

Ai piedi del Maestro. Un percorso di introduzione alla meditazione contemplativa secondo gli Esercizi Spirituali di sant'Ignazio di Loyola

Preghiera guidata

Silvia Testori

Gesù guarisce un ragazzo epilettico – Mc 9,14-29

¹⁴E arrivando presso i discepoli, videro attorno a loro molta folla e alcuni scribi che discutevano con loro. ¹⁵E subito tutta la folla, al vederlo, fu presa da meraviglia e corse a salutarlo. ¹⁶Ed egli li interrogò: «Di che cosa discutete con loro?». ¹⁷E dalla folla uno gli rispose: «Maestro, ho portato da te mio figlio, che ha uno spirito muto. ¹⁸Dovunque lo afferrò, lo getta a terra ed egli schiuma, digrigna i denti e si irrigidisce. Ho detto ai tuoi discepoli di scacciarlo, ma non ci sono riusciti». ¹⁹Egli allora disse loro: «O generazione incredula! Fino a quando sarò con voi? Fino a quando dovrò sopportarvi? Portatelo da me». ²⁰E glielo portarono. Alla vista di Gesù, subito lo spirito scosse con convulsioni il ragazzo ed egli, caduto a terra, si rotolava schiumando. ²¹Gesù interrogò il padre: «Da quanto tempo gli accade questo?». Ed egli rispose: «Dall'infanzia; ²²anzi, spesso lo ha buttato anche nel fuoco e nell'acqua per ucciderlo. Ma se tu puoi qualcosa, abbi pietà di noi e aiutaci». ²³Gesù gli disse: «Se tu puoi! Tutto è possibile per chi crede». ²⁴Il padre del fanciullo rispose subito ad alta voce: «Credo; aiuta la mia incredulità!». ²⁵Allora Gesù, vedendo accorrere la folla, minacciò lo spirito impuro dicendogli: «Spirito muto e sordo, io ti ordino, esci da lui e non vi rientrare più». ²⁶Gridando e scuotendolo fortemente, uscì. E il fanciullo diventò come morto, sicché molti dicevano: «È morto». ²⁷Ma Gesù lo prese per mano, lo fece alzare ed egli stette in piedi. ²⁸Entrato in casa, i suoi discepoli gli domandavano in privato: «Perché noi non siamo riusciti a scacciarlo?». ²⁹Ed egli disse loro: «Questa specie di demòni non si può scacciare in alcun modo, se non con la preghiera».

La Grazia che chiedo al Signore è di sentirlo vicino, di ricordarlo in ogni ora dei miei giorni.

Sono chiuso in questa gabbia rigida che non mi permette di parlare, sentire, né muovermi.

Ogni mio desiderio è bloccato da questa forza che è in me, fisica e interiore.

Non riesco a muovermi come vorrei perché sono spinto da contratture non mie, che mi sbattono a terra, mi fanno male, mi spingono nel fuoco. Così nessuno riesce a toccarmi, accarezzarmi, nessuno mi parla perché non sento e non riesco a rispondere. Cos'ho fatto per meritare questo? L'unico è mio padre che non si arrende, vedo che mi guarda sempre con i suoi occhi tristi.

Oggi però ha una determinazione strana negli occhi: si avvicina ad uno sconosciuto e mi trascina con lui.

Vedo che quell'uomo ha uno sguardo luminoso, mi guarda, parla con mio padre e grida verso di me parole che non sento. Alla sua vista e alle sue parole, la forza che è in me mi sbatte forte a terra: mi sento solo, chiuso in questa gabbia eterna, voglio solo morire. Mi sento scuotere ancora, l'onda di paura e di tristezza piano piano se ne vanno; la gabbia di ghiaccio si scioglie, mi sento svuotato. Allora lui prende la mia mano, mi fa alzare. Vedo la luce dei suoi occhi, sento il calore della sua mano; finalmente riesco a stare in piedi perché lo voglio io. Allora vedo che anche gli occhi di mio padre sono cambiati, brillano di una luce di gioia. Gesù ha scacciato le forze oscure dentro di me perché mio padre crede e mi ama molto. Ora vedendo mio padre felice, anch'io riesco a provare una gioia profonda che riempie il vuoto che sentivo.

Ecco Signore, mi chiedo spesso cosa sia il mistero del male, che esiste, lo sappiamo, è nel mondo, è dentro di noi, è dentro di me. Desidero il bene, ma nonostante questo mi accorgo che certe volte il male prevale, come una forza più forte che mi possiede, ci possiede, in modo inconsapevole. Come faccio a lottare perché ciò non avvenga o avvenga il meno possibile?

Con la preghiera- “Questa specie di demòni non si può scacciare in alcun modo, se non con la preghiera.”

Certo, il più delle volte il male non lo scegli, ti possiede, avviene senza la nostra volontà, la sola cosa è la preghiera che ci dà la forza di conoscerlo e di respingerlo dal nostro cuore, dai nostri pensieri e dalle nostre azioni, ogni giorno, ogni ora.

Grazie Signore di questa preghiera, io voglio credere e tu mi aiuti nella mia incredulità.