

CONTEMPLAZIONE DELL'ANNUNCIO DEL REGNO (Mc 1,14-15)

Ispirata agli Esercizi spirituali di Sant'Ignazio di Loyola

Preparazione

DISPOSIZIONE D'ANIMO

- Sceglierò un luogo solitario e silenzioso
- Starò in piedi vicino al punto dove devo meditare per quel poco di tempo in cui si potrebbe recitare un Padre nostro
- Innalzando la mente, considererò il mio Signore Gesù come presente, lì a guardare quello che sto per fare. A Lui debbo prestare riverenza con un gesto di umiltà.

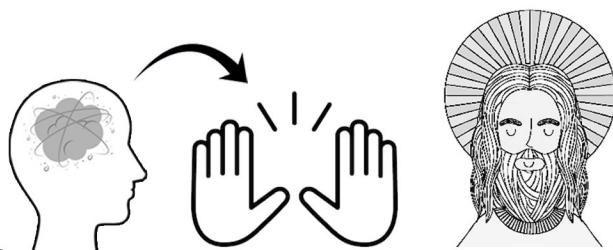


ORAZIONE PREPARATORIA

Entrerò nella meditazione con la posizione che mi permetta di trovare ciò che desidero scegliendo tra queste:

- seduto
- in piedi
- in ginocchio
- prostrato a terra o disteso col volto al cielo (mai in presenza di altre persone)

O Dio, mio Creatore e mio Salvatore, invoco su di me la Tua Grazia: tutto ciò che sono e compio contribuisca alla lode Tua e, in modo particolare, che le mie facoltà - memoria, immaginazione, intelligenza, volontà - e le mie azioni - siano a servizio della Tua gloria. Amen



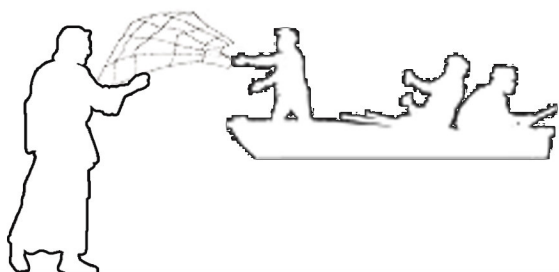
Preambolo

Mi pongo dinanzi alla storia della vita di Gesù, che ritorna in Galilea dopo l'arresto di Giovanni il Battista.

Introduzione

COMPOSIZIONE DI LUOGO

Vedo Gesù che inizia la sua missione pubblica in Galilea, presso il lago di Tiberiade, attraverso l'annuncio del Vangelo, proclamando il Regno di Dio e la necessità di convertirsi.



GRAZIA DA CHIEDERE

Chiedo la grazia di conoscere intimamente il profondo desiderio che Gesù ha di compiere la sua missione salvifica in mezzo al popolo d'Israele e per tutta l'umanità.



Dal Vangelo secondo Marco (Mc 1,14-15)

Dopo che Giovanni fu arrestato, Gesù si recò nella Galilea predicando il vangelo di Dio e diceva: «Il tempo è compiuto e il regno di Dio è vicino; convertitevi e credete al vangelo»

Meditazione

Prima parte – Le persone



- Vedo un gran numero di **persone** - provenienti da tutte le zone circostanti, di ogni cultura, ceto sociale, età - **ascoltare la predicazione di Gesù**, molti dei quali propensi ad accoglierla e una minima parte dura di cuore.

- Contemplo **Gesù, Dio uomo**, che in Galilea attira le folle con la sua presenza, con la sua sapienza e con i suoi prodigi.
- Osservo **gli apostoli intorno a Gesù**, che assistono il suo ministero apostolico e si cibano della sua parola.
- Immagino di essere **un discepolo di Gesù** in mezzo a questa folla, intento ad ascoltare ogni sua parola e ad osservare ogni suo gesto. Mi sforzo di trarne un qualche frutto spirituale per la mia vita.



Seconda parte – Le parole

- Avverto il **silenzio d'ascolto** che aleggia in mezzo alla folla - riempita di persone di ogni tipo: uomini, donne e bambini; sani e malati - mentre Gesù parla, interrotto solo dai bisbigli degli scettici.
- Ascolto **Gesù che**, con l'autorità del suo insegnamento, **si distingue** chiaramente dall'insegnare dei maestri del tempo, dicendo perentoriamente: «Il tempo è compiuto e il Regno di Dio è vicino: convertitevi e credete al Vangelo».
- Avverto i **commenti sommessi degli apostoli**, che lodano Dio per averli scelti per questa missione e si dicono lieti di poter seguire un tale maestro, disposti anche a dare la vita per lui.
- Assisto alla **predicazione di Gesù**, che illumina chiaramente la mia intelligenza e riempie profondamente il mio cuore. Cerco di trarne un frutto spirituale.

Terza parte - Le azioni



- Vedo la **folla inneggiante alla grandezza di Dio**, tutta intorno a Gesù, che - una volta terminata la predicazione - comincia ad operare guarigioni e liberazioni. Osservo i farisei che, pieni di astio nei suoi confronti, decidono di eliminare Gesù.

- Contemplo **Gesù, impegnato a guarire molti**, affetti da varie malattie, e a scacciare i demoni, fino a risanare un paralitico, al quale non solo restituisce la salute fisica, ma anche la salvezza dell'anima, perdonandogli i peccati.
- Osservo **gli apostoli**, quali spettatori più prossimi dell'azione di Gesù, intenti a proteggerlo dalla folla e dagli sguardi invidiosi degli scribi e dei farisei.
- Assisto alla **scena della guarigione del paralitico** e sono mosso a conversione, perché Gesù lui stesso, come al paralitico, perdoni anche i miei peccati.

Colloquio

Considero il Signore Gesù, che passa dai trent'anni di vita nascosta a Nazaret all'inizio della vita pubblica, per annunciare quello che il Padre gli ha detto e testimoniare il suo amore misericordioso.

Dopo un previo colloquio spontaneo con Gesù e uno degli apostoli, chiederò a loro - secondo l'inclinazione interiore del momento - tutto ciò che può servire ad imitare nella vita il mio Signore, Gesù Cristo.

Padre nostro
