

CONTEMPLAZIONE DELLA PENTECOSTE (At 2,1-4)

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.

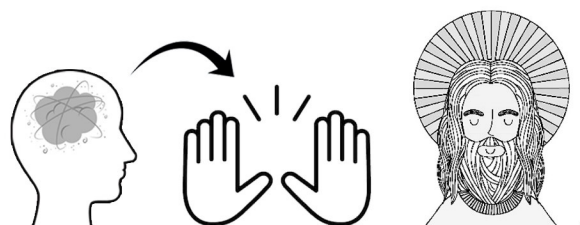


ORAZIONE PREPARATORIA

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)

Dico: 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



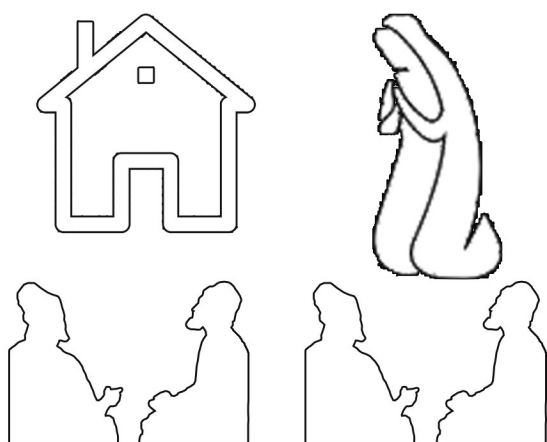
Preambolo

Mi pongo dinanzi alla storia di Maria e degli apostoli che, obbedendo alla richiesta di Gesù, ormai da nove giorni si preparano a ricevere la potenza dall'alto, promessa da Gesù.

Introduzione

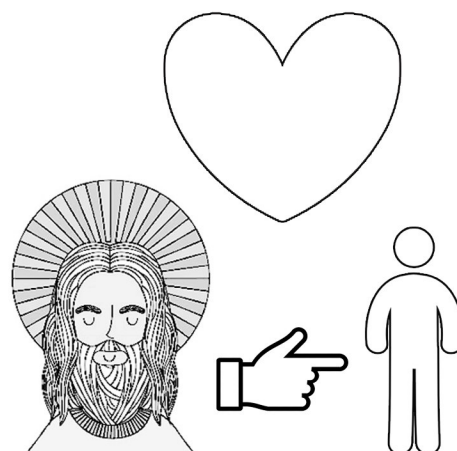
COMPOSIZIONE DI LUOGO

Vedo gli apostoli riuniti nel cenacolo insieme a Maria, la madre di Gesù, mentre pregano senza sosta e con ardore perché siano riempiti di Spirito Santo.



GRAZIA DA CHIEDERE

Chiedo la grazia di avere un'ardente carità nei confronti di Dio e del prossimo.



Dagli Atti degli apostoli (At 2,1-4)

Mentre il giorno di Pentecoste stava per finire, si trovavano tutti insieme nello stesso luogo. Venne all'improvviso dal cielo un rombo, come di vento che si abbatte gagliardo, e riempì tutta la casa dove si trovavano. Apparvero loro lingue come di fuoco che si dividevano e si posarono su ciascuno di loro; ed essi furono tutti pieni di Spirito Santo e cominciarono a parlare in altre lingue come lo Spirito dava loro il potere d'esprimersi.

Meditazione

Prima parte – Le persone



- Contemplo **Maria, assorta nella preghiera**, meditando la parola del Signore in mezzo al collegio apostolico che, instancabilmente, invoca la promessa dall'alto.
- Contemplo **l'opera dello Spirito** che si rende visibile attraverso il fervore e l'amore che traspirano da ogni piccolo gesto della Madonna.
- Vedo **gli apostoli che sono sostenuti** dalla presenza orante di Maria e anch'essi sono interiormente raggiunti dallo stesso spirito di fervore e rinnova in loro la certezza del compimento della promessa del Padre.
- Immagino di **essere presente alla scena**, colpito dal clima di attesa perseverante, che gli apostoli hanno grazie alla presenza e all'intercessione di Maria. Colgo **come frutto spirituale la decisione di vivere ogni mia preghiera con l'aiuto della Madonna**.



Seconda parte – Le parole

- Ascolto **Maria** pronunciare a bassa voce **le parole dei Salmi**, imparati da bambina, che diventano un canto melodioso d'invito allo Spirito.
- Sento **il fragore dello Spirito** come un vento che si abbatte impetuoso e suscita un profondo timore di Dio e che aiuta ad aprire il cuore al suo irrompere.
- Noto che **gli apostoli** per un istante sono raggiunti da un forte fremito che li fa trattenere il fiato e **ammutolire**. Solo la presenza di Maria li trattiene dal fuggire.

- **Anch'io sono raggiunto dagli stessi sentimenti degli apostoli** e, come loro, senza dire parola, rimango appeso alla fede di Maria, traendo – **come frutto spirituale** – **la fiducia nell'azione divina nella mia vita.**

Terza parte - Le azioni



- Contemplo **Maria, estatica**, che – piena di Spirito Santo – emana gioia, amore, purezza a coloro che la circondano.
- Contemplo **lo Spirito discendere** su Maria e gli apostoli con lingue come di fuoco, illuminando a giorno la sala in penombra del cenacolo.
- Vedo **gli apostoli cambiare d'aspetto**, acquisire una sicurezza nuova che, rinvigoriti dalla forza dello Spirito, cominciano a parlare in altre lingue, nel modo in cui veniva dato loro di esprimersi.
- **Assisto a questo evento straordinario**, pieno di forza e di luce, sentendomi anch'io avvolto da **questa potenza, che accolgo nella mia vita come frutto spirituale.**

Colloquio

Considero che lo Spirito libera dal timore e dall'indecisione gli apostoli e li rende forti per affrontare ogni difficoltà e capaci di annunciare ad ogni uomo il Vangelo di Cristo.



Con la Beata Vergine

Chiedo alla Madonna di ottenermi dal Figlio il rinnovamento della mia vita cristiana ad opera dello Spirito Santo.

Con Cristo Signore



Chiedo a Cristo Signore Risorto che mi ottenga dal Padre la stessa grazia.



Con il Padre

Chiedo che acconsenta alla richiesta con un Padre nostro.

———— Padre nostro ————