

Nel 1° Mistero Gaudioso, si legge e si medita indisturbatamente:

SCHEDA SISTEMATICA per il  
METODO di PREGHIERA – ADP-VV  
(A cura dei Piccoli Frati e Suore di Gesù e Maria)

(A15 - Fr. S.M.P.)

# “L’Annuncio dell’Angelo Gabriele a Maria”...



## DAL VANGELO SECONDO - LUCA - :

«L’Angelo Gabriele fu mandato da Dio in una città della Galilea, chiamata Nàzaret, a una Vergine [...] Entrando da lei, disse: “Rallégrati, piena di grazia: il Signore è con te”» (Lc 1,26-28)<sup>1</sup>

## MEDITAZIONE SUL MISTERO:

Scopriamo e impariamo una delle più spiccate “Virtù di Maria”: la Riflessione nel Silenzio, sulle cose Celesti e Straordinarie. Sì, perché l’Acqua Buona si trova solo dopo che si scava tanto - tanto, e indisturbatamente, nel silenzio (cfr. Ap 21,6-8). (SLC, p. 1; 7)

## DAGLI INSEGNAMENTI DELLA CHIESA CATTOLICA:

- A proposito di silenzio, così dice Santa Teresa di Calcutta: «Non possiamo metterci direttamente alla presenza di Dio senza impegnarci ad un silenzio interiore ed esteriore. Dobbiamo abituarci perciò al silenzio dello Spirito, degli occhi e della lingua [...] Dio non si può trovare né nel rumore, né nell’agitazione». (TERESA DI CALCUTTA, *Con tanto amore. Pensieri*, a cura di D. Stefano Varnavà, EDB, Bologna 1993, p. 78)

<sup>1</sup> Testo CEI 2008

## LIBERA MEDITAZIONE

(per un contributo personale da dare agli altri che ascoltano):

- .....
- .....

Poi a seguire ...

- 1 Padre Nostro ...
- 5 Ave Maria ...
- 1 Gloria al Padre ... (Cantate)

- Lodato sempre sia ...
- O Gesù mio, perdona ...
- Maria, Regina della Pace ...

- Poi, un Possibile canto flash attinente al Mistero / oppure cantando si dice: “Aveeeee, Aveeeee, Ave Maria...”

Poi si passa al prossimo Mistero, che per quanto possibile deve durare (come questo) non più di 5-7 minuti...