

## OCCHI FISSI SU GESÙ

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

# I discepoli di Emmaus

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 Martini<sup>1</sup>

## Preghiera preparatoria<sup>2</sup>

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.

## I discepoli di Emmaus

Lc 24, 28-35

<sup>28</sup>Quando furono vicini al villaggio dove erano diretti, egli fece come se dovesse andare più lontano. <sup>29</sup>Ma essi insistettero: "Resta con noi, perché si fa sera e il giorno è ormai al tramonto". Egli entrò per rimanere con loro. <sup>30</sup>Quando fu a tavola con loro, prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e lo diede loro. <sup>31</sup>Allora si aprirono loro gli occhi e lo riconobbero. Ma egli sparì dalla loro vista. <sup>32</sup>Ed essi dissero l'un l'altro: "Non ardeva forse in noi il nostro cuore mentre egli conversava con noi lungo la via, quando ci spiegava le Scritture?". <sup>33</sup>Partirono senza indugio e fecero ritorno a Gerusalemme, dove trovarono riuniti gli Undici e gli altri che erano con loro, <sup>34</sup>i quali dicevano: "Davvero il Signore è risorto ed è apparso a Simone!". <sup>35</sup>Ed essi narravano ciò che era accaduto lungo la via e come l'avevano riconosciuto nello spezzare il pane.

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

---

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

<sup>2</sup> 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 di Lc 24, 28-35 I discepoli di Emmaus, seguendo i passaggi del metodo della contemplazione immaginativa.

Sempre chiedendo la grazia di rallegrarmi e godere intensamente di tanta gioia di Cristo nostro Signore: 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 6 maggio 2026**  
Scrivendo il testo seguirò i passaggi del metodo.

**Brano proposto:** I discepoli di Emmaus, Lc 24, 28-35

**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](mailto:loyola.incammino@gmail.com), con oggetto il mio nome\_Loy\_13 entro le **21.00 di domenica 3 maggio**.

Il file-unione sarà inviato a tutti prima dell'incontro di mercoledì 6 maggio.

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

- Arcabas (Jean-Marie Pirot), L'uscita, dal Ciclo pittorico "I pellegrini di Emmaus" 1993-1994, Chiesa della Resurrezione, Torre de' Roveri (Bg)
- Claude Monet, Ninfee, 1914-1917, collezione privata

Una selezione di immagini come commento al racconto di I discepoli di Emmaus Lc 24, 28-35



Anonimo, I discepoli sulla strada di Emmaus, fine XI-XII sec. Monastero di Santo Domingo de Silos, Burgos



Anonimo, Cena in Emmaus, mosaico XII-metà XII sec. Duomo di Monreale



Duccio di Buoninsegna, Emmaus, 1308-1311 ca. Museo dell'Opera Metropolitana del Duomo, Siena



Pontormo, Cena in Emmaus, 1525. Galleria degli Uffizi, Firenze



Girolamo di Romano, Cena in Emmaus con giovane servitore, 1525-1549. Pinacoteca Tosio Martinengo, Brescia



Caravaggio, Cena in Emmaus, 1606. Pinacoteca di Brera, Milano



Rembrandt, Cena in Emmaus, 1629. Museo Jacquemart-André, Parigi



Rembrandt, La cena di Emmaus, disegno a penna in inchiostro marrone, 1648-1649 Università di Cambridge, Fitzwilliam Museum



Sieger Koder, Cena in Emmaus, XX sec. Chiesa Mater Dolorosa, Rosenberg



Daniel Bonnell, The Road to Emmaus, 2003 – El Cairo



Arcabas (Jean-Marie Pirot), L'uscita, dal Ciclo pittorico "I pellegrini di Emmaus" 1993-1994, Chiesa della Resurrezione, Torre de' Roveri (Bg)



Arcabas, Ciclo pittorico "I pellegrini di Emmaus" 1993-1994, Chiesa della Resurrezione, Torre de' Roveri (Bg)



Arcabas, Ciclo pittorico "I pellegrini di Emmaus" 1993-1994, Chiesa della Resurrezione, Torre de' Roveri (Bg)