

## VANGELO A CENTO VOCI 2025-2026

Verso una conoscenza intima di Gesù. Introduzione alla contemplazione immaginativa secondo gli Esercizi Spirituali di Ignazio di Loyola.

# Getsemani

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 Martini<sup>1</sup>

**La richiesta della grazia per questo tempo di preghiera: dolore, dispiacere, confusione perché Gesù va per noi alla passione.**

### Preghiera preparatoria

Mio Signore, mio Dio, imploro la grazia che tutte le mie azioni, le mie intenzioni, le mie attività siano rivolte unicamente alla Tua lode e al servizio della Tua divina Maestà<sup>2</sup>.

### Gesù nel giardino del Getsemani

Mc 14,32-42

<sup>32</sup>Poi si recarono in un podere detto Getsemani ed egli disse ai suoi discepoli: “Sedete qui finché io abbia pregato”. <sup>33</sup>Prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e cominciò a essere spaventato e angosciato. <sup>34</sup>E disse loro: “L'anima mia è oppressa da tristezza mortale; rimanete qui e vegliate”. <sup>35</sup>Andato un po' più avanti, si gettò a terra e pregava che, se fosse possibile, quell'ora passasse oltre da lui. <sup>36</sup>E diceva: “Abbà, Padre! Ogni cosa ti è possibile; allontana da me questo calice! Ma pure, non quello che io voglio, ma quello che tu vuoi”. <sup>37</sup>Poi venne, li trovò che dormivano e disse a Pietro: “Simone, dormi? Non sei stato capace di vegliare un'ora sola? <sup>38</sup>Vegliate e pregate, affinché non cadiate in tentazione; lo spirito è pronto, ma la carne è debole”. <sup>39</sup>E di nuovo andò e pregò, dicendo le medesime parole. <sup>40</sup>E tornato di nuovo, li trovò che dormivano perché gli occhi loro erano appesantiti e non sapevano che rispondergli. <sup>41</sup>Venne la terza volta e disse loro: “Dormite pure ormai e riposatevi! Basta! L'ora è venuta: ecco, il Figlio dell'uomo è dato nelle mani dei peccatori. <sup>42</sup>Alzatevi, andiamo; ecco, colui che mi tradisce è vicino”.

---

<sup>1</sup> Conclusione di una preghiera contenuta nel volume *Invocare il Padre* (EDB, Bologna 2012).

<sup>2</sup> *Esercizi Spirituali* # 46

## Consegne per la preghiera personale nei giorni di **giovedì, venerdì e sabato** della Settimana Santa

1. Dedico uno o più tempi di preghiera di un'ora circa ciascuno al racconto della Preghiera di Gesù nell'Orto dei Getsemani (Mc 14, 32-42) seguendo i passaggi del metodo della contemplazione immaginativa.
2. Al termine di ciascuna "ripetizione" annoto velocemente le immagini e i particolari del racconto, le emozioni che ho provato, le difficoltà che ho incontrato ("revisione"), utilizzando, se lo desidero, lo schema che **NON** dovrà essere inviato.

Brano evangelico: Mc 14, 32-42

Ripetizione n: ...

Mettersi alla Presenza

Preghiera preparatoria

Letture attenta del brano

Richiesta della grazia: dolore, dispiacere, confusione perché Gesù va per noi alla passione.

Composizione del luogo: .....

Immedesimazione in un personaggio del racconto: .....

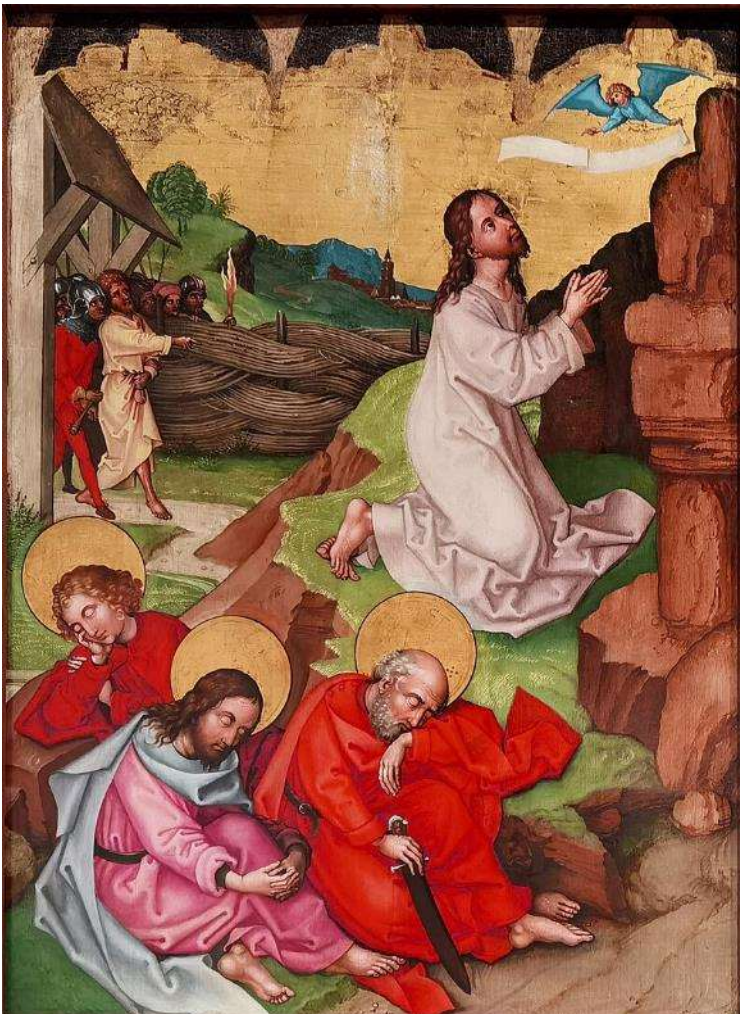
Quello che accade, quello che osservo, ascolto, agisco: .....

Colloquio: .....

Le **immagini** che accompagnano i video di questo incontro sulla pagina del sito:

- Giovanni Bellini, Orazione nell'orto, 1459 circa.
- Vincent Van Gogh, Mezza figura di un angelo (dopo Rembrandt), 1889.

**“Al Getsemani”, una selezione di immagini in ordine cronologico:**



Martin Shongauer, Orazione di Cristo nell'orto del Getsemani, 1445-1491.



Giovanni Bellini, Orazione nell'orto, 1459 circa.



Paolo Veronese, Cristo nell'orto del Getsemani, 1583-84.



Eugène Delacroix, L'agonia nel giardino, 1861.



Paul Gauguin, Cristo nel Giardino degli Ulivi, 1889.