

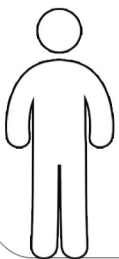
CONTEMPLAZIONE DELLA NASCITA (Lc 2,1-14)

S. Ignazio di Loyola - Esercizi Spirituali

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.

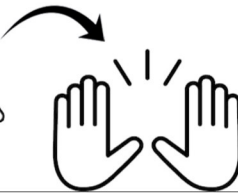


ORAZIONE PREPARATORIA

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)

Chiedo al Signore la grazia che le mie facoltà dell'anima, i miei sensi e tutto quello che farò in questo tempo rendano gloria e lode a Lui.

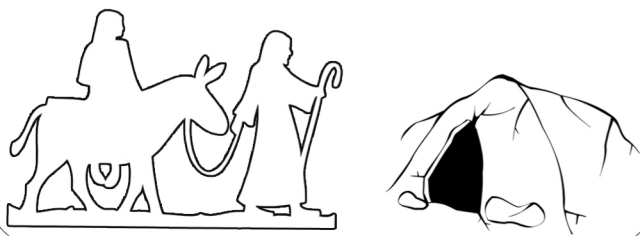


Preambolo

Mi pongo dinanzi la storia dell'uscita della beata Vergine dal villaggio di Nazaret, cioè come lei – già incinta di nove mesi – è seduta su di un'asina (come si può piamente supporre) assieme a Giuseppe e con un'ancella e un bue, sono andati a Betlemme a pagare il tributo imposto da Cesare.

COMPOSIZIONE DI LUOGO

Considerando la lunghezza del cammino, pianeggiante o accidentato, vedere anche il luogo della Natività simile a una grotta: è grande o piccola? Bassa o alta? Comoda o scomoda?



GRAZIA DA CHIEDERE

Chiedo la grazia di conoscere intimamente in che modo il Figlio di Dio è nato per me in questo mondo, affinché lo ami con più ardore e quindi lo segua con più fedeltà.



Dal Vangelo secondo Luca (Lc 2, 1-14)

In quei giorni un decreto di Cesare Augusto ordinò che si facesse il censimento di tutta la terra. Questo primo censimento fu fatto quando Quirinio era governatore della Siria. Tutti andavano a farsi censire, ciascuno nella propria città. Anche Giuseppe, dalla Galilea, dalla città di Nàzaret, salì in Giudea alla città di Davide chiamata Betlemme: egli apparteneva infatti alla casa e alla famiglia di Davide. Doveva farsi censire insieme a Maria, sua sposa, che era incinta. Mentre si trovavano in quel luogo, si compirono per lei i giorni del parto. Diede alla luce il suo figlio primogenito, lo avvolse in fasce e lo pose in una mangiatoia, perché per loro non c'era posto nell'alloggio. C'erano in quella regione alcuni pastori che, pernottando all'aperto, vegliavano tutta la notte facendo la guardia al loro gregge. Un angelo del Signore si presentò a loro e la gloria del Signore li avvolse di luce. Essi furono presi da grande timore, ma l'angelo disse loro: «Non temete: ecco, vi annuncio una grande gioia, che sarà di tutto il popolo: oggi, nella città di Davide,

è nato per voi un Salvatore, che è Cristo Signore. Questo per voi il segno: troverete un bambino avvolto in fasce, adagiato in una mangiatoia». E subito apparve con l'angelo una moltitudine dell'esercito celeste, che lodava Dio e diceva:
«Gloria a Dio nel più alto dei cieli
e sulla terra pace agli uomini, che egli ama».

Meditazione

Prima parte – Le persone



- **Vedo tutti gli uomini presenti sulla faccia della terra**, tanto diversi nei costumi, nei comportamenti e nelle azioni; gli uni bianchi, gli altri neri; chi in pace, chi in guerra; questo che piange, quello che ride; l'uno sano, l'altro malato; molti che nascono e molti invece che muoiono; e in tante altre situazioni.
- **Contemplo Cristo Signore, bambino, appena nato.**
- **Vedo la Vergine Maria tenere in braccio il Verbo incarnato alla presenza di San Giuseppe.**
- **Immaginerò di essere in mezzo a loro come un poverello e cercherò di ricavare un frutto spirituale da tutte queste cose.**



Seconda parte – Le parole

- **Colgo con l'udito interiore quello che dicono tutte queste persone della terra. Per esempio chiacchierano fra loro, offendono Dio, si insultano gli uni gli altri.**
- **Sento i vagiti di Gesù bambino nel silenzio di quella notte e l'irrompere del canto degli angeli: "Gloria a Dio nel più alto dei cieli!"**.

- Colgo con l'udito interiore le parole d'amore che Maria esprime a Gesù e il dialogo meravigliato con Giuseppe.
- Propongo, quale poverello che sono, di mettermi a servizio delle necessità della Sacra famiglia.

Terza parte - Le azioni



- Faccio attenzione alle azioni delle persone: come gli uomini mortali si fanno del male, si agitano, si ammazzano e tutti corrono all'inferno.
- Mi soffermo a considerare Gesù bambino mentre viene avvolto in fasce da Maria e posto in una mangiatoia.
- Contemplo Maria e Giuseppe che adorano il bambino nella mangiatoia alla presenza dell'esercito celeste.
- Mi immagino, quale servitore, di porgere le fasce a Maria e mettermi in attitudine di adorazione a mia volta.

———— Colloquio ————

Considero perché il supremo Signore di tutte le cose è nato in somma povertà, sopportando in questa vita, assieme a una continua povertà, anche fatiche, fame, sete, caldo, freddo, ingiurie, percosse, per poi salire sulla croce; e questo per me.

Dopo un previo colloquio spontaneo con San Giuseppe, la beata Vergine Maria e Gesù bambino, chiederò a ciascuna, secondo l'inclinazione interiore del momento, tutto ciò che può servire ad imitare nella vita il mio Signore, Gesù Cristo, che si è proprio incarnato.

———— Padre nostro ————