

Nel 4° Mistero Doloroso, si legge e si medita indisturbatamente:

“Gesù carico della Croce”...

DAL VANGELO SECONDO - **MATTEO** -:

«Venite a me, voi tutti, che siete affaticati e oppressi, e io vi ristorerò [...]. Il mio giogo infatti è dolce e il mio carico leggero» (Mt 11,28.30)¹

MEDITAZIONE SUL MISTERO:

Signore, donaci la Grazia di saper discernere tutti i giorni quale Croce prendiamo, per non sbagliare prendendo sulle nostre spalle anziché la tua dolce e leggera Croce, l'affaticante e opprimente croce del mondo. (cfr. *SLC*, pp. 335-336)

DAGLI INSEGNAMENTI DELLA CHIESA CATTOLICA:

- A proposito di quale sia il giogo del Signore, così afferma San Massimo il Confessore: *«Il giogo sono i comandamenti o la vita vissuta secondo i precetti evangelici».*

(MASSIMO IL CONFESSORE, in: *Uff. d. Lett.*, Mer. IV sett. di Quaresima)

¹ 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...