

Sintesi del metodo della contemplazione immaginativa

Preghiera iniziale

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.
C.M. Martini

Condivisione di uno dei brevi scritti nati dalla preghiera su Mc 9,2-8, Mc 9,14-29 o Mc. 10,13-16.

Preghiera guidata:

Mc 11,1-11, Gesù a Gerusalemme

¹ Quando furono vicini a Gerusalemme, verso Bètfage e Betània, presso il monte degli Ulivi, mandò due dei suoi discepoli ²e disse loro: «Andate nel villaggio di fronte a voi e subito, entrando in esso, troverete un puledro legato, sul quale nessuno è ancora salito. Slegatelo e portatelo qui. ³E se qualcuno vi dirà: «Perché fate questo?», rispondete: «Il Signore ne ha bisogno, ma lo rimanderà qui subito». ⁴Andarono e trovarono un puledro legato vicino a una porta, fuori sulla strada, e lo slegarono. ⁵Alcuni dei presenti dissero loro: «Perché slegate questo puledro?». ⁶Ed essi risposero loro come aveva detto Gesù. E li lasciarono fare. ⁷Portarono il puledro da Gesù, vi gettarono sopra i loro mantelli ed egli vi salì sopra. ⁸Molti stendevano i propri mantelli sulla strada, altri invece delle fronde, tagliate nei campi. ⁹Quelli che precedevano e quelli che seguivano, gridavano:

«Osanna!

Benedetto colui che viene nel nome del Signore!

¹⁰*Benedetto il Regno che viene, del nostro padre Davide!*

Osanna nel più alto dei cieli!».

¹¹Ed entrò a Gerusalemme, nel tempio. E dopo aver guardato ogni cosa attorno, essendo ormai l'ora tarda, uscì con i Dodici verso Betània.

Mc 11,15-19, Gesù scaccia i venditori dal tempio

¹⁵Giunsero a Gerusalemme. Entrato nel tempio, si mise a scacciare quelli che vendevano e quelli che compravano nel tempio; rovesciò i tavoli dei cambiamonete e le sedie dei venditori di colombe ¹⁶e non permetteva che si trasportassero cose attraverso il tempio. ¹⁷E insegnava loro dicendo: «Non sta forse scritto:

La mia casa sarà chiamata

casa di preghiera per tutte le nazioni?

Voi invece ne avete fatto un covone di ladri».

¹⁸Lo udirono i capi dei sacerdoti e gli scribi e cercavano il modo di farlo morire. Avevano infatti paura di lui, perché tutta la folla era stupita del suo insegnamento. ¹⁹Quando venne la sera, uscirono fuori dalla città.

Mc 14,3-9, A Betània: gesto profetico di una donna

³ Gesù si trovava a Betània, nella casa di Simone il lebbroso. Mentre era a tavola, giunse una donna che aveva un vaso di alabastro, pieno di profumo di puro nardo, di grande valore. Ella ruppe il vaso di alabastro e versò il profumo sul suo capo. ⁴Ci furono alcuni, fra loro, che si indignarono: «Perché questo spreco di profumo? ⁵Si poteva venderlo per più di trecento denari e darli ai poveri!». Ed erano infuriati contro di lei. ⁶Allora Gesù disse: «Lasciatela stare; perché la infastidite? Ha compiuto un'azione buona verso di me. ⁷I poveri infatti li avete sempre con voi e potete far loro del bene quando volete, ma non sempre avete me. ⁸Ella ha fatto ciò che era in suo potere, ha unto in anticipo il mio corpo per la sepoltura. ⁹In verità io vi dico: dovunque sarà proclamato il Vangelo, per il mondo intero, in ricordo di lei si dirà anche quello che ha fatto».

Mc 14, 32-40, **Al Getsèmani**

³²Giunsero a un podere chiamato Getsèmani ed egli disse ai suoi discepoli: «Sedetevi qui, mentre io prego». ³³Prese con sé Pietro, Giacomo e Giovanni e cominciò a sentire paura e angoscia. ³⁴Disse loro: «*La mia anima è triste* fino alla morte. Restate qui e vegliate». ³⁵Poi, andato un po' innanzi, cadde a terra e pregava che, se fosse possibile, passasse via da lui quell'ora. ³⁶E diceva: «Abbà! Padre! Tutto è possibile a te: allontana da me questo calice! Però non ciò che voglio io, ma ciò che vuoi tu». ³⁷Poi venne, li trovò addormentati e disse a Pietro: «Simone, dormi? Non sei riuscito a vegliare una sola ora? ³⁸Vegliate e pregate per non entrare in tentazione. Lo spirito è pronto, ma la carne è debole». ³⁹Si allontanò di nuovo e pregò dicendo le stesse parole. ⁴⁰Poi venne di nuovo e li trovò addormentati, perché i loro occhi si erano fatti pesanti, e non sapevano che cosa rispondergli.

Istruzioni: Sintesi del metodo della contemplazione immaginativa.

Per la preghiera personale, a casa:

1. Dedicando a ciascun brano quanto più tempo possibile, prego su Mc 11,1-11, Mc 11,15-19, Mc 14,3-9 e Mc 14,32-40. Al termine di ogni tempo di preghiera, dopo il colloquio e il *Padre nostro*, faccio una "revisione" della mia esperienza rispondendo alle domande: Io chi ero, durante la preghiera? Come ho interagito con gli altri personaggi del racconto? Come abbiamo interagito io e Gesù? Che cosa ho provato durante la preghiera. In che modo questa esperienza arricchisce la mia vita e la mia relazione con Gesù, con me stesso e con gli altri?
2. Scrivo un breve testo sulla mia esperienza di preghiera su Mc 11,1-11, Mc 11,15-19, Mc 14,3-9 e Mc 14,32-40 per la **condivisione** del prossimo incontro, **mercoledì 3 aprile 2019**.
3. Ogni sera, dedico 15/20 minuti all'*esame di coscienza*, prestando particolare attenzione all'eventuale presentarsi durante la giornata di richiami alle intuizioni e alle emozioni provate pregando sui testi evangelici.
4. Compilo e invio il **questionario** sulla mia esperienza di contemplazione immaginativa a guia.sambonet@sanfedele.net, entro **mercoledì 27 marzo**.



Ingresso a Gerusalemme, San Marco, Venezia



Tempio di Erode, Gerusalemme, modello



Andrea Solario, Maria Maddalena, c. 1524



Masaccio, Orazione nell'orto, 1465