

La visita a Isabel

(retoma unos aspectos de la ficha del manual de OI)

Presencia de Dios

Considerar como Dios me mira. Callar todo el cuerpo. Cerrar los ojos. Realizar tres respiraciones profundas.

Invitar a escuchar los ruidos exteriores, y tras unos segundos, invitar a concentrarse en los ruidos interiores, tales como el latido del corazón o el ritmo de la respiración; o invitar a relajar las distintas partes del cuerpo: los pies, las rodillas, la cintura, el tronco, la cabeza.

Luego imaginar a alguien que se acerca: Jesús. Nos mira con mucho amor. Quiere ser nuestro mejor amigo, tiene algo que decirnos hoy a cada uno de nosotros. Vamos a escuchar su Palabra. Abrir los ojos.

Historia

Lucas 1, 39–48

³⁹ *En aquellos días, María partió y fue sin demora a un pueblo de la montaña de Judá.*

⁴⁰ *Entró en la casa de Zacarías y saludó a Isabel. ⁴¹ Apenas esta oyó el saludo de María, el niño saltó de alegría en su seno, e Isabel, llena del Espíritu Santo, ⁴² exclamó: «¡Tú eres bendita entre todas las mujeres y bendito es el fruto de tu vientre! ⁴³ ¿Quién soy yo, para que la madre de mi Señor venga a visitarme? ⁴⁴ Apenas oí tu saludo, el niño saltó de alegría en mi seno. ⁴⁵ Feliz de ti por haber creído que se cumplirá lo que te fue anunciado de parte del Señor».*

⁴⁶ *María dijo entonces: «Mi alma canta la grandeza del Señor,*

⁴⁷ *y mi espíritu se estremece de gozo en Dios, mi salvador,*

⁴⁸ *porque el miró con bondad la pequeñez de tu servidora.*

Petición

Señor, dame la gracia de conocerte internamente, para amarte cada día más y seguirte con mucha confianza.

Contemplación (si 4 momentos les parece mucho se puede elegir 2 o 3).

v. 39 **María, la servidora del Señor se dirige hacia la casa de Isabel**

Recordar la Anunciación. El ángel Gabriel anunció a María que iba a ser la madre del Salvador, Jesús, el Hijo de Dios, que iba a ser concebido por el Espíritu Santo, Espíritu de Dios. Pero también le anuncia el Ángel que Isabel, su pariente está esperando un bebe, ya desde hace 6 meses e Isabel ya es un poco anciana y todo el mundo pensaba que no podía tener hijos. Pero nada es imposible para Dios.

Entonces, una vez que el Ángel se retiró, María se quedó pensando en su pariente Isabel, ¿cómo iba a hacer siendo vieja y embarazada y encima tenía que hacer todas las cosas de la casa sola?

Además, quizás tenía ganas de compartir la misma alegría con ella. De hecho las dos quedaron embarazadas por la acción de Dios, aunque de manera distinta. En todo caso, María debe haber sentido dentro suyo que Dios la impulsaba a ir a visitar a Isabel, en las montaña donde vivía con su esposo Zacarías.

Vamos a imaginarnos el viaje de María la casa de Isabel, en las montañas. Un viaje largo, cansador ¿Cómo era el camino?... imagina qué siente María, en qué piensa... imagina qué siente Jesús dentro de la pancita de su Mamá.

Dejar un momento de silencio.

¿Alguien pudo imaginar algo? ¿Quién se anima a compartir?

vv 40 – 45 Bendita tú eres entre todas las mujeres

Después del largo viaje, cuando llegó, María golpeó la puerta y salió Isabel a recibirla. Cuando Isabel escuchó la voz de la Virgen ¿qué pasó con su bebé Juan? Empezó a patear de alegría en la pancita porque sintió la presencia de Jesús. Juan estaba lleno de Espíritu Santo, el Espíritu de Dios, Espíritu de amor, de luz, de alegría que permite entender con el corazón lo invisible. Y Juan transmitió el Espíritu Santo a su madre, entonces Isabel entendió que su pariente María ¡estaba también embarazada y esperando nada más y nada menos que al Salvador, el Hijo de Dios!

Por eso ¿cómo la saludó Isabel a María? ¿qué le dijo? (Bendita tu eres entre todas las mujeres y bendito el fruto de tu vientre).

Vamos a imaginarnos el abrazo entre María, Isabel... y los dos bebés: Juan y Jesús. ¿Qué sintieron?

Compartir.

vv 46 – 48 María, canta a Dios

La Virgen estaba tan contenta por lo que Dios estaba haciendo con Isabel a la que le dio un hijo, y por lo que hacía con ella, que había sido elegida para ser Mamá de Dios. Entonces se puso a cantar llena de alegría dándole gracias a Dios por ser tan bueno, tan misericordioso. ¿Quizás también se puso a bailar? 2000 años después los cristianos todavía cantan el mismo canto que cantó María en este momento, especialmente en la oración de la tarde que se llama « vísperas ».

Vamos a imaginarnos a María que siente mucha alegría y tiene muchas ganas de decir su alegría a Dios ¿qué hace María?... Imagina que estás presente con María ¿qué haces al escuchar ese canto tan lindo?

Compartir.

El servicio de María

María se quedó unos tres meses en casa de Isabel, hasta que nació Juan el Bautista. Isabel quedó muy contenta con la presencia de la Virgen ¡y de Jesús en la pancita de la Virgen! Y María se pasaba todo el día acompañando a Isabel y haciendo las cosas de la casa.

Vamos a imaginarnos qué hacía María. Qué sentía.

Compartir.

Coloquio

Cambiamos de lugar, nos sentamos en la alfombra, nos acercamos a Jesús y nos hacemos muy pequeños para encontrarlo en el silencio. El Espíritu de Dios da la vida, el conocimiento por el corazón, la alegría, como lo vimos aquí. Le podemos decir a Dios y a María que nosotros también queremos recibir este Espíritu Santo. También le podemos pedir algo a María tan llena del Espíritu de Dios.

Terminamos rezando un Padre Nuestro y/o un Ave María.