

OCCHI FISSI SU GESÙ

Dalle guarigioni fisiche alle guarigioni del cuore. Osservo Gesù incarnato, lo piango sulla croce, lo seguo Risorto. Amore in azione.

Apparizione a Maria di Magdala

Apri, Signore, il nostro cuore con la forza del tuo Spirito,
perché possiamo comprendere
che il Vangelo non va vissuto soltanto nella normalità quotidiana,
ma anche nelle circostanze difficili,
in quella mistura di violenza e di ingiustizia di cui è fatta un po' tutta la storia.
Così siamo chiamati a vivere e a operare in essa secondo il Vangelo.
Donaci di saperlo fare, per intercessione di Maria.

Carlo Maria Martini¹

Preghiera preparatoria²

Mio Signore, mio Dio, ti chiedo la grazia che tutte le mie intenzioni, le mie azioni, le mie attività siano dedicate unicamente al servizio e alla lode della Tua divina Maestà.

Apparizione a Maria di Magdala

Gv 20,11-18

¹¹Maria invece stava all'esterno, vicino al sepolcro, e piangeva. Mentre piangeva, si chinò verso il sepolcro ¹²e vide due angeli in bianche vesti, seduti l'uno dalla parte del capo e l'altro dei piedi, dove era stato posto il corpo di Gesù. ¹³Ed essi le dissero: "Donna, perché piangi?". Rispose loro: "Hanno portato via il mio Signore e non so dove l'hanno posto". ¹⁴Detto questo, si voltò indietro e vide Gesù, in piedi; ma non sapeva che fosse Gesù. ¹⁵Le disse Gesù: "Donna, perché piangi? Chi cerchi?". Ella, pensando che fosse il custode del giardino, gli disse: "Signore, se l'hai portato via tu, dimmi dove l'hai posto e io andrò a prenderlo". ¹⁶Gesù le disse: "Maria!". Ella si voltò e gli disse in ebraico: "Rabbunì!" - che significa: "Maestro!". ¹⁷Gesù le disse: "Non mi trattenere, perché non sono ancora salito al Padre; ma va' dai miei fratelli e di' loro: "Salgo al Padre mio e Padre vostro, Dio mio e Dio vostro". ¹⁸Maria di Màgdala andò ad annunciare ai discepoli: "Ho visto il Signore!" e ciò che le aveva detto.

La richiesta della grazia per il tempo di preghiera: rallegrarmi e godere intensamente di tanta gioia di Cristo nostro Signore.

¹ Carlo Maria Martini "Il coraggio della passione – l'uomo contemporaneo e il dilemma della scelta" Piemme, 2010, p.123

² Esercizi Spirituali #46

Consegne per la preghiera personale dei prossimi giorni.

Primo esercizio

Dedico alcuni tempi di preghiera di un'ora circa ciascuno al brano dell'Apparizione di Maria di Magdala, seguendo il metodo della contemplazione immaginativa.

Sempre chiedendo la grazia di una conoscenza intima di Gesù: nella prima ripetizione chiederò la grazia proposta; nelle successive ripetizioni la grazia potrà essere diversa, se questo mi aiuta a progredire nella contemplazione del brano.

1. Ricordo le emozioni più profonde che ho provato contemplando il brano insieme ai compagni, e torno a pregare il brano questa volta mettendo a fuoco solo la scena o le scene che mi avevano colpito di più.

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"). Porterò un estratto, di poche righe, delle mie note alla condivisione dell'incontro di **mercoledì 22 aprile 2026**.

Scrivendo il testo seguirò i passaggi del metodo.

Brano proposto: Apparizione di Maria di Magdala, Gv 20,11-18

Ripetizione n: ...

Mettersi alla Presenza

Preghiera preparatoria

Lettura attenta del brano

Richiesta della grazia: rallegrarmi e godere intensamente di tanta gioia di Cristo nostro Signore.

Composizione del luogo: ...

Immedesimazione in un personaggio del racconto: ...

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

Colloquio: (facoltativa la condivisione)

Si ricorda che i testi devono essere sintetici e concentrarsi sui passaggi che ho sentito come più significativi della mia contemplazione.

Secondo esercizio

Chiedo la grazia di avvicinarmi o di essere avvicinato nei prossimi giorni a una situazione o a una persona oppure di ricordare un episodio del passato nello spirito del brano pregato. 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. Porterò anche questo secondo testo all'incontro del mercoledì successivo in cui se vorrò potrò leggerlo ai compagni.

Invio il testo dei due esercizi nel corpo della mail a loyola.incammino@gmail.com, con oggetto il mio nome _Loy_12 entro le **21.00 di domenica 19 aprile**.

Il file-unione sarà inviato a tutti prima dell'incontro di mercoledì 22 aprile.

Le immagini che accompagnano gli audio di questo incontro, pubblicato sulla pagina del sito, sono:

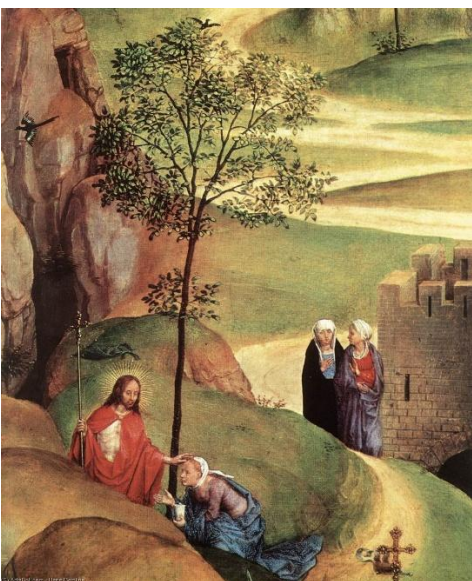
- Hans Memling, Avvento e trionfo di Cristo, 1480, Monaco di Baviera, particolare
- Claude Monet, Ninfee, 1920-1926, Museo dell'Orangerie



Maestro Felipe, Noli me tangere 1440-1450, Museo Archeologico National, Madrid



Hans Memling, Avvento e trionfo di Cristo, 1480, Monaco di Baviera



Hans Memling, Avvento e trionfo di Cristo, 1480, Monaco di Baviera, particolare



Correggio, Noli me tangere 1525, Museo del Prado, Madrid



Abraham Van Dijck, Noli me tangere 1650, Nationalmuseum, Stoccolma



James Tissot, *Noli me tangere*, 1886-1894, Brooklyn Museum, New York



Maurice Denis, *Noli me tangere* 1920, Musée des Reims, Reims, Francia