono vedere alcune tombe giudaiche scavate nella roccia, risalenti all'epoca di Gesù, che la tradizione associa a Giuseppe d'Arimatea.

Pregare sul posto

Prima della visita puoi rileggere la vita di san Nicodemo e il racconto della sepoltura in Giovanni 19,38-42. Sul posto, un momento di silenzio davanti alla pietra dell'unzione e poi all'ingresso della tomba permette di affidare

un'intenzione, in particolare per un defunto o per una persona che cerca Dio. La preghiera con san Nicodemo può accompagnare questo momento. Questi suggerimenti sono una proposta di Saintspedia.



La basilica del Santo Sepolcro di Gerusalemme, l'interno.

Gli altri luoghi di san Nicodemo

- **Lucca** (Toscana): la cattedrale di San Martino, che custodisce il Volto Santo, crocifisso di legno che la leggenda attribuisce a Nicodemo.
- **Gerusalemme**: il Tempio e i suoi cortili, oggi la Spianata delle Moschee, dove incontrò Gesù durante le feste giudaiche.
- **In Francia**: molte chiese conservano gruppi scolpiti della sepoltura di Cristo della fine del Medioevo, in cui Nicodemo è raffigurato con Giuseppe d'Arimatea, come a Tonnerre, a Chaource o a Solesmes.

Informazioni pratiche

La basilica del Santo Sepolcro è condivisa tra più Chiese, soprattutto i greco-ortodossi, i cattolici latini, rappresentati dai francescani della Custodia di Terra Santa, e gli armeni, secondo antiche regole chiamate «status quo». L'ingresso è libero, ma gli orari di apertura e delle celebrazioni variano, e l'affluenza è molto forte nel periodo di Pasqua. È richiesto un abbigliamento adeguato. Prima di preparare il tuo pellegrinaggio, informati presso la Custodia di Terra Santa, anche sulla situazione sul posto.

CREDITI

Crediti e fonti

Testi: Saintspedia (saintspedia.com). Le fonti citate in ogni parte sono quelle della pagina corrispondente del sito. Dati biografici in parte da Wikidata (CC0). Carattere: EB Garamond (licenza SIL Open Font).

Immagini

- Copertina: James Tissot, pubblico dominio, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- La Pietà Bandini di Michelangelo (Firenze, Museo dell'Opera del Duomo): l'anziano incappucciato, identificato con Nicodemo, avrebbe i tratti dell'artista.: Immagine: Michelangelo, CC BY 2.5, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- Il Volto Santo di Lucca, crocifisso che la leggenda attribuisce a Nicodemo.: Immagine: Sailko, CC BY 3.0, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- Pregare con san Nicodemo.: Immagine: Dietmar Rabich, CC BY-SA 4.0, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- La basilica del Santo Sepolcro di Gerusalemme, luogo della sepoltura di Cristo.: Immagine: https://www.flickr.com/photos/jlascar/, CC BY 2.0, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza
- La basilica del Santo Sepolcro di Gerusalemme, l'interno.: Immagine: Diego Delso, CC BY-SA 3.0, via Wikimedia Commons. Fonte · Licenza

✦

Altri libretti gratuiti

Vite dei santi, preghiere, novene e luoghi di pellegrinaggio: tutti i libretti da stampare su

saintspedia.com