

Nel 2° 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)

(B8 - Sr. E.M.T.)

## “ *La Visitazione di Maria a Santa Elisabetta* ”...

### DAL VANGELO SECONDO - *LUCA* - :

«*Maria disse: “L’anima mia magnifica il Signore e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore, perché ha guardato l’umiltà della sua serva”*» (Lc 1,46-48)<sup>1</sup>

### MEDITAZIONE SUL MISTERO:

Maria, ottieni anche a noi la Grazia di poterci mettere in cammino verso l’alto nell’aiutare il prossimo bisognoso, specialmente nei suoi bisogni spirituali. Se faremo questo, secondo il tuo esempio nella Visitazione, allora sì che – come te – troveremo tanti segni di benevolenza e di conferma, che ci faranno veramente esultare e cantare in qualche modo il *Magnificat*, nostra carissima Madre. (cfr. *SLC*, p. 82)

### DAGLI INSEGNAMENTI DELLA CHIESA CATTOLICA:

- A proposito di magnificare il Signore, così dice San Beda il Venerabile: «*Chi trascurerà di magnificare, per quanto sta in lui, il Signore [...] sarà considerato il minimo nel Regno dei Cieli*».

(BEDA IL VENERABILE, in: *Uff. d. Lett.*, 22 Dicembre)

<sup>1</sup> Testo CEI 1974

### 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...