

Gesù Maestro di amicizia.

Percorso di approfondimento del metodo della contemplazione immaginativa degli Esercizi Spirituali:
relazione tra la richiesta di grazia – *id quod volo* – e colloquio con Gesù “come un amico ad un amico”

La Visitazione¹

Ti ringraziamo, Signore, di darci un tempo per ascoltare la tua parola. Fa' che non Ti resistiamo, che la tua Parola penetri in noi e che il nostro cuore sia aperto,	perché nella tua Parola è il segreto della nostra identità, l'identità alla quale siamo chiamati.
--	---

Carlo Maria Martini¹

La richiesta della grazia per questo tempo di preghiera: Una conoscenza intima di Maria, per poterla amare e insieme a lei servire Dio al meglio di me stesso/a.

Preghiera preparatoria

Mio Signore, mio Dio, imploro la grazia che tutte le mie azioni, le mie intenzioni, i miei progetti siano rivolti unicamente alla Tua lode e al servizio della Tua divina Maestà².

La visita di Maria a Elisabetta

Lc 1,39-56

³⁹In quei giorni Maria si alzò e andò in fretta verso la regione montuosa, in una città di Giuda. ⁴⁰Entrata nella casa di Zaccaria, salutò Elisabetta. ⁴¹Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria, il bambino sussultò nel suo grembo. Elisabetta fu colmata di Spirito Santo ⁴²ed esclamò a gran voce: «Benedetta tu fra le donne e benedetto il frutto del tuo grembo! ⁴³A che cosa devo che la madre del mio Signore venga da me? ⁴⁴Ecco, appena il tuo saluto è giunto ai miei orecchi, il bambino ha sussultato di gioia nel mio grembo. ⁴⁵E beata colei che ha creduto nell'adempimento di ciò che il Signore le ha detto».

⁴⁶Allora Maria disse:

«L'anima mia magnifica il Signore
⁴⁷e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,
⁴⁸perché ha guardato l'umiltà della sua serva.
D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata.
⁴⁹Grandi cose ha fatto per me l'Onnipotente
e Santo è il suo nome;
⁵⁰di generazione in generazione la sua misericordia
per quelli che lo temono.
⁵¹Ha spiegato la potenza del suo braccio,
ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;
⁵²ha rovesciato i potenti dai troni,
ha innalzato gli umili;
⁵³ha ricolmato di beni gli affamati,
ha rimandato i ricchi a mani vuote.
⁵⁴Ha soccorso Israele, suo servo,
ricordandosi della sua misericordia,

¹ Vd. *Esercizi Spirituali* # 101-109; # 261.

² Conclusione di una preghiera contenuta nel volume *Invocare il Padre* (EDB, Bologna 2012).

⁵⁵come aveva detto ai nostri padri,
per Abramo e la sua discendenza, per sempre».

⁵⁶Maria rimase con lei circa tre mesi, poi tornò a casa sua.

Consegne per la preghiera personale dei prossimi giorni.

Primo esercizio

- 1- Torno sull'esperienza vissuta durante la preghiera guidata e metto a fuoco le emozioni più profonde che ho provato contemplando il brano insieme ai compagni.
- 2- Dedico uno o più tempi di preghiera alla ripetizione dei versetti Lc 1,39-56
- 3- Se lo desidero, scrivo la preghiera "Il mio Magnificat".

Al termine di ciascun tempo di preghiera annoto velocemente le immagini e i particolari del racconto. Si ricorda che il testo deve essere sintetico, in particolare la parte "Quello che accade, quello che osservo, ascolto, agisco" dovrebbe concentrarsi sul passaggio della nostra contemplazione che mi ha colpito di più, le emozioni che ho provato, le difficoltà che ho incontrato.

Modello per la revisione scritta.

Brano evangelico: Lc 1,39-56

Ripetizione n.:

Mettersi alla Presenza

Preghiera preparatoria

Lettura attenta del brano

Richiesta della grazia: Una conoscenza intima di Maria, per poterla amare e insieme a lei servire Dio al meglio di me stesso/a.

Composizione del luogo: ...

Immedesimazione in un personaggio del racconto: ...

Quello che accade, quello che osservo, ascolto, agisco: ...

Colloquio:

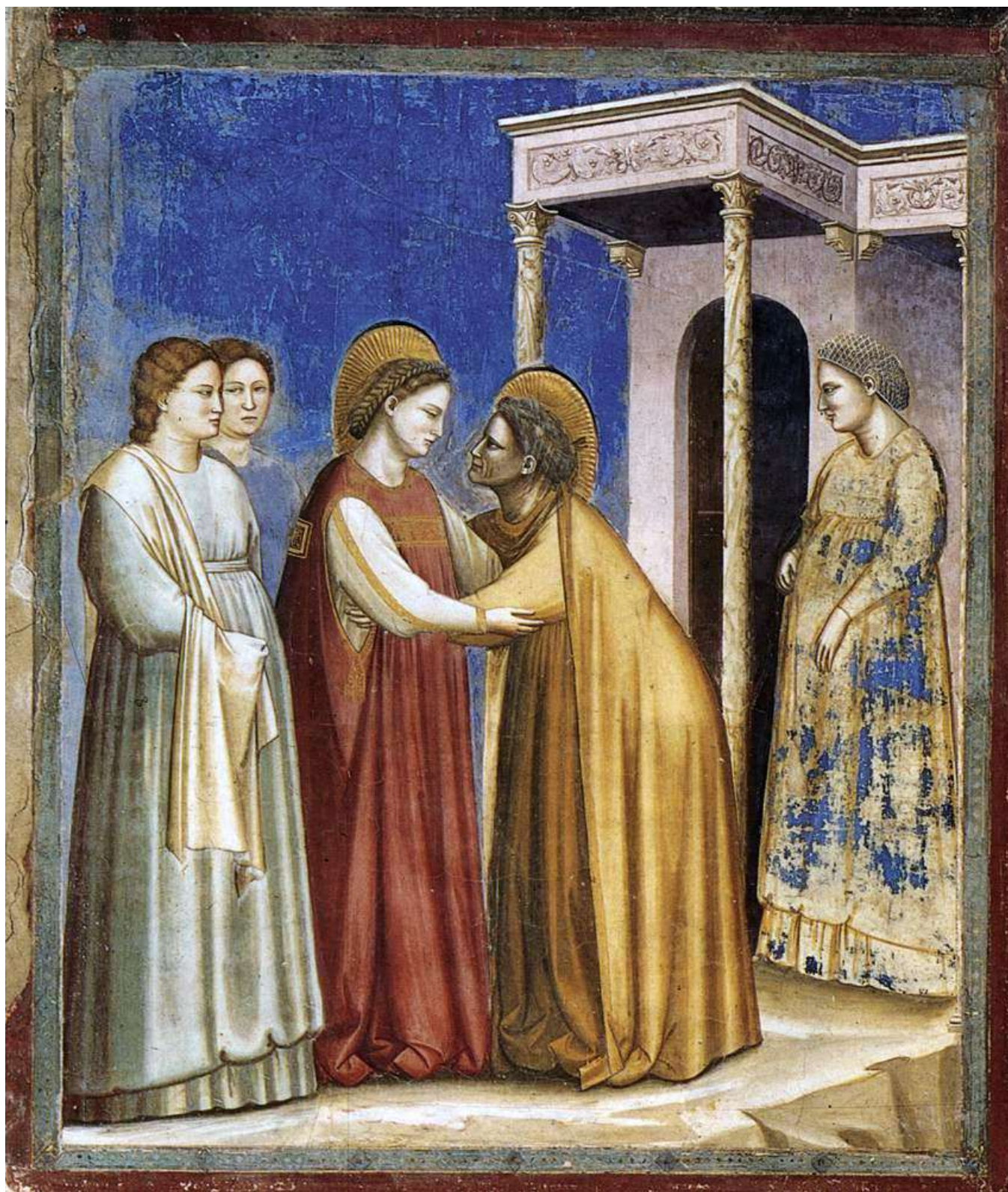
Secondo esercizio

Chiedo la grazia di avvicinarmi o di essere avvicinata/o nei prossimi giorni a una situazione o a una persona nello spirito del brano pregato. **O di lasciar emergere un episodio del passato.** A casa dedico un tempo di preghiera a quell'esperienza di vita, concludo con un colloquio e un Padre nostro. Poi scrivo un testo molto sintetico per la condivisione a cui do un titolo per orientare l'ascolto dei compagni.

Invio i tre testi nel corpo della mail a loyola.incammino@gmail.com, **entro le 12 di domenica 3 dicembre 2023.** Questi testi saranno condivisi nell'incontro del **6 dicembre**.

L'immagine che accompagna il video di questo incontro sulla pagina del sito:
- Jacopo da Pontormo, Visitazione di Carmignano, 1528-1530 circa, particolare.

Una selezione di immagini come commento al racconto della Visitazione (Lc 1,39-56).



Giotto di Bondone, Scene della vita della Vergine, Cappella Scrovegni, 1303-1305.



Giotto di Bondone, Basilica inferiore di Assisi, 1310.



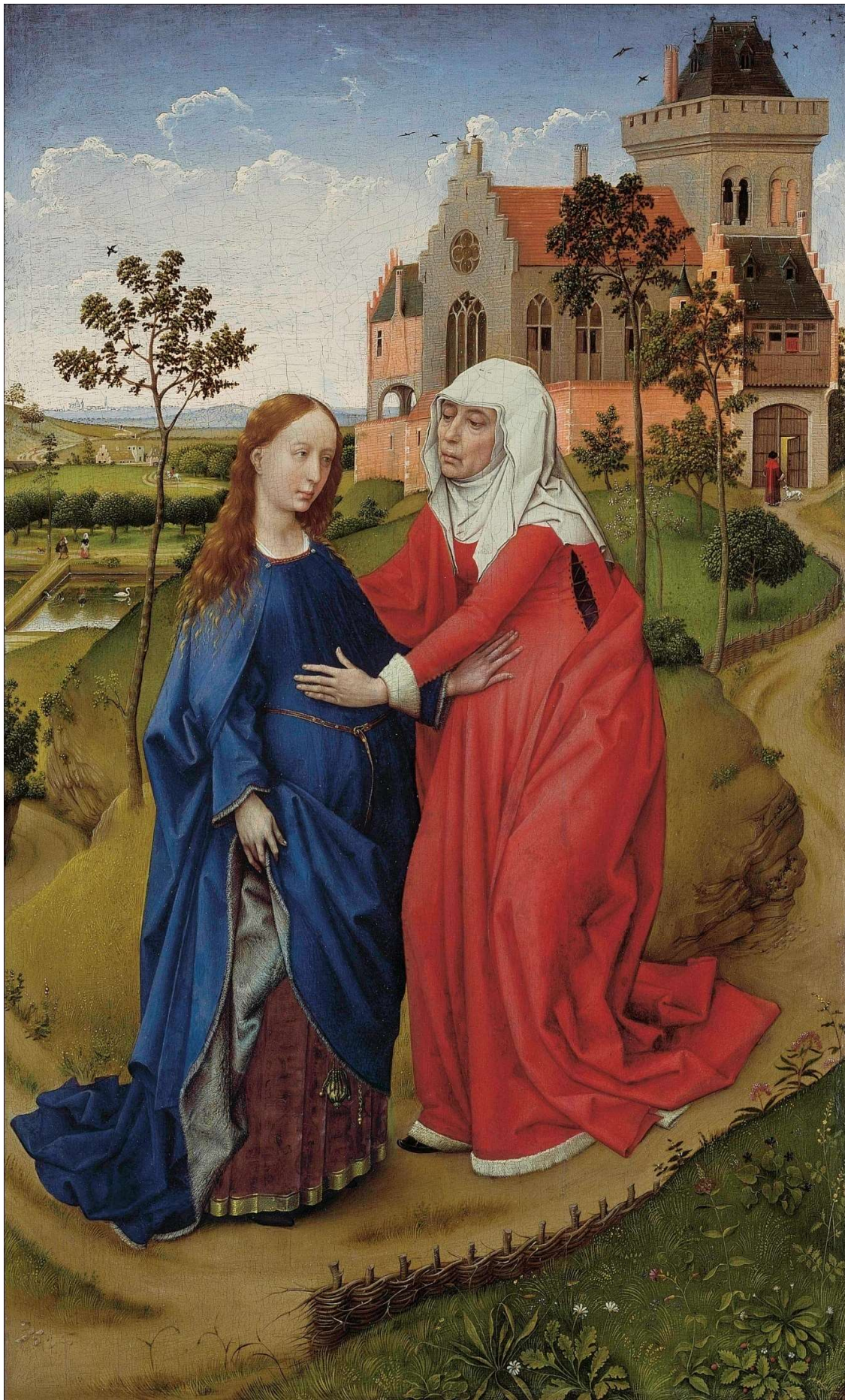
Attribuito a Master Heinrich of Constance, Germania, circa 1310-1320.



Beato Angelico, Predella della Pala di Cortona, 1433.



Jacques Daret, La Visitazione, con Jean de Clercq, abate di Saint Vaast a Arras e committente, 1434-1435.



Rogier van der Weyden, 1445.



Anonimo, Kremsmünster Abbey, 1460.



Domenico Ghirlandaio, 1491.



Ambrogio da Fossano (Bergognone), 1501.



Mariotto Albertinelli, 1503.



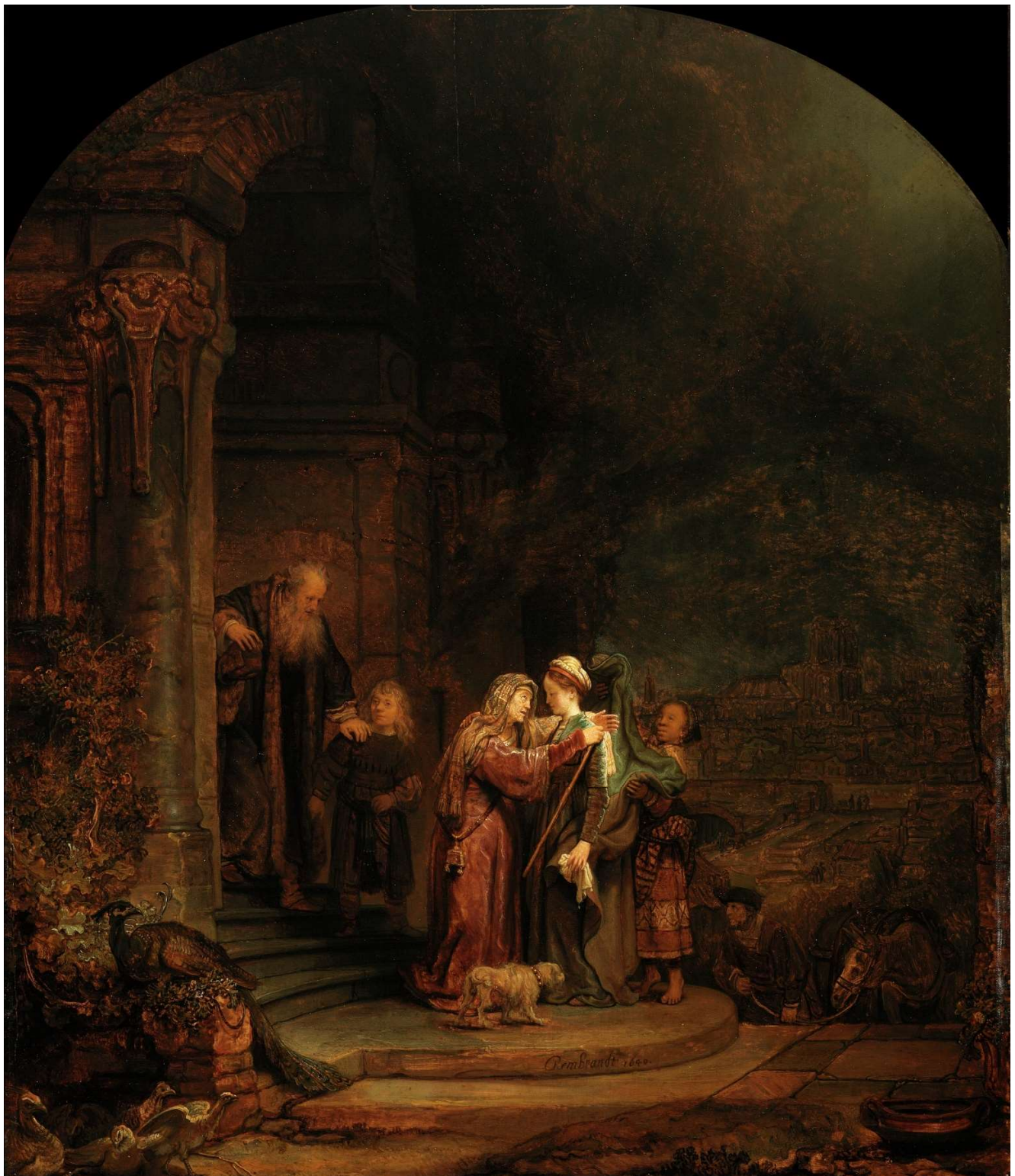
Hans e Jakob Strub, 1505.



Jacopo da Pontormo, 1528-1530.



Tintoretto, 1588 circa.



Rembrandt, 1640.



Willem van Herp, 1659.



Leonard Goffine, 1871.



Bill Viola, *The Greeting* (Film, ispirato alla Visitazione di Jacopo Pontormo), 1995.