

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.

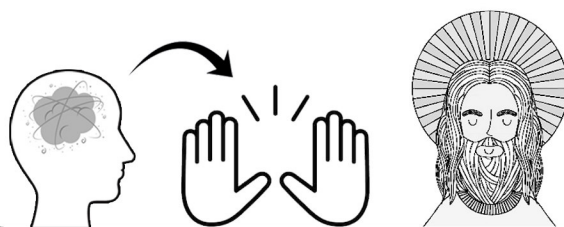


ORAZIONE PREPARATORIA

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 a Maria assunta in cielo, corpo e anima, e alla gloria che la Trinità santissima condivide con lei.

Introduzione

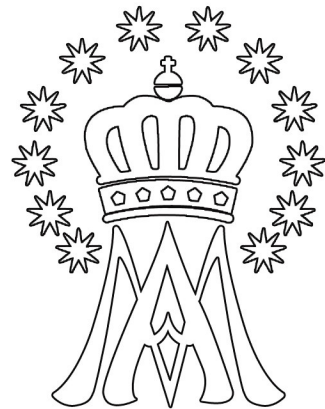
COMPOSIZIONE DI LUOGO

Vedo Maria davanti al Padre e al Figlio - seduti sul loro trono regale e uniti nell'amore dello Spirito Santo - che si apprestano a incoronarla regina del cielo e della terra.



GRAZIA DA CHIEDERE

Chiedo la grazia di contare ogni giorno sull'intercessione universale e materna di Maria regina.



Dal Libro dei Salmi (Sal 45, 10-18)

Figlie di re fra le tue predilette;
alla tua destra sta la regina, in ori di Ofir.
Ascolta, figlia, guarda, porgi l'orecchio:
dimentica il tuo popolo e la casa di tuo padre;
il re è invaghito della tua bellezza.
È lui il tuo signore: rendigli omaggio.
Gli abitanti di Tiro portano doni,
i più ricchi del popolo cercano il tuo favore.
Entra la figlia del re: è tutta splendore,
tessuto d'oro è il suo vestito.

È condotta al re in broccati preziosi;
dietro a lei le vergini, sue compagne, a te sono presentate;
condotte in gioia ed esultanza,
sono presentate nel palazzo del re.
Ai tuoi padri succederanno i tuoi figli;
li farai principi di tutta la terra.
Il tuo nome voglio far ricordare per tutte le generazioni;
così i popoli ti loderanno in eterno, per sempre.

Meditazione

Prima parte – Le persone



- Contemplo **il tripudio festante degli angeli e dei santi** che assistono all'incoronazione di colei che il Padre ha scelto sia la loro regina.
- Contemplo **Maria che giunge al culmine dell'esaltazione dei semplici** e, pur risplendente di una bellezza indicibile, rimane completamente umile.
- Contemplo **la Trinità santissima** che, accogliendo nel suo seno Maria come suo “complemento”, **si accinge a incoronarla**.
- Faccio memoria della frase evangelica nel **Magnificat**: “**Perché ha guardato l'umiltà della sua serva**” e colgo come frutto spirituale il desiderio di progredire nell'umiltà di cuore.



Seconda parte – Le parole

- Ascolto **la sublimità dei canti che gli angeli e i santi riservano per la liturgia** solenne di incoronazione che sta avvenendo, rimanendone estasiato.
- Ascolto **Maria che si unisce al canto celestiale** ripetendo la parola del Magnificat: “**Ha innalzato gli umili**” e constato la sua intima esultanza.

- **Ascolto la voce possente e allo stesso tempo mite della Trinità** che pronuncia le parole del salmo: **“Ascolta, figlia, guarda, porgi l'orecchio: dimentica il tuo popolo e la casa di tuo padre; il re è invaghito della tua bellezza, è lui il tuo Signore, rendigli omaggio”** (Sal 45, 11-12).
- **Io, ormai estasiato dal momento, non voglio dir parola** ma solamente bearmi in questa liturgia celeste di incoronazione. Come frutto spirituale colgo la consapevolezza della sacralità dei momenti liturgici vissuti anche in terra.

Terza parte - Le azioni



- **Contemplo le danze e la musica** eseguita con i più variegati strumenti inesistenti su questa terra con i quali gli angeli e i santi diletano la Trinità e la Vergine sempre benedetta.
- **Contemplo Maria ricevere sul suo capo la corona regale** e, contemporaneamente, la vedo abitata di una luce splendente la cui bellezza rimane indicibile a parole umane.
- **Contemplo la Trinità santissima porre la triplice corona su Maria** condividendo con lei il regno di giustizia, di pace e di amore al quale ogni uomo è chiamato alla fine del suo pellegrinaggio terreno.
- **Assisto a questa scena** notando che Maria, pur elevata alla dignità regale del cielo, rimane la tenera madre nostra, pronta a soccorrci ad ogni bisogno. Colgo come frutto spirituale una intima confidenza con la Regina del cielo della terra e la gratitudine per Dio che me l'ha data come madre. Immagino la gioia del cielo per l'assunzione di Maria e condivido, anche se solo per un istante, la beatitudine alla quale sono chiamato e colgo come frutto spirituale la mèta della gioia del cielo.

Colloquio

Considero la frase sapienziale che dice: “L'inizio della gloria è l'umiltà” e che Maria è il perfetto compimento di questa parola.



Con la Beata Vergine

Chiedo alla Madonna di ottenermi dal Figlio la sua stessa umiltà.



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