

«Camminare con Ignazio... nel tuo Cammino Ignaziano»

« Íñigo 500... cinquecento anni dopo di lui! »



Un laboratorio spirituale itinerante con P. Josep Lluís Iriberry, sj.

Libro dei pellegrini

Contenuto

1.	Canto dei pellegrini.....	1
2.	Programma: 30 giorni di pellegrinaggio 540 km (335 miglia).....	1
3.	Comprendere il nostro pellegrinaggio.....	4
3.1.	Essere un pellegrino.....	4
3.1.1.	Partire in pellegrinaggio.....	4
3.1.2.	Ignazio di Loyola: il pellegrino.....	4
3.1.3.	Il MAGIS (di più) di Ignazio nel nostro pellegrinaggio.....	4
3.1.4.	Come vivere il MAGIS (il di più) oggi?.....	5
3.2.	Principi ispiratori.....	5
3.2.1.	Pellegrini con Cristo nel mondo e camminando insieme	5
3.2.2.	Esperienza - dove avviene l'incontro.....	6
3.2.3.	Cinque pilastri.....	6
4.	Incontro introduttivo.....	8
5.	Pregchiere comuni.....	9
6.	Guida alla preghiera per il Cammino Ignaziano.....	10
7.	Pregchiere quotidiane.....	12
	Appendice.....	52
	La leadership eroica guidata dal Magis è una ricerca personale quotidiana.....	52
	Dio vuole la nostra amicizia.....	53
	Veglia della Madonna, seguendo Ignacio	54

1. Canto dei pellegrini

“Il canto del servo”

Fratello, sorella, lasciami servirti.
Lascia che io sia come Cristo per te.
Pregate affinché io possa avere la
grazia di lasciarvi essere anche voi miei
servi.

*Siamo pellegrini in viaggio. Siamo
compagni di strada. Siamo qui per
aiutarci a vicenda
Percorrere il miglio e condividere il
carico.*

Terrò la luce di Cristo per voi Nella
notte della vostra paura.
Ti tenderò la mano; ti dirò le parole di
pace che desideri sentire.

Piangerò quando piangerai. Quando
riderai, riderò con te. Condividerò la tua
gioia e il tuo dolore
fino alla fine di questo viaggio.

Quando canteremo a Dio in cielo
Troveremo tale armonia
Nata da tutto ciò che abbiamo
conosciuto insieme Dell'amore e
dell'agonia di Cristo.

Fratello, sorella, lasciami servirti.
Lascia che io sia come Cristo per te.
Prega affinché io possa avere la grazia
Di lasciarti essere anche tu mio
servitore.

Richard Gillard, Nuova Zelanda 1976

2. Programma: pellegrinaggio di 30 giorni, 540 km (335 miglia).

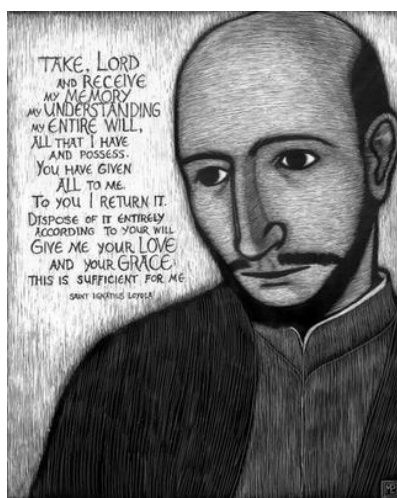
Giorno / Data	Tappa	KM	Colazione	Pranzo	Cena	Alloggio – pernottamento	Attività
0 / 5 ottobre	Arrivo in volo a Spagna e Loyola	0	Da solo	Da soli	Jesús María	Casa de Espiritualidad Jesus Maria, Azpeitia, Avenida Loiola, 24, Tel: 943 811 034 // 635 759 890	19:00 Primo incontro introduttivo
1 / 6	Loyola	7	Jesús María	Ristorante ad Azpeitia	Jesús María	Casa di spiritualità Jesús María	Visita al Santuario, alla casa della famiglia di Ignazio, alla parrocchia, all'ostello Chiesa di Santa Magdalena Olatz, Messa al Santuario
2 / 7	Loyola - Legazpi	25	Jesús María	Pranzo al sacco Jesús María	Hotel Mauleón	Hotel Mauleón C/ Nafarroa, 16. Tel: 943 730 870 / 609 245 525	Acquista il pranzo per domani
3	Legazpi - Arantzazu	18	Hotel Mauleón	Da solo	Goiko Benta	Ostello Goiko Benta 943 781 305	Visita al Santuario di Arantzazu, Messa al del Santuario
4 / 9 Domenica	Arantzazu – Araia – Eguino	25	Goiko Benta	Pranzo al sacco Goiko Benta	Casa Oración (casa di ritiro) Haiztur Eguino	Casa de Oración Haiztur San Esteban Kalea, 1 - Eguino 945 31 46 37	
5 / 10	San Roman – Ullibarri (Santa Cruz Campezo)	18	Casa Oración Haiztur	Casa Oración Haiztur Pranzo al sacco	Ristorante a Santa Cruz	Ostello per pellegrini Aterpea a Santa Cruz de Campezo Arrabal Kalea 97, 945 212 051	Autobus privato PÉREZ per accorciare il tragitto da Eguino a San Román e da Ullibarri a Santa Cruz Comprare il pranzo per domani
6 / 11	Santa Cruz – Kripan (Laguardia)	25	Del pellegrino Ostello Aterpea	Da solo	Hotel Marixa	Hotel Marixa Paseo Sancho Abarca 945 600 165. Laguardia	Autobus privato PÉREZ Kripan-Laguardia. Visita La Guardia città medievale

7 / 12	Laguardia - Fuenmayor	16	Hotel Marixa	Bar a La Puebla de Labarca (panino)	Ristorante La Vega	Rifugio per pellegrini a Fuenmayor	Visita alla chiesa parrocchiale e alla vecchia cantina
8 / 13	Fuenmayor - Navarrete	6	Da solo a Fuenmayor	Ristorante El Molino	Da solo	Posada Ignatius – Navarrete Plaza de Arco, 4 941 12 40 94	Visita della città e messa nella parrocchia.
9 / 14	Navarrete - Logroño	16	Posada Ignatius	Da solo a Logroño	Rifugio per pellegrini Albas.	Albergue de peregrinos Albas Plaza Martínez Flamarique, 4 Tel: 688 766 475	Visita il centro storico di Logroño, la parrocchia di Sant'Ignazio. Compra qualcosa da mangiare per la colazione e il pranzo di domani
10 / 15	(Logroño) Agoncillo – Alcanadre (Alfaro)	20	Rifugio dei pellegrini Albas.	Da soli	Hotel HM	Hotel HM Alfaro C/San Anton, 32, Alfaro, 941 180 056	Autobus pubblico per accorciare il tragitto. Treno per accorciare il tragitto.
11 / 16 Domenica	Alfaro - Tudela	26	Hotel HM	Hotel HM Pranzo al sacco	Hotel Delta NH	Hotel Delta NH Av. Zaragoza, 29, 948 82 14 00	Visita al centro storico
12 / 17	(Tudela) Gallur – Alagón (Saragozza)	22	Hotel Delta NH	Bar Cubero Ristorante (panino)	Ristorante Caball	Hotel Sauce, Calle Espoz y Mina, 33, Saragozza, 976 20 50 50	Treno per accorciare il tragitto.
13 / 18	Giorno libero a Saragozza	6	Hotel Sauce	Da solo	Ristorante Pizza di Napoli	Hotel Sauce	Visita la Basilica del Pilar, il Palazzo dell'Aljaferia e dintorni
14 / 19	Saragozza – Fuentes de Ebro	30	Hotel Sauce	Bar La Pista, El Burgo de Ebro (panino)	Ostello a Fuentes de Ebro	Fuentes de Ebro: Ostello Texas Calle Mayor, 15, Fuentes de Ebro, Tel: 976160419	
15 / 20	Fuentes de Ebro (Pina de Ebro) – Venta de Santa Lucía (Bujaraloz)	18	Ostello Texas	Ristorante Venta de Santa Lucía	Ostello El Español	Ostello El Español, 976 173 192 / 976 173 043. Bujaraloz	Autobus pubblico per accorciare il tragitto tra Fuentes de Ebro e Pina de Ebro. Un altro autobus pubblico da Venta a Bujaraloz.
16	Bujaraloz - Candanos (Alcarràs)	23	Hostal El Español	Ristorante El Pilar, Candanos	Ostello Can Peixan	Hotel Ristorante Can Peixan, Avinguda de Catalunya, 78, 25180 Alcarràs, Lleida	Autobus pubblico per accorciare il tragitto.
17 / 22	Alcarràs - Lleida	14	Ostello Can Peixan	Da solo a Lleida	Hotel Real Lleida	Hotel Real Avinguda de Blondel, 22, Tel. 973 239 405	Visita gratuita di Lleida. Ritrovo con tutti i pellegrini alla reception dell'Hotel Real alle 18:30. Messa a Sant Ignàci Parrocchia
18 / 23 Domenica	Lleida – Palau d'Anglesola	24	Hotel Real Lleida	Bar – Bell-lloc	Pensioen Sant Antoni	Pensioen Sant Antoni C/ Sant Antoni, 7. 973 602 158.	
19 / 24	Palau d'Anglesola - Verdú	25	Pensione Sant Antoni	Pranzo al sacco Pensione Sant Antoni	Ristorante Cal Terrisser	Ostello dei pellegrini San Pietro Claver 616 893 602	Visita al Santuario
20 / 25	Verdú - Cervera	18	Ostello dei pellegrini Sant Pere Claver	Ostello dei pellegrini Sagrada Familia	Ostello dei pellegrini Sagrada Familia	Ostello per pellegrini Residencia Religiosas Sagrada Familia, Calle Mayor, 57. 973 530 805.	Visita guidata del centro storico
21 / 26	Cervera – Jorba	33	Residencia Sagrada Familia	Bar La Panadella (panino)	Rifugio San Giacomo	Ostello dei pellegrini Saint James Plaza de la Fuente, 3, 93 809 41 01	

22 / 27	Jorba – Montserrat	20	Rifugio Saint James	Pranzo al sacco Rifugio Saint James	Ristorante Abad Oliva	Ostello per pellegrini Abad Oliva, Montserrat	Trasporto pubblico in autobus per accorciare il tragitto. 18:45 Preghiera dei monaci
23 / 28	Giorno di riposo a Montserrat	8	Ristorante Abad Oliva	Pranzo al sacco Montserrat Abad Cisneros	Ristorante Abad Cisneros	Ostello dei pellegrini Abad Oliva, Montserrat	Messa delle 11:00 al monastero Tempo libero 21:45 Veglia di preghiera
24 / 29	Montserrat - Manresa	25	Abad Oliva	Bar Montserrat, (panini)	Casa di ritiro - Casa de Espiritualidad SJ – La Cova	Casa de Espiritualidad SJ – La Cova, Passatge de la Cova, s/n 938 720 422.	7:15 Messa mattutina nella cappella di Nostra Signora
25 / 30 Domenica	Manresa	10	Casa de Espiritualidad SJ – La Cova	Casa di Spiritualità SJ – La Cova	Casa di Spiritualità SJ – La Cova	Casa di Spiritualità SJ – La Cova	Breve passeggiata alla chiesa di Viladordis. Visita al Santuario della Cova, visita a Manresa ignaziana Manresa.
26 / 31 ott	Manresa - Barcellona	8	Casa di Spiritualità SJ – La Cova	Casa de Espiritualidad SJ – La Cova	Ristorante Fresco Casp / Llúria	Residenza religiosa Lopez Vicuña Carrer del Consell de Cent, 397 Tel: 934 87 65 94 // 656 532 956	Mattina: film Ignatian Way. Pomeriggio: autobus privato per Barcellona. Visita alla Barcellona ignaziana
27 novembre	Barcellona	8	Da solo	Da solo	Ultima cena! Ristorante Núria	Residenza religiosa Lopez Vicuña	9:30 Visita alla Sagrada Família. Visita libera a Barcellona 18:30 Valutazione finale del pellegrinaggio.
28 / 2	Barcellona	8	Da soli	Da soli	Da solo	Residenza religiosa Lopez Vicuña	Visita gratuita o volo di ritorno a casa
29 / 3 Nov Giovedì	Volo di ritorno a casa		Per conto proprio	Visita libera o volo di ritorno a casa			

Camminiamo con Ignazio, vivendo nel momento presente!

«Il momento presente è quindi come un deserto, dove l'anima semplice vede solo Dio, e Lui se ne gode, senza preoccuparsi di nient'altro che di ciò che vuole da esso: tutto il resto è lasciato da parte, dimenticato, abbandonato alla Provvidenza». *Jean-Pierre de Caussade sj. (†1751)*



Mentre iniziamo insieme questo viaggio spirituale, recitiamo questa preghiera di Sant'Anselmo di Canterbury, che egli rivolse a Dio all'inizio di una delle sue opere teologiche:

Insegnami a cercarti,
e rivelati a me mentre ti cerco; perché se
non mi istruisci
non posso cercarti,
e se Tu non mi riveli Te stesso non
posso trovarti.
Lascia che ti cerchi desiderandoti;
lascia che ti desideri cercandoti.
Lascia che ti trovi amandoti;
fammi amarti nel trovarti.

3. Comprendere il nostro pellegrinaggio

(Adattiamo il testo e prendiamo le idee e la metodologia dal "Libro Rosso" dell'esperienza MAGIS dei Gesuiti 2011)

3.1. Essere pellegrini

3.1.1. Andare in pellegrinaggio

Un pellegrino è una persona che intraprende un lungo viaggio per motivi sacri o spirituali. I pellegrini spesso attraversano terre straniere, verso luoghi che hanno un significato religioso. Le grandi religioni hanno i loro pellegrini e i loro luoghi di pellegrinaggio. Il Corano richiede ai musulmani di recarsi alla Mecca una volta nella vita, se possibile. Gli ebrei e i cristiani si recano a Gerusalemme e visitano la Terra Santa. Altre destinazioni tradizionali di pellegrinaggio per i cristiani sono state Roma, Canterbury o Santiago de Compostela. Anche alcuni santuari mariani sono meta di pellegrinaggi, come Fatima in Portogallo (5 milioni di pellegrini ogni anno!), dove la Vergine Maria apparve a tre giovani pastori, Lourdes in Francia (7 milioni di pellegrini ogni anno!), Walsingham in Inghilterra e Czestochowa in Polonia. Negli ultimi decenni molti giovani hanno trovato a Santiago de Compostela (3 milioni di pellegrini) o a Taizé, in Francia, un altro luogo chiave nella loro ricerca spirituale.

Essere pellegrini e andare in pellegrinaggio sono metafore del viaggio spirituale che ogni persona compie durante la propria vita. Come esseri umani percorriamo un cammino interiore verso Cristo e uno esteriore che ci conduce, ogni giorno, verso gli altri. Sant'Agostino lo esprime bene quando dice: «Il nostro cuore è inquieto finché non riposa in te». Nell'Autobiografia, Sant'Ignazio si definisce «il pellegrino» e si descrive come colui che cerca conforto e forza solo in Dio.

Essere pellegrini richiede coraggio: il coraggio di lasciare ciò che è familiare per l'ignoto. Il pellegrino deve confidare in Dio mentre incontra nuovi luoghi e nuove persone lungo il cammino. Essere pellegrini è difficile. Bisogna percorrere lunghe distanze. Si hanno pochi beni e si porta con sé poco bagaglio. Si possono incontrare imprevisti e si devono affrontare difficoltà. Durante il pellegrinaggio si incontrano continuamente altre persone. Condividere e sostenersi a vicenda è di grande aiuto per trasformare degli estranei in compagni di viaggio. Dio si rende presente attraverso le persone che il pellegrino incontra durante il suo viaggio. I pellegrini devono rimanere attenti ai segni, vigili nel riconoscere la presenza e la guida di Dio negli innumerevoli piccoli dettagli lungo il cammino.

E così la «Via Ignaziana» vuole essere un pellegrinaggio, condiviso da anziani e giovani di tutto il mondo, che intraprendono insieme un viaggio spirituale.

3.1.2. Ignazio di Loyola: il pellegrino

Ignazio di Loyola nacque nel 1491. Era il figlio più giovane di una grande famiglia della nobiltà basca (era il tredicesimo figlio). Crescendo, fu educato agli ideali della cavalleria medievale: onore, fama e coraggio. A 30 anni il suo ginocchio destro fu distrutto da una palla di cannone, ponendo fine alla sua carriera militare. Il processo di recupero durò mesi e richiese operazioni dolorose. Di fronte alla possibilità della morte e del fallimento durante questo processo, Ignazio, convalescente nella casa-torre della famiglia a Loyola, iniziò a riflettere sul suo passato e a pensare al futuro. Cominciò a percepire Dio in un modo nuovo e ebbe le sue prime intuizioni sui diversi spiriti, i movimenti interiori di Dio nella sua anima. La vita dei santi lo affascinava e, poco a poco, si rese conto della necessità di orientare la sua vita alla maggiore gloria di Dio. Ignazio divenne un pellegrino. Rimase quasi un anno a Manresa, vicino a Montserrat, in preghiera e penitenza. Si immerse nelle profondità dell'esperienza umana, che includeva una profonda depressione, il rimorso per la sua vita passata fino al punto di avere pensieri suicidi. Tuttavia, durante questo periodo Dio lo guidò e lui capì che la vita che Dio ci dona non ha nulla a che vedere con grandi gesta eroiche, ma piuttosto con la pace, l'equilibrio, la speranza e la fiducia. Rendendosi conto che dopo la tempesta arriva la luce e la gioia, tutto ciò che aveva vissuto lo portò a vedere la natura umana, il mondo e Dio in un modo nuovo. Tutte queste esperienze e intuizioni furono raccolte nei suoi Esercizi Spirituali.

Dopo un pellegrinaggio a Gerusalemme, dove non gli fu permesso di rimanere, Ignazio decise di studiare prima a Barcellona e poi ad Alcalá e Salamanca. Voleva diventare sacerdote per aiutare gli altri a scoprire Dio. Infine, i suoi studi lo portarono dalla Spagna a Parigi. Insieme a sei amici, nel 1534 fece voto di povertà e castità. Non potendo recarsi in pellegrinaggio a Gerusalemme con l'intenzione di rimanervi, come era loro intenzione originaria, nel 1538 si offrirono a Papa Paolo III affinché li inviassero in qualsiasi parte del mondo. Nel 1539 fondarono la Compagnia di Gesù, che fu approvata l'anno successivo dal Papa. Un anno dopo Ignazio fu eletto primo Superiore Generale dell'Ordine. Da quel momento continuò a vivere a Roma. Morì il 31 luglio 1556, alla guida di un Ordine che ormai contava più di 1000 membri in tutto il mondo. Nel 1622 fu canonizzato e la sua festa si celebra il 31 luglio.

3.1.3. Il MAGIS (di più) di Ignazio nel nostro pellegrinaggio

«Camminare con Ignazio... nel tuo Cammino Ignaziano» è qualcosa che ci spinge ad andare oltre, «magis», di più, tutti noi. Anche Sant'Ignazio voleva di più: voleva diventare santo, ancora più santo di quelli di cui leggeva mentre era in convalescenza a Loyola. Per diventare santo, pensò di digiunare di più, pregare di più, fare più penitenza... finché non si rese conto che non era quello che Dio voleva.

Ciò che Ignazio scoprì era qualcosa che aiuta a prendere le decisioni giuste. Capì che le scelte difficili che

dobbiamo normalmente fare non sono tra il bene e il male (dando per scontato che dobbiamo sempre scegliere il bene), ma tra una cosa buona e un'altra. In tali dilemmi, egli capì che il "magis" consisteva nello scegliere ciò che era "per la maggiore gloria di Dio". In altre parole, ciò che ci avvicina di più a ciò che Dio si aspetta da noi.

L'esperienza di «Camminare con Ignazio... nel tuo Cammino Ignaziano» è diversa per ogni pellegrino, poiché ognuno di noi ha un rapporto unico e distinto con Dio e una vocazione personale. Non esiste un'esperienza standard omogenea che valga per tutti. Non si possono fare paragoni. Vivere il pellegrinaggio significa cercare di conoscere se stessi ed essere consapevoli della propria vita interiore. Implica fidarsi della guida di Dio e sapere che Egli ha un sogno per te. Vivere il pellegrinaggio significa aprirsi alla scoperta di ciò che Dio vuole insegnarti. A volte è ciò che meno vogliamo ammettere. Ma per ciascuno di noi, come per Ignazio, la più grande felicità è imparare, sempre più chiaramente, a scoprire Dio nella nostra vita.

3.1.4. Come vivere il MAGIS (il di più) oggi?

E oggi? È ancora possibile vivere il "magis" ignaziano? La risposta è "sì!". Come Ignazio, possiamo imparare a cercare ciò che ci avvicina a Dio. Dio è ancora presente al crocevia della storia e nel cuore degli uomini e delle donne del nostro tempo. Il suo Spirito ci chiama a vivere una "vita in pienezza", impegnati nel compito incessante ma appassionante di scoprire le sue tracce in ogni cosa e di lavorare con lui per un mondo più giusto e fraterno. La superficialità e l'autocompiacimento sono i nostri nemici più grandi, e corriamo il rischio di rimanere bloccati in una vita mediocre, "soddisfatti" di ciò che abbiamo o facciamo. E in questo "uscire all'aperto" verso gli altri e nell'impegno per il Regno, siamo sorpresi di scoprire che è il dare (e il donare se stessi!) che ci riempie di felicità e gioia.

Forse l'epoca in cui ci troviamo a vivere, in cui sembra che Dio sia meno conosciuto, può essere un «tempo di grazia», un'occasione per (ri)scoprire la presenza di Gesù nel profondo del nostro cuore, nei desideri e nei sogni che vivono in noi. Ed è a Lui che chiediamo: «Signore, cosa vuoi che io faccia?». Karl Rahner ha scritto che «il cristiano del XXI secolo sarà o un mistico o non sarà affatto cristiano». Vivere il «magis» oggi significa innanzitutto scoprire l'amore di Dio nella nostra vita e fare di Lui la nostra luce e la nostra via, la nostra fonte di pace e di fiducia.

Ma questo cammino non lo percorriamo da soli. È con gli altri che costruiamo la Chiesa e lavoriamo per un mondo più solidale. La prima cosa che Gesù ha fatto è stata cercare dei compagni. E tutti abbiamo l'esperienza che il cammino percorso con gli altri è più facile. C'è un detto africano che dice: «Vai da solo se vuoi arrivare presto, ma vai con gli altri se vuoi arrivare lontano». Così è per la Chiesa, la comunità che segue il Signore. È una comunità fragile e diversificata, che racchiude una grande varietà, dove la santità e il peccato convivono fianco a fianco. A volte sorgono conflitti. Forse la cosa più facile sarebbe abbandonarla e ricominciare da capo. Ma non si lascia la propria famiglia quando si scoprono le debolezze dei propri genitori e dei fratelli maggiori. Questa è la Chiesa di Gesù, e il «magis ignaziano» implica amarla, appartenervi e lottare al suo interno – senza sosta! – per migliorarla dall'interno, con uno spirito critico leale e costruttivo, e al di fuori di essa per costruire il Regno.

Vivere il "magis" oggi significa, infine, avere ben chiaro nella nostra mente che il mondo ha bisogno di noi ed essere pronti a qualsiasi chiamata Dio possa rivolgerci, con le persone e nei contesti in cui viviamo. Il nostro è un mondo diviso dalla povertà, dall'emarginazione e dalla disuguaglianza. Un mondo molto diverso dal sogno che Dio ha per esso, e dove Egli ha bisogno delle nostre mani e della nostra capacità di amare per cambiarlo, per trasformarlo in una casa dove tutti gli esseri umani possano vivere e sentirsi figli dello stesso Padre, il Dio dell'Amore.

3.2. Principi ispiratori

3.2.1. Pellegrini con Cristo nel mondo e camminando insieme

I "principi" su cui si basa «Camminare con Ignazio... nel tuo cammino ignaziano» sono:

- **In pellegrinaggio:** Nel corso della storia ci sono state molte persone che, come Ignazio di Loyola, hanno percorso lunghe distanze per incontrare Dio, per cercare dove si trova nel mondo e nella Chiesa. Seguendo l'esperienza di Ignazio, «Camminare con Ignazio... nel tuo cammino ignaziano» è un invito a intraprendere il cammino dal proprio cuore verso il mondo e Dio. Andare in pellegrinaggio è un atteggiamento che dà vita e ci porta ad essere persone più complete e migliori.
- **Con Cristo:** camminiamo con Cristo e sulle sue orme. Egli ci invita a essere consapevoli dell'azione di Dio in luoghi e persone a cui non avevamo mai pensato prima. Il suo cammino è il nostro cammino. Da Lui riceviamo la Buona Novella per essere suoi testimoni.
- **Nel mondo:** questo cammino ci conduce verso il mondo che è la nostra dimora, il luogo dove incontriamo gli altri e Dio, un mondo ricco e diversificato, anche se lacerato dalle disuguaglianze. In mezzo alle sofferenze umane, Dio ci chiama a costruire ponti e a lavorare insieme nella sua missione di riconciliazione.
- Come **comunità di pellegrini:** in questo cammino il pellegrino scopre altri compagni impegnati nello stesso pellegrinaggio. Insieme scopriamo la grazia di essere chiamati - e di sperimentarci come - Chiesa, una comunità fraterna e ricca di diversità.

3.2.2. Esperienza - dove avviene l'incontro

Si dice che "quando si tratta di mettere in pratica, la teoria è diversa". Questo è, in effetti, ciò che sperimentiamo nella vita. Conoscere a memoria un manuale di istruzioni sulla guida non significa che sarai un buon guidatore. Né leggere un numero qualsiasi di articoli sulle relazioni umane ti darà la capacità e l'abilità di gestire la ricchezza e la complessità delle interazioni umane. La necessità di "sporcarsi le mani" vale anche per la fede, e per molte persone la loro visione della fede e di Dio è cambiata grazie a esperienze di condivisione profonda o di volontariato. L'azione è un luogo in cui incontriamo e possiamo davvero conoscere Dio, le altre persone e persino noi stessi in modo più profondo. Il pellegrinaggio Ignatian Way è, soprattutto, proprio questo tipo di incontro con persone nuove o diverse, in un contesto unico.

- L'esperienza del cammino: «Camminare con Ignazio... nel tuo Cammino Ignaziano» si basa sull'intuizione che l'esperienza del pellegrinaggio a piedi è un luogo di incontro. L'esperienza del cammino avrà luogo dopo l'incontro iniziale a Loyola e cerca di intensificare questo incontro con Dio, con gli altri e con noi stessi. L'esperienza del cammino è un'opportunità per provare, sperimentare, rischiare se stessi, come modo per scoprire il "magis" - il più grande. È come immergersi in una realtà diversa e si basa sull'idea di Ignazio di Loyola - ancora oggi utilizzata nella formazione ignaziana - di mettersi in situazioni nuove e sconosciute. Il risultato è che si ampliano i propri orizzonti, si impara dalla vita degli altri mentre si cammina con loro e si comincia a conoscere Dio e a comprendere se stessi in modi inaspettati.
- Un'esperienza di fede: non è sempre facile trovare Dio in gruppi internazionali o in qualsiasi tipo di attività che si svolge. Tuttavia, questo non dovrebbe scoraggiare nessuno. Al contrario, Dio è presente in tutte le cose. Egli è il nostro principio e il nostro fondamento. Tutto ciò che esiste ha le sue radici in Dio. Se si prende sul serio questa affermazione, significa che si cerca Dio non solo nelle cose familiari, facili o piacevoli della vita. Si tratta piuttosto di trovare Dio in realtà nuove e sconosciute, anche quelle difficili o di difficile comprensione. L'obiettivo specifico di «Camminare con Ignazio... nel tuo cammino ignaziano» è cercare e trovare come essere un popolo di Dio nonostante le nostre differenze e peculiarità, e come Dio, il mondo e noi siamo profondamente legati tra noi.
- Viaggio interiore: durante queste settimane cercheremo anche di camminare dentro noi stessi. Seguendo il percorso del viaggio fondamentale di Ignazio di Loyola, daremo uno sguardo ad alcuni dei momenti salienti che lasciano tracce in ogni persona nella sua ricerca di significato e scopo nella vita.

La preghiera del mattino durante il pellegrinaggio ha lo scopo di dare un orientamento e un focus definiti al percorso spirituale di quella giornata. Il programma di ogni giornata suggerisce un tema, ispirato alla vita da pellegrino di Ignazio. A volte c'è una citazione ignaziana che servirà a illustrare la giornata con la sua Autobiografia. Una breve riflessione offre alcune idee e suggerisce alcuni spunti per la preghiera e la meditazione personale. I pellegrini dovrebbero preparare la loro meditazione personale la sera prima. Alcuni giorni c'è un tema speciale su cui meditare e da condividere con gli altri pellegrini.

3.2.3. Cinque pilastri

In ogni vita di fede ci sono alcuni aspetti fondamentali: l'azione, la preghiera, la pratica dell'esame di coscienza cercando Dio nella propria vita, la gioia della celebrazione e la disponibilità a condividere. Queste caratteristiche, in un modo o nell'altro, possono trovare spazio nella nostra routine quotidiana. In «Camminare con Ignazio... nel tuo Cammino Ignaziano» cercheremo di inserirle in modo esplicito, in modo da includere questi cinque elementi: La preghiera, che ci aiuta a cercare, ascoltare e relazionarci in modo più esplicito con Dio e la sua parola. La celebrazione, in cui esprimiamo insieme la profondità, la gioia e la ricchezza della fede che condividiamo. Il pellegrinaggio, che è il luogo specifico della vita e delle sue sorprese, dell'apprendimento e dell'incontro. La condivisione e la messa in comune della nostra esperienza, poiché ciò che gli altri scoprono, vivono e comunicano è anche fonte di ricchezza e di crescita. Infine, l'Esame quotidiano ci permetterà di gettare uno sguardo su ogni giornata, per cercare Dio in ciò che abbiamo vissuto.

Questi cinque elementi saranno presenti, in un modo o nell'altro, durante tutto il pellegrinaggio, per aiutare questi giorni a diventare un tempo di vita sia all'esterno che all'interno, cercando di renderli una fonte di apprendimento per la nostra vita quotidiana. Il modo in cui questo sarà fatto nella pratica dipenderà in ogni caso dal luogo e dal momento del pellegrinaggio, ma i cinque elementi saranno presenti.

1. Preghiera silenziosa mattutina

I pellegrini decideranno insieme come organizzarla e come soddisfare al meglio le esigenze del gruppo. Durerà circa 5-10 minuti come breve introduzione alla meditazione silenziosa che seguirà (2 ore). Potrebbe iniziare con un canto. Poi, qualcuno potrà leggere il testo lasciando un po' di tempo per la riflessione in silenzio. Qualcuno potrebbe poi leggere i testi biblici e quello ignaziano, se ce n'è uno per quel giorno, dopo di che seguirebbe un momento di silenzio, in modo che tutti possano ricordare le riflessioni e il tema centrale della giornata indicati il giorno prima. Se lo si ritiene opportuno, uno qualsiasi dei pellegrini può aggiungere qualche osservazione aggiuntiva, più pertinente a ciò che ci si aspetta dalla giornata che ci aspetta. Si potrebbe poi passare a un momento di condivisione delle preghiere e delle sensazioni suscitate dal testo biblico. Per concludere la meditazione silenziosa, il gruppo potrebbe riunirsi

e recitare insieme il Padre Nostro e magari un canto finale. In ogni caso, l'importante è che sia flessibile e adattato alle circostanze e alle caratteristiche del gruppo.

2. Celebrazione

Se nel gruppo c'è almeno un sacerdote o se il gruppo ha la possibilità di arrivare in tempo per la liturgia parrocchiale in città, la celebrazione sarà solitamente l'Eucaristia del giorno. Questa potrebbe svolgersi in un angolo tranquillo, con le stesse persone che condividono questo periodo dell'esperienza, che potrebbero collaborare alla preparazione della celebrazione. È sempre interessante partecipare alla liturgia parrocchiale, se possibile. In alcuni luoghi i pellegrini possono anche chiedere una benedizione speciale per i pellegrini.

Si raccomanda di celebrare una Messa quotidiana, se possibile, ma sempre con flessibilità. In questa Messa quotidiana siamo invitati a ricordare e riflettere sull'amore e il dono di sé di Gesù stesso nell'Ultima Cena, oltre che a poter offrire ogni nostra gioia, paura e atto d'amore.

3. Il pellegrinaggio

Il pellegrinaggio ci sfida in modi inaspettati e può portarci a imparare molto su noi stessi. La sfida può venire da varie direzioni: potrebbe essere il camminare che mi mette in situazioni nuove, potrebbero essere le persone che incontro, o le differenze culturali, il rapporto con i miei compagni, le condizioni di vita, l'essere lontano da casa o semplicemente la stanchezza.

Gli organizzatori hanno lavorato duramente per preparare il pellegrinaggio. Ma non possono prevedere ogni possibile situazione che potrebbe verificarsi. Accadranno cose che sfuggono al loro controllo, come ad esempio il tempo o anche chi partecipa al pellegrinaggio. E dato che non tutto può essere previsto o controllato, la flessibilità, la capacità di adattarsi e di essere tolleranti sono una parte indispensabile dell'esperienza.

4. Condivisione: il cerchio dei pellegrini

Il Circolo dei Pellegrini è una parte centrale del pellegrinaggio. Offre alle persone la possibilità di riflettere sulla giornata vissuta insieme e di imparare ad apprezzare e valorizzare la ricchezza di ogni giorno.

Questa forma di condivisione funziona al meglio quando ogni persona è coinvolta e racconta ogni volta alcune delle sue esperienze personali. Fondamentale per questi incontri è la capacità di ascoltare. Nel Circolo dei Pellegrini non si tratta di discutere o rispondere a ciò che ciascuno dice. Piuttosto, si fa spazio agli altri con rispetto, ascoltando con attenzione e imparando dalle loro esperienze e intuizioni. Il Circolo dei Pellegrini si svolge in gruppi di 7 o 8 persone. Idealmente, il Circolo dei Pellegrini dovrebbe durare tra i 30 e i 45 minuti.

Il Circolo dei Pellegrini è guidato da una persona scelta dai pellegrini e prevede i seguenti passaggi:

A) Una breve riflessione. Ogni persona si prende un momento per ripensare alla giornata o alle giornate appena trascorse.

B) I primi due turni sono dedicati solo all'ascolto. Mentre ogni persona parla, gli altri ascoltano; ciò che la persona dice non viene discusso, a meno che non sia necessario chiedere chiarimenti.

Turno 1.

Come è andata la mia giornata?

Quando ho provato grande gioia?

Quando ho trovato le cose difficili?

Secondo giro.

In che modo i temi della giornata e i testi letti al mattino si sono riflessi nel corso della giornata?

C) Nel terzo round si può discutere più approfonditamente di ciò che è stato detto. Tuttavia, non si tratta di imporre un punto di vista o di convincere gli altri di una particolare opinione. L'obiettivo è condividere esperienze e imparare gli uni dagli altri.

Terzo round.

Cosa mi ha colpito in particolare di ciò che qualcuno ha detto? C'è qualcos'altro che vorrei condividere alla luce di ciò che ho sentito?

D) Ultimo giro veloce. Conclusione. Ognuno risponde all'ultima domanda con una parola o una breve frase: Qual è la mia sensazione alla fine di questo Circolo dei Pellegrini?

5. L'esame del giorno

Ignazio considerava l'Esame del giorno una preghiera di grande importanza, tanto che scrisse che se un gesuita si trova a corto di tempo per pregare, almeno non dovrebbe omettere questo Esame.

Se ci pensate, ogni giorno è pieno di impressioni, incontri ed esperienze. Viviamo momenti di felicità e delusione; proviamo tristezza, desiderio, entusiasmo e molte altre cose. È importante non giudicare troppo rapidamente ciò che viviamo: Dio a volte ci parla attraverso ciò che ci dà energia, altre volte attraverso ciò che ci turba, e vuole guidarci attraverso tutte queste esperienze. Se ci permettiamo di ascoltare la voce di Dio con noi, potremo ogni giorno diventare un po' più liberi, più pazienti e più pieni d'amore.

L'Esame Ignaziano può essere fatto ovunque: in spiaggia, in macchina, a casa, in biblioteca. Richiede circa 10 o 15 minuti e consiste in cinque passaggi molto semplici, che possono essere organizzati in vari modi. Ecco un esempio:

1. Comincio con un segno o un gesto, come chinare il capo o fare il segno della croce. Ricordo così la presenza di Dio, anche se in quel momento non la percepisco.
2. Chiedo allo Spirito luce e assistenza, affinché mi aiuti a guardare alla giornata appena trascorsa.
3. Rivedo la giornata, ponendola davanti a Dio. Uno dopo l'altro, lascio che gli eventi che ho vissuto emergano alla mia vista. Se mi aiuta, posso chiedermi:
 - Qual è stato l'aspetto migliore della giornata? Perché?
 - Qual è stato l'aspetto peggiore della giornata? Perché?
 - Cosa penso che Dio stesse cercando di dirmi in questi momenti?
4. Ringrazio Dio per la giornata che ho vissuto. Chiedo perdono per tutto ciò che mi ha allontanato da Lui. Chiedo il suo aiuto e la sua grazia per tutto ciò di cui sento il bisogno in questo momento.
5. Guardo con fiducia al giorno successivo. Lo affido alle mani di Dio. Concludo recitando il Padre Nostro o un'altra preghiera, terminando con lo stesso gesto con cui ho iniziato.

4. Incontro introduttivo

«Gli Esercizi Spiritualis sono tutto il meglio che ho potuto pensare, sperimentare e comprendere in questa vita, sia per aiutare qualcuno a dare il meglio di sé, sia per poter portare vantaggio, aiuto e beneficio a molti altri.

Quindi, anche se non sentite il bisogno del primo, vedrete che sono molto più utili di quanto potreste

immaginato per il secondo».

Lettera di Sant'Ignazio al Rev. M Miona, 16 novembre 1536

UN Credo per il nostro pellegrinaggio: STIAMO COSTRUIENDO UNA COMUNITÀ

(Da: Effectiveness Training Inc. California)

Tu ed io abbiamo un rapporto che apprezzo e che desidero mantenere. Tuttavia, ognuno di noi è una persona a sé stante, con esigenze specifiche e il diritto di cercare di soddisfarle. Cercherò di accettare sinceramente il tuo comportamento sia quando cerchi di soddisfare le tue esigenze sia quando hai difficoltà a farlo.

Quando condividerai i tuoi problemi, cercherò di ascoltarti con accettazione e comprensione, in modo da aiutarti a trovare le tue soluzioni piuttosto che dipendere dalle mie. Quando avrai un problema perché il mio comportamento interferisce con il soddisfacimento dei tuoi bisogni, ti incoraggio a dirmi apertamente e onestamente come ti senti. In quei momenti, ti ascolterò e poi cercherò di modificare il mio comportamento.

Tuttavia, quando il tuo comportamento interferisce con il soddisfacimento dei miei bisogni, causandomi un sentimento di rifiuto nei tuoi confronti, ti dirò nel modo più aperto e onesto possibile esattamente come mi sento, confidando che tu rispetti i miei bisogni abbastanza da ascoltarmi e poi cercare di modificare il tuo comportamento.

Nei momenti in cui nessuno di noi due è in grado di modificare il proprio comportamento per soddisfare i bisogni dell'altro, trovandoci così in una situazione di conflitto di bisogni nella nostra relazione, impegniamoci a risolvere ogni conflitto senza mai ricorrere all'uso del mio potere o del tuo per vincere a spese dell'altro. Rispetto i tuoi bisogni, ma devo anche rispettare i miei.

Di conseguenza, cerchiamo sempre di trovare soluzioni ai nostri inevitabili conflitti che siano accettabili per entrambi. In questo modo, le tue esigenze saranno soddisfatte, ma anche le mie: nessuno perderà, entrambi vinceremo.

Di conseguenza, tu potrai continuare a crescere come persona soddisfacendo i tuoi bisogni, ma lo stesso vale per me. La nostra relazione potrà sempre essere sana perché sarà reciprocamente soddisfacente. In questo modo, ognuno di noi potrà diventare ciò che è in grado di essere e potrà continuare a relazionarsi con l'altro nel rispetto reciproco, nell'amicizia, nell'amore e nella pace.

5. Preghiere comuni

Mi hai chiamato per nome (Joseph Tetlow sj.)

Oh, Signore mio Dio,
mi hai chiamato dal sonno del nulla semplicemente
perché nel tuo immenso amore
vuoi creare esseri buoni e belli.
Mi hai chiamato per nome nel grembo di mia madre. Mi hai dato
respiro, luce e movimento e hai camminato con me in ogni
momento della mia esistenza.
Sono stupito, Signore Dio dell'universo,
che ti prendi cura di me e, ancora di più, mi ami. Crea in
me la fedeltà che ti commuove, e io avrò fiducia in te e ti
desidererò per tutti i miei giorni.
Amen.

Anima di Cristo, santificami.
Corpo di Cristo, salvami. Sangue di
Cristo, inebriami.
Acqua dal costato di Cristo, lavami. Passione di
Cristo, rafforzami.
O buon Gesù, ascoltami.
Nascondimi nelle tue piaghe.
Non permettere che io sia separato da te.
Difendimi dal nemico malvagio.
All'ora della mia morte chiamami. E
invitami a venire a te.
Affinché con i tuoi santi io possa lodarti.
Nei secoli dei secoli. Amen.

Preghiera per la generosità (Sant'Ignazio di Loyola)

Signore, insegnami ad essere generoso. Insegnami a servirti come meriti; a dare senza contare il costo, a combattere senza badare alle ferite, a lavorare senza cercare riposo, a faticare senza chiedere ricompensa, se non quella di sapere che faccio la tua volontà.

Preghiera del pellegrinaggio

Dio della Vita, come pellegrini ignaziani sul Cammino Ignaziano, ci riuniamo sulla via di Sant'Ignazio e ci rivolgiamo a te in preghiera.

Dacci cuori generosi, aperti alle grazie con cui desideri benedirci: la grazia della gioiosa compagnia reciproca e con Gesù; la grazia di una profonda spiritualità, per comprendere quanto è ampio e lungo, quanto è alto e profondo l'amore di Cristo; la grazia del servizio amorevole in cui ci chiami a dare "di più" di noi stessi.

Te lo chiediamo nel nome di Gesù Cristo, nostro Signore.

Nostra Signora del Cammino... Pregha per
noi Sant'Ignazio di Loyola... Pregha per noi
San Pietro Claver.....Pregha per
noi

Benedizione del pellegrino

Il Signore ti benedica e ti protegga,
Possa il suo volto risplendere su di te e ti sia propizio; Possa il
Signore guardarti con benevolenza e concederti la pace. Possa
Egli illuminare gli occhi del tuo cuore,
affinché possiate comprendere la speranza alla quale vi chiama, e il
tesoro che vi attende.

Possa Egli aiutarti a superare tutti gli ostacoli su questa Via e nella vita, E possa Egli
accettarti al Suo amorevole servizio.

Pregare respirando

Respirare lungo il Cammino Ignaziano (cfr. X. Melloni, El deseo esencial)

Il respiro è alla base della nostra vita: l'ossigeno è per il corpo ciò che la coscienza è per la mente e lo spirito per l'anima: la nostra fonte di energia vitale. Senza ossigeno il nostro corpo verrebbe lentamente contaminato da tossine che ci ucciderebbero. Respiriamo per rimanere in vita e respiriamo perché è la nostra vita. Il respiro orante fa parte di molte tradizioni spirituali, compresa la nostra tradizione cristiana.

I quattro momenti del respiro sono una metafora del dinamismo essenziale della vita: inspirazione, ritenzione, espirazione, vuoto. Mentre percorriamo il nostro Cammino, il respiro può aiutarci a diventare consapevoli di quanto la vita sia presente per noi. L'inspirazione dovrebbe essere profonda e l'espirazione dovrebbe durare più a lungo dell'inspirazione. I momenti di pausa, quando trattieniamo l'aria inspirata e di nuovo quando i nostri polmoni sono vuoti dopo l'espirazione, possono variare in lunghezza, a seconda del nostro ritmo di camminata, ma dovremmo essere consapevoli di ogni momento.

Queste quattro fasi sono una metafora del significato della nostra esistenza: ricevere e dare, diventare consapevoli di ciò che abbiamo ricevuto e sperimentare noi stessi come bisognosi dopo aver dato generosamente di noi stessi. L'inspirazione è il momento in cui riceviamo ciò che siamo: la nostra vita e la nostra esistenza storica. Riceviamo e diventiamo consapevoli di essere destinatari della vita. Il Cammino ci rende destinatari della nostra vita. Ci sentiamo umili nel riconoscere che abbiamo "ricevuto" dagli altri e dall'Altro. Mentre inspiriamo, c'è un primo momento di stupore che ci pone alla Presenza dell'Essenza Divina.

La ritenzione dell'aria inspirata ci concede una pausa, in cui diventiamo consapevoli di ciò che abbiamo ricevuto: sentiamo che la vita è dentro di noi e ne gioiamo. Il nostro obiettivo è unire il nostro io interiore e quello esteriore; vogliamo sentire che ciò che prima era fuori di noi ora fa parte del nostro stesso essere. L'espirazione è il momento del dare, dell'abbandonarci a ciò che esisteva prima di noi e continuerà dopo di noi. Espirare è imparare a distaccarsi. Un'espirazione lunga e profonda ci aiuta a capire che il nostro significato ultimo non sta nel possedere noi stessi, ma nel condividere noi stessi. L'aria che abbiamo inspirato ha assunto qualcosa del nostro essere e ora la condividiamo con l'universo. Ci sentiamo parte del Tutto, collaboratori di una pienezza di cui anche noi abbiamo ricevuto.

La quarta fase della respirazione, il vuoto che segue l'espirazione, ci invita a desiderare quella pienezza che ci è stata promessa e che speriamo. Dal nostro vuoto desideriamo ardentemente essere riempiti. Il vuoto è la condizione per ricevere. Nel nostro vuoto diventiamo consapevoli di quanto siamo bisognosi, e così l'umiltà ci accompagna nel nostro Cammino Ignaziano. Grazie al nostro respiro, possiamo fare del nostro pellegrinaggio un'esperienza di rinuncia e collaborazione, di demolizione e ricostruzione. Il respiro ci aiuta a diventare sempre più consapevoli di ciò che il nostro Cammino Ignaziano ci sta comunicando. Respiriamo!

6. Guida alla preghiera per il Cammino Ignaziano

Come iniziare la meditazione?

1. Inizia la meditazione prendendoti qualche minuto per metterti alla presenza di Dio. Cioè, liberati da ogni ansia e da ogni distrazione che potrebbe disturbarti, come pensare a cosa mangerai al prossimo pasto. Un brano di musica spirituale che ti piace potrebbe aiutarti a entrare nello stato d'animo giusto per la preghiera, ma non appena ci sei, spegni la musica in modo da poterti concentrare meglio sul tuo Cammino. Dedicare qualche minuto a concentrarti solo sul ritmo naturale del tuo respiro, dei tuoi passi o degli uccelli. Ripeti qualche breve preghiera che ti aiuti a concentrarti sulla presenza di Dio o sulla tua presenza nella preghiera con Dio.
2. Considera la preghiera introduttiva degli Esercizi Spirituali (che è lo scopo principale dell'intera esperienza) e la richiesta speciale per la giornata.
3. Leggi il testo introduttivo che fornisce il contesto per i temi chiave della meditazione del giorno.
4. Leggi lentamente il brano della Scrittura del giorno. Poi leggi una seconda o anche una terza volta, soffermandoti sui vari punti del giorno se ti senti attratto da essi.

Non inserire troppi pensieri nella tua preghiera. Molte persone sono tentate di fare elenchi con molte idee, e poi di combinare le idee tra loro, e così via. Invece, cerca di lasciare che sia Dio a parlare con te. Permettigli di raggiungerti attraverso la preghiera. È importante essere pazienti con se stessi e con Dio. Dovresti essere pronto a camminare in tutta tranquillità fino a quando le immagini, le idee o i pensieri iniziano a filtrare. Ignazio dice che dovremmo "fermarci dove troviamo frutto" - un suggerimento molto utile. Potresti sentirti attratto o colpito da una frase delle Scritture o da qualche idea. Rimani lì finché ti sembra

opportuno, assaporando il frutto della tua riflessione. Inevitabilmente sorgeranno delle distrazioni – «Mi chiedo cosa stiano facendo i miei amici in questo momento» – ma lasciale passare, senza dar loro molta importanza o tenerle a mente.

Sarà utile osservare un orario regolare per la preghiera, ad esempio la prima ora di cammino di ogni giorno. Oppure potrebbe essere mezz'ora al mattino e un'altra mezz'ora al pomeriggio. Dovresti essere fedele a qualsiasi programma tu decida di seguire. Oltre alle ore di preghiera formale, continuerai ad avere altre idee correlate, che dovresti accogliere con favore. Ad esempio, nei lunghi tratti lungo i canali del fiume Ebro, potrebbero esserci momenti in cui, per analogia, ti sentirai "galleggiare spiritualmente" a valle. Goditi quei momenti di vicinanza alla natura e a Dio, che ci parla attraverso la natura.

Ma non diventare ossessivo, soprattutto se stai meditando su qualcosa di doloroso o difficile. Un'idea dolorosa può farti entrare in un circolo vizioso mentale. Evita questo tipo di trappola, perché può esaurirti e allontanarti dal tuo cammino. A volte questo può accadere anche con idee "pie": Ignazio ci avverte che a volte potremmo essere tentati di allontanarci dal nostro cammino a causa di ciò che sembra essere una buona idea. In altre parole, possiamo pensare a qualcosa che sembra essere buono, ma in realtà ci logora o ci allontana dal percorso che ci siamo prefissati e dall'obiettivo della tappa in cui ci troviamo.

5. Concludete ogni periodo di preghiera con la stessa formula. Innanzitutto, e soprattutto, dovremmo essere grati. Dovremmo rendere grazie per il tempo di preghiera che abbiamo appena condiviso, per la comunicazione che ha avuto luogo, per le altre benedizioni della giornata e per i doni del pellegrinaggio, come il tempo libero, le risorse finanziarie, la salute e il desiderio di viaggiare come pellegrini. Concludete con un Padre Nostro.

Scrivi un diario quotidiano. Alla fine di ogni giornata, o anche dopo ogni momento di preghiera, se ne senti il bisogno, annota i pensieri o le idee chiave che ti hanno colpito, le immagini chiave delle Scritture e altri dettagli significativi. Un diario spirituale ti aiuterà a ricordare e riflettere sulla tua esperienza alla fine del Cammino Ignaziano a Manresa. Oppure, se fai il pellegrinaggio a tappe, il diario ti aiuterà a tenere traccia delle tue esperienze di anno in anno.

Se stai facendo il pellegrinaggio con un piccolo gruppo, potresti voler condividere con i tuoi compagni i doni o le idee che ti hanno colpito di più, MA non è consigliabile farlo ogni giorno. Inoltre, tale condivisione non significa discutere o "intromettersi": dovrebbe essere un momento di comunicazione e di ascolto con rispetto per ciò che Dio ha fatto nella vita di ciascun partecipante. Non è il momento di "giocare a fare Dio" nella vita di qualcun altro. Il Cammino degli Esercizi è essenzialmente personale, qualcosa che avviene tra "il Creatore e la sua creatura".

Preghiera introduttiva

Seguendo Ignazio di Loyola, suggeriamo di iniziare ogni periodo di meditazione con una preghiera preparatoria: *"La preghiera preparatoria consiste nel chiedere a Dio nostro Signore la grazia che tutte le mie intenzioni, azioni e operazioni siano ordinate esclusivamente al servizio e alla lode della Divina Maestà"* (Esercizi Spirituali 46).

Questa raccomandazione di Ignazio può essere adattata alle circostanze personali di ciascun pellegrino. Qualcuno potrebbe dire, ad esempio: «Signore, fa' che io viva per te e non per me stesso. Che tutto ciò che faccio sia solo per il tuo servizio e la tua lode e non per i miei interessi». Oppure: «Signore, fa' che tutto il mio essere si volga verso di te, fa' che io non mi allontani dalla tua volontà né consciamente né inconsciamente. Orientami completamente verso di te. Attirami a te».

Ciò che il pellegrino chiede è un dono, una grazia. Ciò che in realtà chiediamo è di conoscere noi stessi, affinché in questa conoscenza di noi stessi possiamo essere orientati verso quella felicità che deriva dal vivere esclusivamente alla presenza di Dio. Chiediamo quindi che le nostre intenzioni (desideri, motivazioni), le nostre azioni (opere esteriori) e le nostre attività (riflessioni, progetti, domande, gusti) siano orientate verso la Luce della Vita.

Attraverso la ripetizione costante di questa richiesta nel corso degli Esercizi Spirituali, creiamo un campo magnetico che orienta tutte le nostre molecole verso l'unica vera fonte di felicità. A poco a poco, passo dopo passo, il Cammino Ignaziano diventa il Cammino verso la nostra Origine, verso il Dio che ci spinge e ci attira, il nostro inizio e la nostra fine. Lo Spirito intangibile esercita una forza orientante all'interno di ogni pellegrino affinché tutte le sue "intenzioni, azioni e operazioni" siano per la "gloria e la lode" dell'Amore.

Uno dei frutti degli Esercizi Spirituali sarà sperimentare la pace di sapere che si è orientati verso la felicità completa, che è già in parte sperimentata ora, mentre il pellegrino prosegue il suo cammino.

7. Preghiere quotidiane. Diario spirituale. ¹

Giorno 1: alla scoperta della terra natale di Ignazio. Preghiera ed Eucaristia nella Cappella - Camera di Iñigo.

Alcuni suggerimenti ignaziani per oggi:

A) Eremo di Nostra Signora di Olatz

Nel cuore della meravigliosa valle di Loyola e a breve distanza dal Santuario di Sant'Ignazio, l'eremo di Nostra Signora di Olatz è una cappella semplice ma bella e accogliente del XIII secolo. In questa cappella è venerata una preziosa immagine romanica della Vergine che dà il nome alla chiesa e al luogo.

Questo eremo serviva da luogo di ritiro e venerazione per Iñigo, che pregava spesso davanti alla Vergine. La sua devozione era tale che, anche mentre si stava riprendendo dalle ferite e non poteva recarsi all'eremo, cantava la "Salve" alla Vergine fissando lo sguardo su Olatz.

B) Parrocchia di San Sebastián di Soreasu

L'origine di questo edificio è la torre, forse parte di una fortezza templare (1310). Della chiesa primitiva in stile gotico rimane solo un piccolo resto che si può vedere conservato all'interno della chiesa. La nuova chiesa fu iniziata nel 1571 e fu nel 1655, con il muratore Joan de Ansola, che la chiesa assunse l'aspetto attuale. La pala d'altare maggiore è del 1684-1687, opera di Juan de Apaezteguia e Martín de Olaizola. L'immagine di San Sebastiano è opera di Julio Beobide e ha sostituito il dipinto allegorico originale del martirio del santo dopo l'incendio del 1932. Nel 1741, i maestri artigiani Agustín Conde e Juan Miguélez iniziarono a dorare la pala d'altare, grazie alle donazioni dei residenti locali e alle ingenti somme inviate da altri residenti in Sud America. Il Battistero, costruito da Martín de Zaldúa a partire dal 1701, contiene il fonte battesimale dove, secondo la tradizione, fu battezzato Sant'Ignazio di Loyola. La *Capilla de la Soledad* (Cappella della Solitudine) fu costruita nel 1553 grazie alle donazioni di Nicolás Sáez, uno dei capitani che accompagnarono il generale Pizarro durante la conquista del Perù. La cappella è un bell'esempio di stile rinascimentale classico. Contiene il mausoleo del capitano e bellissimi dipinti (realizzati con la tecnica della "grisaglia") che rappresentano, sulla destra, il "Giudizio Universale" di Michelangelo (Cappella Sistina a Roma). Purtroppo, nel 1898 parte della parete fu tagliata per ricavare una nicchia per l'altare. Una grande cupola a cassettoni sovrasta l'ampia zona centrale, lasciando un'apertura centrale che riproduce il modello del Pantheon di Roma. Da notare le belle figure degli evangelisti in arenaria. Sotto di essa, durante i lavori di restauro iniziati nel 2002, gli archeologi hanno scoperto due diversi livelli di sepolture, oltre ai resti di uno stampo per una campana.

C) Eremo e Ospedale della Maddalena 1.- II

pellegrino

Ignazio di Loyola nacque nel 1491 nella Torre di Loyola ad Azpeitia, situata a circa tre chilometri a monte dell'Ospedale della Maddalena. Era il più giovane di tredici figli. Non dedicò la sua vita alle campagne militari, come alcuni dei suoi fratelli, né divenne sacerdote, come suo fratello Pedro. Essendo un abile scrivano e contabile, sembrava adatto a una carriera civile alla Corte Reale.

A quattordici anni fu mandato ad Arévalo (Ávila) nella casa del tesoriere capo del regno per essere educato e istruito secondo lo stile di corte. Di conseguenza, aveva due possibili percorsi formativi e professionali da seguire: lavorare con il tesoriere capo tenendo i libri contabili o lavorare alla segreteria reale, grazie alla sua elegante calligrafia e alla sua conoscenza dei compiti amministrativi. Tuttavia, il suo mentore cadde in disgrazia e così, all'età di venticinque anni, si trasferì a Najera. Nel 1521, mentre difendeva la Castiglia, Ignazio, originario della Gipuzkoa, fu gravemente ferito a Pamplona. All'epoca aveva trent'anni.

Durante la convalescenza nella sua città natale, Loyola, Ignazio subì un cambiamento interiore e intraprese un percorso di conversione che lo portò a considerarsi un "pellegrino" per il resto della sua vita. Partì come pennant per Montserrat, passando per Arantzazu. Dopo un lungo periodo a Manresa e dopo molti momenti di luce nella sua vita spirituale, si recò a Barcellona e Venezia durante il suo viaggio verso la Terra Santa, Gerusalemme. Nonostante il suo desiderio di rimanere lì, fu costretto a lasciare la terra di Gesù.

Durante il viaggio di ritorno comprese la necessità di studiare per poter continuare a perseguire i suoi ideali apostolici. Cercò dei compagni e proseguì i suoi studi a Barcellona, Alcalá e Salamanca. Tuttavia, fu a Parigi che conseguì la laurea in Lettere (triennale e magistrale) e fu qui che trovò un gruppo di seguaci con i quali avrebbe dato vita a quella che in seguito sarebbe stata chiamata la Compagnia di Gesù.

Lasciò Parigi nel marzo del 1535. Sette giovani erano ormai determinati a vivere e lavorare insieme, anche se non sapevano ancora bene come farlo. Questi compagni, che stavano terminando i loro studi a Parigi, concordarono di incontrarsi a Venezia due anni dopo e di intraprendere così un viaggio in Terra Santa, dove avevano deciso di dedicare la loro vita al servizio degli altri. Nel frattempo, Ignazio sarebbe tornato nella sua città natale per occuparsi di alcune questioni in sospeso con vecchie conoscenze.

¹ Le citazioni bibliche sono tratte da <http://www.biblestudytools.com/esv/>

Nella sua Autobiografia, Ignazio affermò che la sua visita ad Azpeitia era dovuta a problemi di salute e alla necessità di riposarsi nella sua terra natale, poiché a Parigi era spesso malato. C'erano, tuttavia, anche altre ragioni. Da un lato, era stato costretto a lasciare Parigi a causa delle pressioni dell'Inquisizione e, dall'altro, era conveniente per lui venire in Spagna per cambiare la sua reputazione. Venne a predicare apertamente nella sua terra natale, per rinnovare l'immagine negativa del passato e per far sapere a tutti che poteva predicare in pubblico con tutte le autorizzazioni necessarie.

2.- L'ospedale

All'epoca c'erano due ospedali ad Azpeitia: San Martin, nel centro della città, destinato ai malati, e Santa Maria Magdalena (Santa Maria Maddalena), nella periferia. Quest'ultimo era un ospizio di carità che accoglieva i mendicanti. Come aveva fatto in altre occasioni, Ignazio scelse di vivere con i poveri, cioè di mangiare e dormire con loro. Rimase all'ospedale Magdalena da aprile alla fine di luglio del 1535.

I suoi parenti gli offrirono una casa padronale dove soggiornare, ma egli rifiutò l'offerta. Gli mandarono anche un buon letto dove dormire, ma egli non lo usò mai perché voleva continuare a sostenere i poveri dell'ospedale. Mandò a dire a suo fratello che «non era venuto né per chiedere una stanza nella casa dei Loyola, né per passeggiare nei palazzi, ma per diffondere la parola di Dio». Diede prova di umiltà, povertà, pazienza, solidarietà, spirito di preghiera e santità.

L'ospedale della Magdalena accoglieva anche i lebbrosi. Ci sono almeno tre documenti che lo dimostrano. Nel 1523, Miguel de Arzuaga di Urrestilla dichiarò nel suo testamento che, essendo affetto da lebbra, voleva essere mandato e sepolto nella chiesa (cappella) della Magdalena, dove di solito venivano sepolti coloro che morivano di lebbra. Nel 1538, Pedro de Alzaga lasciò del denaro per migliorare le condizioni dei lebbrosi che vivevano in isolamento. Chiese che fosse aperta una finestra affinché i malati potessero ascoltare la messa ogni volta che questa veniva celebrata all'aperto nella cappella. Nel 1548, Juanica de Loyola (sorella del santo) conferì una procura per raccogliere fondi per migliorare la situazione finanziaria dell'ospedale, che ospitava poveri, pellegrini e lebbrosi.

Il soggiorno di Ignazio all'ospedale della Magdalena rimase impresso nella memoria di tutti e divenne quasi un luogo di culto. Francesco Borgia visitò l'ospedale della Magdalena nel 1551 e volle trascorrere una notte nello stesso luogo in cui aveva dormito Ignazio. Il suo segretario scrisse a Roma di questo episodio e disse, tra le altre cose: «Abbiamo trovato lo stesso piccolo cavallo (pony) che vostro padre aveva lasciato all'ospedale sedici anni prima, ed è molto grasso e molto buono e ancora oggi sta molto bene in casa». Era un piccolo asino dal manto castano che alcuni suoi compagni di Parigi gli avevano regalato attingendo alle loro tasche vuote, e con esso era arrivato ad Azpeitia con la sella da soma piena di libri.

3.- La Cappella della Maddalena

La chiesa della Maddalena compare in documenti del XIV secolo. Nel corso dei secoli la chiesa ha subito diverse trasformazioni e riparazioni. Quella che Ignazio conosceva era un edificio molto più piccolo. Ignazio predicava nella Cappella della Maddalena, o più precisamente all'esterno, poiché era molto piccola. La catechesi dei bambini e l'incoraggiamento alla comunione settimanale erano alcuni dei suoi ministeri preferiti. La sua voce bassa non era un ostacolo per i vicini di Azpeitia e di altre regioni che si avvicinavano a lui per ascoltare le sue parole efficaci e penetranti. Fece gli Esercizi Spirituali a diverse persone, tra cui due suoi nipoti.

Prese parte a diversi settori della vita sociale. In primo luogo, insistette per vietare le scommesse e lottò contro le case da gioco, il vizio delle scommesse e dei giochi di carte. In secondo luogo, lottò contro la pratica delle giovani donne che vivevano con un uomo senza sposarsi. Rimproverava gli adulteri e le concubine, che fingevano di essere mogli legittime, e persino alcuni sacerdoti che erano causa di scandalo per questo motivo.

Cercava di fare amicizia con coloro che erano in conflitto. Aveva un fascino speciale nel riconciliare le persone che erano in conflitto o che avevano litigato tra loro. Grazie alla sua capacità di riconciliare gli animi ostili e di negoziare con diplomazia, era anche in grado di risolvere i problemi delle coppie sposate. Pertanto, a molte coppie sposate, era in grado di riportare la pace. Ignazio intervenne anche come mediatore per aiutare a risolvere il dissidio esistente tra le suore francescane del villaggio e il clero della chiesa parrocchiale. Dava molta più importanza al consenso, alla pace e all'accordo che alle cause legali, alle discussioni e alle controversie, anche se dovevano cedere il passo a una questione giuridicamente giusta.

Propose che le campane suonassero a mezzogiorno per pregare gli uni per gli altri, come si faceva in altri luoghi, come Roma. Dopo quasi cinquecento anni, questo speciale suono quotidiano delle campane a mezzogiorno continua oggi nel Santuario di Loyola.

Il giorno dopo il suo arrivo all'ospedale Magdalena, Ignazio andò a mendicare, di porta in porta, per i poveri dell'ospedale. Ben presto, tuttavia, trovò una soluzione più strutturata. Ignazio divenne l'organizzatore del welfare pubblico per l'ospedale Magdalena. Sebbene Azpeitia non fosse elencata tra i villaggi poveri, la disuguaglianza sociale ed economica era elevata. Diede istruzioni affinché i poveri fossero continuamente aiutati economicamente in modo pubblico.

Ad Azpeitia furono istituite ordinanze contro l'accattonaggio e a favore della carità pubblica. Le ordinanze stabilivano che "due persone perbene" (un sacerdote e un laico) dovevano avere, ogni anno, la competenza ufficiale di mendicare per i poveri del villaggio. A parte loro, nessuno poteva farlo. Inoltre, doveva esserci un registro dei bisognosi per evitare abusi e, di conseguenza, coloro che potevano lavorare e mantenersi non potevano approfittare di queste misure. Grazie alle donazioni, ben presto si costituì un fondo per i poveri.

4.-Un emendamento ad Azpeitia

Un testimone del processo di beatificazione ricordò l'umiltà di Sant'Ignazio nel riconoscere pubblicamente, nel 1535, un peccato e un'offesa che aveva commesso due decenni prima nella sua città natale. La testimonianza resa da Gabriel Henao SJ affermava:

«Uno stile di vita austero unito a una rara umiltà lo portarono a dichiarare nel suo primo sermone pronunciato nella chiesa parrocchiale della sua città che era stato lui, insieme ad altri ragazzi, a rubare la frutta da un frutteto, e non la persona che era sospettata in quel momento. Quest'uomo era stato imprigionato e obbligato a riparare il danno. Poiché quella persona era presente, chiese perdono e gli concesse due dei suoi campi, che facevano parte della sua eredità, ritenendola una ricompensa abbondante».

Il testo aggiunge le parole che Sant'Ignazio disse in pubblico: «Il motivo per cui sono tornato nella mia città natale, alla quale avevo rinunciato per sempre, è stato il persistente rimorso di coscienza per il cattivo esempio che avevo dato da giovane, e ho creduto di dover dare soddisfazione dando un buon esempio per riparare ai molti cattivi esempi. Dopo essermi separato da voi, non ho mai smesso di chiedere perdono al Signore per i miei peccati, versando lacrime e facendo penitenza; e ora imploro il vostro perdono per il modo in cui vi ho scandalizzato nella mia giovinezza e vi prego di chiedere al Signore di concedermi il suo perdono. E se la mia cattiva azione ha portato qualcuno a smarrirsi, che prenda la mia penitenza come esempio per i propri peccati, come ho fatto io con i miei».

Da quel «giovane brillante e raffinato, molto appassionato di eventi sociali», «con capelli lunghi, abbondanti e lunghi fino alle spalle», «vestito con un abito a quadri e bicolore, berretto rosso, spada e altre armi», accusato nel 1515 di «insolenza e disturbo», ci fu una trasformazione nell'umile pellegrino vestito con gli abiti della gente più povera».

D) La Basilica di Loyola

I lavori iniziarono nel 1689 e terminarono nel 1738. Il primo architetto fu il gesuita belga Juan Beggand, ma il progetto era di Carlo Fontana, architetto italiano che lavorava in Vaticano e discepolo dello scultore Bernini. I problemi incontrati durante la costruzione degli archi interni (a spirale) per sostenere l'edificio (la pianta originale fu modificata) causarono una visita del famoso architetto Joaquín Churriguera a Loyola nel 1720 per risolvere il problema. Da lui ci sono due esempi classici dello stile "churrigueresco": il portico e l'altare maggiore.

L'altare maggiore fu completato nel 1757. Rappresenta un lavoro eccezionale di intarsio del marmo, con una tecnica chiamata "intarsio". Ci sono voluti due anni per creare ogni colonna. L'immagine di San Ignacio fu commissionata nel 1741 e collocata nel 1758. Lo scultore Francesco di Vergara la realizzò in Italia e la trasportò via mare da Genova a San Sebastian. Le porte della basilica sono in mogano e furono donate da Cuba (1739). L'organo ha tre tastiere e 2172 canne. La Basilica di Loyola ha un diametro di 33 metri (108 piedi) ed è alta 50 metri (164 piedi). Ad eccezione della vernice dorata, non ci sono altre vernici all'interno della Basilica: ogni colore che si vede è ottenuto solo dalla combinazione di pietre.

Preghiera per il distacco

Ti prego, Signore,
di rimuovere tutto ciò che mi separa da te e te da me.
Rimuovi tutto ciò che mi rende indegno
alla tua vista, al tuo controllo, alla tua reprimenda; alle tue parole e alle tue conversazioni, alla
tua benevolenza e al tuo amore.

Allontana da me ogni male
che mi impedisce di vederti, ascoltarti, assaporarti, gustarti e toccarti; di temerti ed essere consapevole di
te;
conoscerti, fidarmi di te, amarti e possederti; essere
consapevole della tua presenza
e, per quanto possibile, goderti.

Questo è ciò che chiedo per me stesso
e desidero ardentemente da te. Amen.

- Beato Pietro Favre SJ. (1506-46), fu uno dei primi compagni di Sant'Ignazio. Ignazio considerava Favre il più dotato nel dirigere gli esercizi spirituali.

Qui puoi scrivere i tuoi pensieri di oggi:

Giorno 2: Alcuni suggerimenti ignaziani per oggi: Autobiografia, partenza da Loyola per Arantzazu

Ignazio non voleva ferire la sua famiglia, poiché era molto preoccupata per il suo futuro, ma sapeva che doveva iniziare una nuova vita. Ciò fu confermato durante la sua prima sosta nella cappella di Arantzazu.

«Ignazio lasciò la casa paterna e partì a cavallo. Suo fratello voleva accompagnarlo fino a Oñate, ma durante il viaggio Ignazio lo convinse a trascorrere una notte in veglia al santuario della Beata Vergine Maria ad Arantzazu. Poi, dopo aver pregato per qualche tempo al santuario per chiedere forza per il viaggio, lasciò suo fratello a Oñate a casa della loro sorella. Dopo averle fatto una breve visita, Ignazio proseguì il viaggio verso Navarrete (per visitare il duca di Najera)».

Cosa pensò suo fratello di essere separato da Ignazio a Oñate? Di cosa parlò Ignazio con Nostra Signora di Arantzazu durante quella notte di preghiera? Una nuova strada si apriva davanti a lui, guidato solo dal suo desiderio di servire meglio il Signore. Chiediamo anche alla Madonna di diventare una guida sicura per il nostro pellegrinaggio e di proteggerci mentre scopriamo la presenza di Dio che ci accompagna nel nostro cammino. Chiediamo protezione per tutti coloro che amiamo, come certamente fece Ignazio, affidando tutta la sua famiglia alla Vergine Maria.

Giorno 2:

Note: Iniziamo il nostro viaggio con calma, affrontando seriamente l'argomento. È molto utile dedicare un po' di tempo alla riflessione sulla preghiera preparatoria. Se trovi "profondità" in qualche parola o in qualche punto, è meglio non andare avanti, ma rimanere lì, chiedendo cosa sta dicendo lo Spirito e permettendogli di parlare al nostro cuore. Ignazio ci dice che "conoscere e gustare qualcosa interiormente" è più importante che saperne molto.

Chiedere la **grazia** che desidero: Signore, concedimi la grazia di sentire interiormente il tuo amore nella mia vita e di esserti profondamente grato per questo.

Riflessioni: La spiritualità è stata definita come «trasformare il proprio cammino nella vita in un cammino verso Dio». Speriamo di trasformare il nostro viaggio attraverso la Spagna in un cammino spirituale.

Iniziamo contemplando ciò che ci circonda in questi luoghi meravigliosi vicino a Loyola. Camminiamo lentamente, consapevoli che è un dono poter dedicare tempo a questo incontro con Dio, con il mondo e con noi stessi. È un privilegio poter fare questi «esercizi»! Lasciamo che i nostri cuori saltino di gratitudine mentre iniziamo il nostro pellegrinaggio. Colui che ci ha amato fin dall'inizio e ci guida nella nostra vita è Colui che ci ha portato qui. Con questa convinzione iniziamo il nostro cammino. Dio, che è Padre e Madre per noi, viene incontro a noi in ogni persona e cosa che vediamo. Possa la Sua presenza riempirci di gratitudine.

Scrittura:

Isaia 55,1-11. Dio, nel suo amore per me, mi invita a venire a Lui.

«Venite, tutti voi che avete sete, venite alle acque; e chi non ha denaro, venga, compri e mangi! Venite, comprate vino e latte senza denaro e senza prezzo. Perché spendete il vostro denaro per ciò che non è pane e il vostro lavoro per ciò che non sazia? Ascoltate attentamente me, mangiate ciò che è buono e godete di cibi succulenti. Porgete l'orecchio e venite a me, ascoltate e la vostra anima vivrà; io farò con voi un patto eterno, il mio amore fedele e sicuro per Davide. Ecco, io l'ho costituito testimone per i popoli, capo e comandante per i popoli. Ecco, tu chiamerai una nazione che non conosci, e una nazione che non ti conosce correrà da te, per amore del Signore tuo Dio e del Santo d'Israele, perché egli ti ha glorificato. Cercate il Signore mentre si può trovare, invocatelo mentre è vicino; il malvagio abbandoni la sua via e l'uomo iniquo i suoi pensieri; ritorni al Signore, che avrà pietà di lui, al nostro Dio, che largamente perdona. Poiché i miei pensieri non sono i vostri pensieri, né le vostre vie sono le mie vie, dichiara il Signore. Come i cieli sono più alti della terra, così le mie vie sono più alte delle vostre vie e i miei pensieri più alti dei vostri pensieri. Come la pioggia e la neve scendono dal cielo e non vi ritornano senza aver irrigato la terra, senza averla fecondata

e germogli, dando seme al seminatore e pane a chi mangia, così sarà la mia parola che esce dalla mia bocca: non tornerà a me senza effetto, ma farà ciò che io desidero e raggiungerà lo scopo per cui l'ho mandata».

Salmo 63. Rispondo a Dio esprimendo il mio desiderio di incontrarlo.

«O Dio, tu sei il mio Dio; ti cercherò fin dal mattino; l'anima mia è assetata di te, la mia carne è esausta dal desiderio di te, come terra arida e bruciata, senza acqua; per vedere la tua potenza e la tua gloria, come ti ho visto nel luogo santo. Poiché la tua misericordia è migliore della vita, le mie labbra ti loderanno. Così continuerò a benedirti per tutta la mia vita, alzando le mie mani nel tuo nome. La mia anima sarà confortata, come con del buon cibo; e la mia bocca ti loderà con canti di gioia; quando il ricordo di te mi viene in mente sul mio letto, e quando penso a te durante la notte. Poiché tu sei stato il mio aiuto, gioirò all'ombra delle tue ali. La mia anima ti sta sempre vicina: la tua destra mi sostiene. Ma quelli che desiderano la distruzione della mia anima scenderanno nelle profondità della terra. Saranno uccisi dalla spada, saranno pasto per le volpi. Ma il re gioirà in Dio, chiunque giura per lui avrà motivo di orgoglio, ma la bocca falsa sarà zittita. »

Colloquio finale: riassumi ciò che hai pensato o provato durante la tua preghiera, parlando con Gesù come un amico fa con un altro amico. Sii sincero con lui riguardo a ciò che hai vissuto e provato (o non provato) durante questa tappa del tuo cammino con lui.

Che io sia degno della tua fiducia

Per qualche strana ragione, Signore, tu dipendi da me. Che
bisogno potresti mai avere della mia spalla? Perché dovresti
appoggiarti a me? Eppure è proprio quello che fai.
Te ne sono grato.
È una sfida e una fiducia, un'ispirazione e una chiamata al carattere.
Se sei disposto a dipendere da me, debole e
goffo come sono,
sono ansioso di non deluderti.
Appoggiati a me, caro
Signore.
Almeno fingi di trovarmi d'aiuto.
Possa la tua dolce finzione
mi renda degno della tua fiducia così reale.

-Daniel A . Lord SJ. Questa preghiera fa parte di una serie di riflessioni spirituali che Daniel Lord ha scritto dopo aver ricevuto una diagnosi di cancro.

Giorno 3:

Note: Insistiamo sul fatto che è molto utile dedicare un po' di tempo alla preghiera introduttiva, che esprime l'obiettivo fondamentale del nostro pellegrinaggio interiore. Ricordate che se trovate "profondità" in una parola o in un'idea, è meglio non andare oltre, ma rimanere lì, permettendo che ci parli in profondità. Oggi vi consigliamo di dedicare molto tempo alla preghiera all'arrivo

al santuario di Aranzazu, proprio come faceva Ignazio. Pregate con gratitudine per tutto ciò che avete nella vostra vita, per i doni che avete ricevuto fino ad ora e, non da ultimo, per essere qui!

Grazia: Signore, concedimi la grazia di sentire interiormente il tuo amore nella mia vita, con profonda gratitudine.

Riflessioni: Mentre ci avviciniamo al santuario di Nostra Signora di Aranzazu, dedichiamo un secondo giorno ad approfondire in preghiera i momenti felici della nostra vita. Mentre cammini e preghi, ricorda i momenti di felicità e di grazia, specialmente quelli che ora consideri punti di svolta nella tua vita. Ci sono stati momenti in cui avete sentito particolarmente la presenza di Dio mentre facevate una scelta importante, o momenti in cui avete sopportato una grande tribolazione che avete superato con l'aiuto di Dio? Ci sono stati momenti in cui avete sentito che Dio era assente, momenti in cui non riuscivate a credere che Dio potesse essere con voi? Eppure Lui era sempre lì, come vostro migliore amico, come un padre tenero, come una madre premurosa. Porta nel tuo cuore tutti quei momenti e sentiti pieno di grande gratitudine per le persone e gli eventi della tua vita passata: Dio è sempre all'opera intorno a noi. Perché non presentare quei momenti e tutte quelle persone a Dio e ringraziarlo perché sono state le Sue mani e le Sue braccia a sostenerti?

Scrittura:

Luca 1, 46-55 Con Maria, la mia anima glorifica il Signore.

Luca 12, 22-34 Signore, Tu conosci tutti i miei bisogni. Non devo preoccuparmi.

Colloquio finale: Riassumi la tua meditazione in uno spirito di preghiera, parlando a Maria come un figlio o una figlia fa con la propria madre. Ora che sei vicino al suo santuario, apriti con lei su ciò che hai scoperto durante questa tappa del tuo cammino.

Fiducia paziente

Soprattutto, abbi fiducia nel lento operare di Dio
Siamo naturalmente impazienti in tutto, desiderosi di arrivare alla fine senza indugi.
Vorremmo saltare le fasi intermedie.
Siamo impazienti di essere sulla strada verso qualcosa di sconosciuto, qualcosa di nuovo.
Eppure è legge di ogni progresso che esso avvenga passando attraverso alcune fasi di instabilità e che possa richiedere molto tempo.

E così, penso che sia anche per voi
le tue idee maturano gradualmente: lasciale crescere,
lasciale prendere forma, senza fretta.
Non cercate di forzarle,
come se poteste essere oggi ciò che il tempo
(vale a dire la grazia e le circostanze che agiscono sulla tua buona volontà) ti
renderà domani.

Solo Dio può dire quale sarà questo nuovo spirito che si sta gradualmente formando dentro di te.
Concedi al Signore il beneficio di credere che la sua mano ti sta guidando e accetta
l'ansia di sentirti in sospenso e incompleto.

-Pierre Teilhard de Chardin SJ (1881-1955)

Giorno 4:

Note: Vorremmo insistere sull'importanza di dedicare un po' di tempo alla riflessione sulla preghiera introduttiva. Ricordate ciò che ci dice Ignazio, che "conoscere e assaporare qualcosa interiormente" è più importante che sapere molto. Quindi non abbiate fretta. Oggi iniziamo a considerare il nostro Principio e Fondamento, riflettendo sullo scopo per cui siamo stati creati. È essenziale avere una visione d'insieme prima di entrare nei dettagli in seguito.

Grazia: Signore, concedimi la grazia di sentire interiormente il tuo amore nella mia vita, con profonda gratitudine. Aiutami, o Signore, a scoprire il fondamento della mia vita, secondo la tua volontà.

Riflessioni: Iniziamo ricordando che tutta la nostra vita è stata un cammino spirituale. Mentre cammini oggi, dedica un po' di tempo a ricordare nuovamente la storia della tua vita e lascia che la tua mente vaghi su di essa in preghiera. Ricorda il tuo passato e lascia che Dio ti mostri una sorta di album fotografico dei momenti chiave, alcuni dolorosi, altri gioiosi, che ti hanno portato alla fase attuale della tua vita. Chi sono? Come sono arrivato a questo punto della mia vita? Quali persone, eventi o luoghi hanno influito nel plasmare la persona che sono ora? Lascia che queste immagini affiorino, insieme a qualsiasi sentimento di gratitudine, dolore o preghiera che le accompagna.

In contrasto con quelli positivi, ci sono momenti, persone o aspetti della tua vita che ti causano imbarazzo, che vorresti rinnegare e che non riesci a immaginare che Dio possa accettare? Presenta questi momenti a Dio, con una preghiera di accettazione e crescita. Non devi sentirti completamente riconciliato o "risolvere" nulla oggi; le persone e i momenti che hai ricordato e i sentimenti che sono affiorati possono diventare argomenti di riflessione e preghiera mentre cammini con Dio in questo pellegrinaggio. Stiamo vivendo il processo di "affidare tutta la nostra vita a Dio", che a volte può riempirci di gioia e gratitudine, altre volte di rimpianto e vergogna. Le grazie che cerchiamo saranno la gratitudine, la comprensione e l'accettazione di noi stessi e la consapevolezza di essere accettati da Dio. Pensate a voi stessi come a dei "cercatori d'oro", che setacciano la moltitudine di idee che vi vengono in mente fino a trovare la "pepita", gli aspetti della vita in cui potete imparare qualcosa o in cui avete bisogno di crescere. Dio potrebbe guidarvi a dedicare del tempo alla riflessione su di essi.

Scrittura:

Osea 11,1-9. Il suo amore per me è un amore tenero.

«Quando Israele era bambino, mi era caro; e ho portato mio figlio fuori dall'Egitto. Quando li ho chiamati, si sono allontanati da me; hanno offerto sacrifici ai Baal, bruciando profumi alle immagini. Ma io guidavo i passi di Efraim; li prendevo tra le mie braccia, ma loro non erano consapevoli che ero pronto a guarirli. Li ho fatti venire dietro a me con legacci d'amore, con vincoli di affetto; ero per loro come uno che toglie il giogo dalla loro bocca, mettendo loro davanti del cibo. Tornerò nel paese d'Egitto e l'Assiro sarà il suo re, perché non sono tornati a me. E la spada passerà nelle sue città, sterminando i suoi figli e causando distruzione a causa dei loro disegni malvagi. Il mio popolo è dedito al peccato contro di me; anche se la loro voce si alza in alto, nessuno li solleva. Come posso abbandonarti, o Efraim? Come posso essere il tuo salvatore, o Israele? Come posso renderti simile ad Adma? Come posso farti ciò che ho fatto a Zeboim? Il mio cuore si è commosso, è pieno di pietà. Non darò sfogo al mio ardore, non manderò di nuovo la distruzione su Efraim, perché io sono Dio e non uomo, il Santo in mezzo a voi; non vi distruggerò.

Salmo 139, 1-14.17-18. Con timore reverenziale ricordo come Dio si è preso cura di me nei momenti di gioia e di dolore, nei momenti di successo e di fallimento, nei momenti di fedeltà e di infedeltà.

«O Signore, tu mi conosci, scruti tutti i miei segreti. Tu sai quando mi siedo e quando mi alzo, vedi da lontano i miei pensieri. Tu vegli sui miei passi e sul mio sonno, e conosci tutte le mie vie. Non c'è parola sulla mia lingua che non ti sia chiara, o Signore. Tu mi circondi da ogni parte e hai posto la tua mano su di me. Tale conoscenza è una meraviglia più grande dei miei poteri; è così alta che non posso avvicinarmi ad essa. Dove potrei andare lontano dal tuo spirito? Come potrei fuggire da te? Se salgo in cielo, tu sei là; se mi corico negli inferi, tu sei là. Se prendo le ali dell'aurora e mi reco all'estremità del mare, anche là la tua mano mi guiderà e la tua destra mi sosterrà. Se dico: «Che l'oscurità mi copra e la luce intorno a me sia notte», anche l'oscurità non è oscura per te; la notte è chiara come il giorno, perché per te l'oscurità e la luce sono uguali. La mia carne è stata formata da te e le mie membra sono state intessute nel grembo di mia madre. Ti loderò, perché sono stato formato in modo strano e delicato; le tue opere sono grandi meraviglie, e di questo la mia anima è pienamente consapevole. [...] Quanto mi sono cari i tuoi pensieri, o Dio! Quanto è grande il loro numero! Se li contassi, sarebbero più numerosi dei granelli di sabbia; quando sono sveglio, sono ancora con te».

Esercizi spirituali, 5. *«È molto utile che coloro che fanno gli esercizi li inizino con grande coraggio e generosità verso il loro Creatore e Signore, offrendogli tutto il loro amore e la loro libertà, affinché Sua Divina Maestà possa disporre della loro persona e di tutto ciò che hanno secondo la Sua santa volontà».*

Colloquio finale: riassumi ciò che ti è venuto in mente durante il tuo tempo di preghiera, parlando con Gesù come un amico fa con un altro amico. Sii onesto con lui su ciò che hai scoperto in questa fase del tuo cammino.

Mi hai chiamato per nome

Oh, Signore mio Dio,
mi hai chiamato dal sonno del nulla semplicemente
perché nel tuo amore immenso
vuoi creare esseri buoni e belli.
Mi hai chiamato per nome nel grembo di mia madre. Mi hai dato
respiro, luce e movimento e hai camminato con me in ogni
momento della mia esistenza.
Sono stupito, Signore Dio dell'universo, che tu ti
prenda cura di me e, ancora di più, che mi ami. Crea in
me la fedeltà che ti commuove,
e io avrò fiducia in te e ti desidererò per tutti i miei giorni.
Amen.

-Joseph Tetlow SJ.

Giorno 5:

Note: Insistiamo ancora una volta sulla necessità di dedicare un po' di tempo alla riflessione sulla preghiera introduttiva. Ricordate anche ciò che ci dice Ignazio: che «la conoscenza interiore e il gusto interiore» sono più importanti della conoscenza esteriore. Quindi non abbiate fretta. Oggi continuiamo la nostra riflessione sul nostro Principio e Fondamento.

Grazia: Ti supplico, Signore, di guidare tutte le mie azioni con la tua ispirazione, di sostenerle con il tuo aiuto misericordioso, affinché ogni mio intento e ogni mia azione possano avere sempre origine da Te e attraverso Te giungere a felice compimento.

Riflessioni: Le meditazioni precedenti vi hanno ricordato dove siete stati nella vostra vita e che Dio è stato e rimarrà sempre una presenza fedele nel vostro cammino di vita. Oggi la nostra meditazione cambia focus. Riflettiamo sul panorama più ampio, sul quadro più grande e completo della vostra vita, sul significato del nostro cammino umano attraverso la vita. Qual è il piano di Dio per noi esseri umani? Qual è lo scopo del nostro pellegrinaggio attraverso questo mondo? Negli Esercizi Spirituali, Ignazio dà una risposta semplice ma profonda a queste domande: «*Dio ci ha creati per lodarlo, riverirlo e servirlo e in questo modo salvare le nostre anime. Dio ha creato tutte le altre creature per aiutarci a raggiungere questi scopi*».

Questa affermazione è semplice ma profonda. Dio ci ha creati per unirli a Lui (per «salvare le nostre anime», come dice Ignazio). In questa vita terrena, ci avviciniamo a Dio con la lode e la gratitudine per le meraviglie di questo pianeta, con la riverenza e il profondo rispetto per le persone e i doni che Dio ha creato, e servendo Dio nei nostri fratelli e sorelle.

Raggiungo la piena libertà spirituale quando sono così completamente rapito dall'amore di Dio che tutti i desideri del mio cuore e ogni azione, affetto, pensiero e decisione che ne derivano sono diretti a Dio mio Padre/Madre e al Suo servizio e alla Sua lode.

Iniziamo riflettendo sullo scopo della nostra vita: sappiamo a cosa serve una caffettiera. A cosa servono gli esseri umani?

Scrittura:

Salmo 104. Il Dio che mi chiama è il Dio che mi ha creato e che ha fatto tutto il resto perché mi ama.

«Loda il Signore, anima mia. O Signore mio Dio, tu sei grande, sei rivestito di gloria e di potenza. Ti avvolgi di luce come di un mantello, stendi i cieli come un tendaggio: l'arco della tua dimora poggia sulle acque, fai delle nuvole il tuo carro, cammini sulle ali del vento: egli fa dei venti i suoi angeli, delle fiamme di fuoco i suoi servitori. Hai reso salda la terra sulle sue fondamenta, affinché non si muova in eterno; l'hai ricoperta di mare come di un manto; le acque erano alte sopra le montagne; alla voce della tua parola sono fuggite, al suono del tuo tuono sono scappate spaventate; le montagne si sono alzate e le valli sono scese nel luogo che avevi preparato per loro. Hai posto un limite che non possono oltrepassare, affinché la terra non sia mai più ricoperta da esse. Hai mandato le sorgenti nelle valli; scorrono tra le colline. Danno da bere a ogni animale della campagna; gli asini selvatici vi si recano per abbeverarsi. Gli uccelli dell'aria hanno il loro riposo presso di esse e cantano tra i rami. Egli fa scendere la pioggia dai suoi magazzini sulle colline: la terra è piena del frutto delle sue opere. Egli fa crescere l'erba per il bestiame e le piante per l'uso dell'uomo, affinché dalla terra esca il pane; e il vino per rallegrare il cuore dell'uomo, e l'olio per far risplendere il suo volto, e il pane per dare forza al suo cuore. Gli alberi del Signore sono ricchi di frutti, i cedri del Libano che egli ha piantato; dove gli uccelli hanno i loro luoghi di riposo; quanto alla cicogna, gli alberi alti sono la sua dimora. Le alte colline sono un luogo sicuro per le capre di montagna e le rocce per le piccole bestie. Egli ha fatto la luna come segno delle divisioni dell'anno, insegnando al sole il tempo del suo tramonto. Quando lo rendi buio, è notte, quando tutte le bestie dei boschi escono silenziosamente dai loro nascondigli. I giovani leoni vanno fragorosamente in cerca del loro cibo, cercando la loro carne da Dio. Il sole sorge, e loro si riuniscono e tornano nei loro nascondigli per riposarsi. L'uomo esce per il suo lavoro e per i suoi affari, fino alla sera. O Signore, quanto è grande il numero delle tue opere! Tu le hai fatte tutte con saggezza; la terra è piena delle cose che hai creato. C'è il mare grande e vasto, dove vivono creature grandi e piccole, più di quante se ne possano contare. Lì navigano le navi; c'è quella grande bestia che tu hai creato come un giocattolo. Tutti aspettano che tu dia loro il cibo a suo tempo. Prendono ciò che tu dai loro; sono sazi delle cose buone che provengono dalla tua mano generosa. Se il tuo volto è velato, essi sono turbati; quando tu togli loro il respiro, essi cessano di esistere e tornano alla polvere. Se tu mandi il tuo spirito, essi sono vivificati; tu rinnovi la faccia della terra. Sia la gloria del Signore per sempre; gioisca il Signore nelle sue opere: al cui sguardo la terra trema, al cui tocco le montagne emettono fumo. Canterò al Signore per tutta la mia vita, canterò inni al mio Dio finché avrò vita. Che i miei pensieri siano graditi a lui: mi rallegrerò nel Signore. Che i peccatori siano sterminati dalla terra e che tutti gli uomini malvagi siano distrutti. Loda il Signore, anima mia. Loda il Signore».

Genesi 22:1-18. Questo testo sulla fede e la libertà di Abramo mette in discussione la mia fede e la mia libertà.

«Dopo questi fatti, Dio mise alla prova Abramo e gli disse: "Abramo!" Egli rispose: "Eccomi!" Dio disse: "Prendi tuo figlio, il tuo unico figlio, colui che ami, Isacco, e va' nel paese di Moriah e offrilo là in olocausto su uno dei monti che ti indicherò". Abramo si alzò di buon mattino, preparò l'asino e prese con sé due dei suoi servi e Isacco, suo figlio. Dopo aver tagliato la legna per l'olocausto, si mise in cammino verso il luogo che Dio gli aveva indicato. Il terzo giorno Abramo alzò gli occhi e vide il luogo da lontano. Allora disse ai suoi servi: «Rimanete qui con l'asino; io e il ragazzo andremo fino a quel luogo, adoreremo e poi torneremo da voi». Abramo mise la legna per l'olocausto sulle spalle del figlio, prese in mano il fuoco e il coltello e insieme si incamminarono. Allora Isacco disse ad Abramo: «Padre mio!». Egli rispose: «Eccomi, figlio mio». E disse: «Abbiamo qui la legna e il fuoco, ma dov'è l'agnello per l'olocausto?». E Abramo rispose: «Dio stesso provvederà l'agnello per l'olocausto». E proseguirono insieme. Giunsero al luogo che Dio gli aveva indicato; là Abramo costruì l'altare, vi dispose la legna, legò suo figlio Isacco e lo pose sull'altare, sopra la legna. E Abramo stese la mano e prese il coltello per uccidere suo figlio. Ma la voce dell'angelo del Signore venne dal cielo, dicendo: «Abramo, Abramo!». E lui rispose: «Eccomi». E l'angelo disse: «Non stendere la mano contro il ragazzo per fargli del male, perché ora so che hai timore di Dio, poiché non mi hai nascosto tuo figlio, il tuo unico figlio». Alzando gli occhi, Abramo vide un montone, che con la corna era rimasto impigliato in un cespuglio; allora Abramo prese il montone e lo offrì in olocausto al posto di suo figlio. Abramo chiamò quel luogo Yahweh-yireh, che significa: «Il Signore provvederà». Come si dice ancora oggi: «Sul monte il Signore provvederà». E la voce dell'angelo del Signore giunse ad Abramo una seconda volta dal cielo, dicendo: «Ho giurato per il mio nome, dice il Signore, perché hai fatto questo e non mi hai nascosto il tuo unico figlio, che tu ami tanto, che io ti darò certamente la mia benedizione, e la tua discendenza sarà numerosa come le stelle del cielo e la sabbia che è sulla riva del mare; la tua discendenza conquisterà la terra di coloro che le sono contrari; e la tua discendenza sarà una benedizione per tutte le nazioni della terra, perché hai fatto ciò che ti ho ordinato di fare».

Marco 12, 28-34. Il mio principio e fondamento è l'amore di Dio.

Colloquio finale: riassumi ciò che ti è venuto in mente durante il tuo tempo di preghiera, parlando con Gesù come un amico fa con un altro amico. Sii onesto con lui riguardo a ciò che hai scoperto in questa fase del tuo cammino.

Dio della mia vita

Solo nell'amore posso trovarti, mio Dio.
Nell'amore le porte della mia anima si spalancano,
permettendomi di respirare una nuova aria di libertà
e di dimenticare il mio io meschino.

Nell'amore tutto il mio essere sgorga
dai rigidi confini della ristrettezza e dell'ansiosa autoaffermazione, che mi rendono
prigioniero della mia povertà e del mio vuoto.
Nell'amore tutte le forze della mia anima fluiscono verso di te, senza
mai più voler tornare indietro,
ma perdersi completamente in te,
poiché con il tuo amore sei il centro più intimo del mio cuore, più vicino
a me di quanto io sia a me stesso.

Ma quando ti amo,
quando riesco a uscire dal ristretto cerchio dell'io e a lasciarmi alle
spalle l'inquieta agonia delle domande senza risposta,
quando i miei occhi accecati non guardano più solo da lontano e
dall'esterno il tuo splendore inaccessibile, e molto più ancora quando tu
stesso, o Incomprensibile,
sei diventato attraverso l'amore il centro più intimo della mia vita,
allora posso seppellire me stesso interamente in te, o Dio
misterioso, e con me tutte le mie domande.

-Karl Rahner SJ (1904-84) era un gesuita tedesco le cui indagini teologiche e riflessioni oranti hanno fornito gran parte del vocabolario per la teologia post-Vaticano II.

Giorno 6:

Note: Sappiamo già che è molto importante riflettere sulla preghiera introduttiva. Dobbiamo anche tenere presente che non dobbiamo avere fretta mentre meditiamo. Oggi vogliamo considerare tutti i "mezzi" che Dio impiega per mostrarci il Suo Amore e l'uso che dovremmo fare di questi "mezzi".

Grazia: Ti supplico, Signore, di guidare tutte le mie azioni con la tua ispirazione, di sostenerle con il tuo aiuto misericordioso, affinché ogni mio intento e ogni mia azione possano avere sempre origine da Te e attraverso Te giungere a felice compimento.

Riflessioni: Oggi riflettiamo ulteriormente sulla nostra vita umana e su come viverla per raggiungere bene il suo scopo. In particolare, consideriamo più profondamente questa frase tratta dagli Esercizi di Sant'Ignazio: «*Le altre cose sulla faccia della terra sono state create per gli esseri umani, per aiutarli a perseguire il fine per cui sono stati creati*». Ecco come Ignazio rivela alcune delle implicazioni impegnative di questa frase: «*Dobbiamo usare queste cose nella misura in cui ci aiutano a raggiungere il nostro fine, e liberarcene nella misura in cui ci ostacolano. Per raggiungere questo obiettivo è necessario rendersi indifferenti a tutte le cose create, in modo da non cercare la ricchezza piuttosto che la povertà, l'onore piuttosto che il disonore, una vita lunga piuttosto che una breve, e così via. Piuttosto, dobbiamo desiderare e scegliere solo ciò che è più favorevole al fine per cui siamo stati creati*».

Essere «indifferenti», nelle parole di Ignazio, significa essere «liberi»: cioè liberi dall'essere così attaccati, dipendenti, schiavi o stregati da qualsiasi cosa creata o meramente umana che ci impedisca di vivere secondo il nostro scopo. Cioè, non vogliamo diventare così ossessionati dal vivere una vita terrena di successo che la nostra vita diventi un servire noi stessi e non servire Dio e seguire il Suo piano. Vogliamo essere liberi da tutto ciò che potrebbe impedirci di essere liberi per il nostro vero scopo. Vogliamo mettere l'amore di Dio al di sopra di qualsiasi amore meramente umano. Vogliamo vivere una vita equilibrata e ordinata: una vita in cui abbiamo un rapporto corretto con le altre persone, con il denaro e con le cose, in modo da non diventare schiavi dell'attaccamento a nessuna di esse. Sebbene le cose create possano aiutarci a raggiungere il nostro scopo, possono anche distrarci da esso se ci concentriamo su di esse piuttosto che sul nostro scopo più grande. Non dovremmo confondere le ambizioni terrene con lo scopo della vita e permettere loro di prendere il posto di Dio.

Fai un elenco delle persone che ammiri in questo senso. Cosa ammiri in loro? Forse puoi immaginare persone sante del passato o persone che conosci ora, le cui vite mostrano questo sano equilibrio e questa libertà. Questo non è il momento di giudicarti su ciò che ti manca (rifletterai sulle tue prestazioni più tardi). Per il momento, stiamo cercando di sviluppare un chiaro senso dello scopo e un chiaro senso degli ideali a cui vogliamo aspirare nella nostra vita.

Scrittura:

Salmo 8. Che cos'è l'uomo, perché tu te ne curi?

«O Signore, nostro Signore, la cui gloria è più alta dei cieli, quanto è nobile il tuo nome in tutta la terra! Hai manifestato la tua forza anche dalla bocca dei bambini in fasce, a causa di quelli che ti sono contrari, per svergognare l'uomo crudele e violento. Quando vedo i tuoi cieli, opera delle tue dita, la luna e le stelle che hai posto al loro posto, che cos'è l'uomo, perché te ne curi? Il figlio dell'uomo, perché te ne occupi? Lo hai fatto poco inferiore agli dei, lo hai coronato di gloria e di onore. Lo hai fatto signore sulle opere delle tue mani, hai posto ogni cosa sotto i suoi piedi: tutte le pecore e i buoi, e tutte le bestie dei campi, gli uccelli del cielo e i pesci del mare, e tutto ciò che solca le acque profonde dei mari. O Signore, nostro Signore, quanto è nobile il tuo nome in tutta la terra!».

Romani 8, 5-6; 12-18. Tutti quelli che sono guidati dallo Spirito di Dio sono figli di Dio. Quelli che vivono secondo lo Spirito hanno la mente rivolta alle cose dello Spirito.

Filippesi 1, 21-26; 3, 7-16; 4, 10-13. Qui e ora, quanto posso identificarmi con l'atteggiamento di San Paolo?

Colloquio finale: riassumi ciò che ti è venuto in mente durante il tuo tempo di preghiera, parlando con Gesù come un amico parla a un altro amico. Sii onesto con lui riguardo a ciò che hai scoperto in questa fase del tuo cammino.

Perfetta rassegnazione

Mio Dio,
non so cosa mi riserverà oggi.
Ma sono certo che nulla potrà accadermi che tu non abbia previsto, decretato e ordinato
da tutta l'eternità.
Questo mi basta.
Adoro i tuoi disegni impenetrabili ed eterni, ai quali mi
sottometto con tutto il cuore.
Li desidero, li accetto tutti
e unisco il mio sacrificio a quello di Gesù Cristo, mio divino Salvatore.
Chiedo nel suo nome e attraverso i suoi infiniti meriti, pazienza nelle mie prove
e perfetta e totale sottomissione a tutto ciò che mi viene dalla tua benevolenza. Amen.

-San Giuseppe Pignatelli SJ (1737-1811) rimase fedele alla sua vocazione gesuita anche dopo la soppressione della Compagnia di Gesù nel 1773. Confidando nella provvidenza di Dio, trovò molti modi per rimanere in contatto con i membri dispersi della Compagnia. La Compagnia di Gesù fu restaurata il 7 agosto 1814 da Papa Pio VII.

Giorno 7: Giorno di valutazione. Esame della settimana. Prendi nota di due o tre punti principali della settimana appena trascorsa.

Giorno 8 Alcuni suggerimenti ignaziani per oggi: Autobiografia,

Ignazio vuole cambiare vita. Per farlo, decide di sistemare i suoi conti e mettere ordine nei suoi affari. E anche se non aveva soldi a disposizione, il duca Najera non esitò a mostrare il suo affetto per Ignazio concedendogli tutto ciò che chiedeva.

«Più tardi, Ignazio si ricordò che un funzionario del palazzo del duca gli doveva dei soldi, e così preparò un resoconto scritto per il tesoriere del duca. Ignazio ottenne il suo denaro e lasciò detto di distribuirlo a diverse persone verso le quali si sentiva in debito. Dedicò anche parte del denaro al restauro di una statua della Beata Vergine che era in cattivo stato. Poi congedò i due servitori che lo avevano accompagnato, montò sul suo mulo e partì da solo da Navarrete alla volta di Montserrat. Dal giorno in cui lasciò Navarrete praticò quotidianamente la penitenza».

Per Ignazio non è il denaro che conta, ma piuttosto praticare opere di carità e aiutare coloro che hanno un bisogno particolare. Pertanto, restaurare l'immagine della Madonna sembrava un gesto importante. Man mano che la trasformazione interiore di Ignazio avveniva, egli cominciò a esternare questo cambiamento con gesti religiosi. Lo fece nella sua pratica di penitenza, flagellandosi ogni notte. Non c'è da stupirsi quindi che anche noi facciamo penitenza per i nostri errori passati, come preparazione per ricevere meglio il dono della nuova vita che Dio ci offre. Seguiamo Ignazio in questo processo: forse anche noi siamo invitati a iniziare una nuova vita.

Giorno 8:

Note: Oggi iniziamo a considerare la presenza del male nella nostra vita. Siamo chiamati a sentire il dolore dei nostri peccati. È un "giorno cupo" quando scopriamo questa grave realtà. Ignazio ci chiede di essere in questo stato d'animo durante la nostra meditazione, la nostra passeggiata,

la nostra giornata. I gesuiti si sono definiti così: «*Che cosa significa essere gesuiti? Significa sapere di essere peccatori, ma chiamati a essere compagni di Gesù come lo era Ignazio. Che cosa significa essere compagni di Gesù oggi? Significa impegnarsi, sotto lo stendardo della Croce, nella lotta cruciale del nostro tempo: la lotta per la fede e la lotta per la giustizia che essa comporta.*» (Congregazione Generale 32:11-12)

Grazia: Consapevole del fine per cui sono stato creato e della chiamata che Dio mi rivolge, lo prego di concedermi una comprensione profonda dei miei peccati e delle tendenze disordinate della mia vita, affinché io possa provare vergogna e confusione e rivolgermi a Lui per ottenere guarigione e perdono.

Riflessioni: Abbiamo riflettuto sul piano di Dio per gli esseri umani e sull'armonia che ne deriva quando i nostri rapporti con le altre persone e con il mondo sono in ordine. Oggi riflettiamo sulla realtà del peccato: cioè sul fatto che nel nostro mondo c'è un grave disordine. Il peccato non è solo un incidente o un errore. Piuttosto, il peccato significa che le persone scelgono deliberatamente di portare disordine e caos nella propria vita e in quella degli altri a causa di un grave attaccamento: il venditore che inganna i clienti per arricchirsi, il protettore che vende bambini come schiavi sessuali, il funzionario governativo che ruba denaro e permette ai cittadini di vivere nella miseria, il coniuge i cui figli non ricevono l'amore che meritano, il politico che mente e inganna per il potere...

Riflettete oggi non tanto sulla vostra storia personale di peccatori (quello lo farete domani), quanto sulla dura e crudele realtà del peccato nel nostro mondo e sul disordine, il dolore e il caos che esso provoca. Il peccato ha delle conseguenze. Riflettete anche sulla realtà di Cristo appeso alla croce, un'immagine che è custodita al centro, sopra l'altare, in ogni chiesa cattolica. Cristo è entrato nella storia e ha sofferto in risposta al peccato umano, per redimere gli esseri umani e mostrare loro una via migliore. Cercate di apprezzare ciò che la nostra cultura ha perso oggi: la consapevolezza della realtà del peccato. Richiamate alla mente le immagini del nostro mondo sofferente, che soffre a causa dell'ingiustizia che è all'opera in quasi tutte le relazioni e gli scambi umani. Esaminate la crisi economica e le sue cause. Pensate alle radici del peccato e dell'egoismo nel mondo. Mentre camminate, pregate per avere una visione chiara del peccato all'opera senza vergogna nella nostra vita. E pregate per sentire il disordine nella vostra vita e la vergogna che ne deriva.

Scrittura:

Geremia 18, 1-10. Il vaso di argilla che stava fabbricando si rovinò nelle mani del vasaio, che lo rielaborò in un altro vaso.

«La parola che fu rivolta a Geremia dal Signore, dicendo: Alzati, scendi nella casa del vasaio, e là ti farò udire le mie parole. Allora scesi nella casa del vasaio, ed egli stava lavorando sulle pietre. E quando il vaso che stava modellando con l'argilla si rovinò nelle mani del vasaio, egli lo rifacque in un altro vaso, come sembrava bene al vasaio di fare. Allora la parola del Signore mi fu rivolta, dicendo: «O Israele, non posso forse fare di te come fa questo vasaio? dice il Signore. Vedi, come l'argilla nelle mani del vasaio, così tu sei nelle mie mani, Israele. Ogni volta che dico qualcosa riguardo allo sradicare una nazione o un regno, e distruggerlo e mandargli la rovina; se, in quel preciso istante, quella nazione di cui parlavo si allontana dal suo male, il mio proposito di fare loro del male sarà cambiato. E ogni volta che dico qualcosa riguardo all'edificare una nazione o un regno e a piantarlo, se in quel preciso istante esso fa il male ai miei occhi, andando contro i miei ordini, allora il mio proposito buono, che avevo detto di voler fare per loro, sarà cambiato».

1 Giovanni 1:5-2:2. Se diciamo: «Siamo senza peccato», inganniamo noi stessi e la verità non è in noi. Ma se confessiamo i nostri peccati, colui che è fedele e giusto perdonerà i nostri peccati e ci purificherà da ogni iniquità.

Colloquio finale: *«Immaginando Cristo nostro Signore davanti a me inchiodato alla croce, chiedo perché il Creatore si è fatto uomo e dalla vita eterna è venuto alla morte temporale, per morire per i miei peccati. Allo stesso modo, guardando me stesso, chiedo cosa ho fatto per Cristo, cosa sto facendo per Cristo, cosa dovrei fare per Cristo; e vedendolo così appeso alla croce, rifletto su ciò che mi viene in mente. La conversazione/preghiera si fa parlando come un amico parla a un altro amico, o un servo al suo padrone, chiedendo qualche grazia, o rimproverandomi per qualche errore, o portando davanti a Lui le mie preoccupazioni e chiedendo consiglio al riguardo. Concludi dicendo un Padre Nostro».*

Giorno 9:

Note: Continuiamo a considerare la presenza del male nella vita, ma ora guardiamo al male nella nostra vita. Cerchiamo di diventare consapevoli dei nostri difetti. Ignazio ci consiglia di mantenere un «giorno cupo», come aiuto per scoprire il peccato nella nostra vita e sperimentarne la realtà. Quindi manteniamo quel «tempo triste» per la meditazione, per aiutarci a entrare meglio in questa considerazione del male.

Grazia: Essendo diventato consapevole dello scopo per cui sono stato creato e della vocazione a cui Dio mi invita, lo prego di farmi comprendere profondamente il peccato che è in me e le tendenze disordinate della mia vita, affinché io possa provare vergogna e confusione e rivolgermi a Lui per ottenere guarigione e perdono.

Riflessioni: Ieri abbiamo pregato per ottenere la grazia di una comprensione più profonda della realtà di un mondo peccaminoso. Oggi affrontiamo un'altra realtà scomoda e imbarazzante: il mio peccato. Che siamo peccatori è vero non solo per i criminali riprovevoli: ognuno di noi è un peccatore, a partire dal Papa fino a qualsiasi riprovevole disonorato occupi le notizie di questa mattina. Ognuno di noi ha modelli abituali di ribellione contro il piano di Dio: quali sono i miei? Un salmo dichiara: «Il Signore ascolta il grido dei poveri». E io? Ci sono modi in cui ho abitualmente ignorato «coloro che sono nel bisogno» che hanno incrociato il mio cammino: i poveri, gli anziani, gli emarginati, ecc.? Ci sono stati modi in cui ho usato o abusato di altre persone per soddisfare il mio bisogno di attenzione, denaro, sesso, approvazione, conforto?

Oggi cerchiamo la grazia di comprendere la nostra peccaminosità. Troppo spesso, la nostra cultura ci «anestetizza» dall'assumerci la responsabilità del nostro modo di pensare errato e delle nostre azioni sbagliate. Aristotele una volta dichiarò che «una vita non esaminata non vale la pena di essere vissuta». Dobbiamo esaminare attentamente i nostri difetti e le nostre mancanze abituali: le zone d'ombra della nostra vita, le abitudini che sono diventate "normali". Quelle che ci trascinano giù e ci impediscono di vivere un rapporto corretto con Dio, con gli altri e con il mondo di Dio. Potremmo pregare Dio per avere il coraggio di scoprire i nostri punti ciechi, di confrontarci con noi stessi e con la nostra peccaminosità, al fine di aborrrirla.

Assicuratevi di parlare con Dio e con Gesù. Sentirsi abbandonati nel nostro peccato è esattamente l'opposto della grazia che cerchiamo per questo giorno. La nostra peccaminosità non dovrebbe lasciarci sprofondare nell'autocommiserazione o nella depressione; piuttosto, preghiamo per ottenere esattamente la grazia opposta: un senso di meraviglia e gratitudine per essere un "peccatore amato", così amato da Dio che ha dato il suo unico Figlio per me, così amato che, pur conoscendo pienamente la portata dei miei peccati, il suo amore rimane immutato e il suo desiderio di collaborazione e amicizia con me è assolutamente immutato. Ignazio mi invita a provare un sincero senso di vergogna per la mia peccaminosità, unito a un grande stupore per il fatto che sono ancora qui e vivo: lo stupore di essere un peccatore, ma anche amato e redento. Cerco una *guarigione interiore*, sapendo di essere un peccatore amato.

Scrittura:

Luca 15,1-7. Gesù accoglie i peccatori e mangia con loro.

Luca 5,1-11. Dico a Gesù: «Allontanati da me, Signore, perché sono un peccatore!». 2 Cor 12,8-10. Quando sono debole, allora sono forte.

Colloquio finale: *«Immaginando Cristo nostro Signore davanti a me, appeso a una croce, parlo con Lui, chiedendogli come il Creatore sia diventato uomo per me, sia passato dalla vita eterna alla morte temporale e sia così morto per i miei peccati. Allo stesso modo, guardando me stesso, chiedo cosa ho fatto per Cristo, cosa sto facendo per Cristo, cosa dovrei fare per Cristo; e così, vedendolo in questo modo, appeso alla croce, discuto ciò che mi viene in mente. Il dialogo si svolge come un amico parla a un altro, o un servo al suo padrone; a volte chiedendo qualche grazia, a volte rimproverandomi per qualche errore, a volte discutendo dei miei affari e chiedendo consigli al riguardo. Concludo recitando un Padre Nostro.»*

Preghiera per una nuova vita attraverso la morte al peccato

Attraverso la tua santissima passione e morte,
ti supplico, Signore, di concedermi una vita santissima e
una morte completa a tutti i miei vizi
e alle mie passioni e al mio amor proprio,
e di concedermi la visione della tua santa fede, speranza e carità.

-Sant'Alfonso Rodriguez SJ (1531-1617) era un fratello laico gesuita spagnolo e direttore spirituale. Sotto la sua influenza, Pietro Claver, che visse con lui per qualche tempo a Maiorca, seguì il suo consiglio nel chiedere le missioni in Sud America.

Giorno 10:

Note: Stiamo ancora riflettendo sulla presenza del male nella nostra vita, ma oggi in modo completamente diverso. Ora ci apriamo alla misericordia del Padre. Ignazio ci invita a provare la meraviglia che si prova quando, nonostante la realtà del nostro peccato, ci troviamo faccia a faccia con l'infinita misericordia di Dio. Oggi il nostro atteggiamento nel nostro Cammino è quello di un peccatore pentito, ma soprattutto di un peccatore immensamente amato.

Grazia: Caro Padre, ti chiedo il dono di una conoscenza interiore e sentita della mia peccaminosità, affinché io possa sperimentare anche il tuo amore per me, così come un crescente desiderio di rivolgermi a te e un rinnovato entusiasmo nel seguire Gesù.

Riflessioni: Hai riflettuto sulla realtà del peccato umano e sulla tua peccaminosità. Oggi sei invitato a riflettere sulla straordinaria realtà della misericordia di Dio. Sei amato e perdonato, completamente. «Convertitevi e credete al Vangelo». Le due cose vanno di pari passo. Cioè, prima accettiamo la realtà della nostra peccaminosità e ci pentiamo sinceramente di aver portato disarmonia e disordine nella nostra vita e nel mondo. Poi crediamo nella Buona Novella: Dio è misericordioso, lo è sempre stato e lo sarà sempre. Ciò che conta in definitiva non è che noi siamo fedeli a Dio (nessuno di noi è capace di completa fedeltà), ma che Dio è fedele a noi. È lo stesso Dio che ti accompagna: nei tuoi momenti migliori, quando ti comporti bene e ricevi lodi da tutte le parti, e nei tuoi momenti più vergognosi, quando sai che c'è una buona ragione per cui sei caduto in disgrazia. Non puoi guadagnarti l'amore di Dio, e non devi farlo! L'amore di Dio è dato gratuitamente, così gratuitamente che ci sembra impossibile! Il padre della parabola, sebbene abbia tutte le ragioni per essere arrabbiato, non nutre alcun risentimento. Il figlio minore lo ha offeso e ha sperperato ciò che lui ha faticosamente accumulato, cosa che noi esseri umani troviamo quasi impossibile da accettare. Infatti, il figlio maggiore non riesce ad accettare l'atteggiamento perdonante del padre.

Nella tua vita di peccatore, non sei solo. Sei perdonato. Sei amato. E questo è ciò che ci spinge al pentimento, al desiderio di fare ammenda. Ma dobbiamo sapere che abbiamo bisogno della grazia di Dio per pentirci e desiderare di farlo: non conosciamo e non seguiamo la retta via con la nostra saggezza e la nostra forza. Chiedi a Gesù. Prega affinché tu possa essere disposto e capace di accettare pienamente ciò che Dio offre così liberamente: il perdono. Noi esseri umani spesso viviamo la nostra vita oppressi da un senso di colpa paralizzante. Dio invece ci chiede di camminare nella libertà.

Scrittura:

Luca 15, 11-32. Questo mio figlio era morto ed è tornato in vita; era perduto ed è stato ritrovato. Luca 5, 17-26.

Quando Gesù vide la loro fede, disse (*al paralitico*): «I tuoi peccati sono perdonati». Giovanni 8, 2-11. E Gesù disse: «Neanch'io ti condanno. Va' e non peccare più».

Romani 5, 1-8. Dio dimostra il suo amore per noi nel fatto che, mentre eravamo ancora peccatori, Cristo è morto per noi.

Colloquio finale: Parlo con Gesù come un amico parla con un altro amico, provando con crescente intensità la meraviglia di essere vivo in questo momento e sentendo che vivo in un mondo chiamato ad essere salvato dall'amore di Dio. Contemplo la sua creazione e la sua storia. Poi, dopo aver meditato sulla distruzione del peccato, parlo con Gesù della grazia del perdono che ho ricevuto. È un dialogo sulla misericordia, in cui rifletto e ringrazio Dio nostro Signore, perché mi ha dato la vita fino ad ora, e mi propongo con la Sua grazia di emendare la mia vita d'ora in poi. Per concludere, recito un sincero *Padre Nostro*.

Atto di contrizione

Mio Dio, ti amo sopra ogni cosa e odio e
detesto con tutta l'anima i peccati con cui ti ho
offeso, perché sono sgraditi ai tuoi occhi,
Tu che sei sommo bene e degno di essere amato.
Riconosco che dovrei amarti con un amore
superiore a tutti gli altri,
e che dovrei cercare di dimostrarti questo amore.
Ti considero nella mia mente infinitamente più grande di ogni cosa al mondo, per quanto
preziosa o bella possa essere.
Pertanto, decido fermamente e irrevocabilmente di non acconsentire mai a offenderti
o a fare qualcosa che possa dispiacere alla tua sovrana bontà
e mi metta in pericolo di cadere dalla tua santa grazia, nella
quale sono pienamente determinato
a perseverare fino al mio ultimo respiro. Amen.

-San Francesco Saverio SJ (1506-52)

Giorno 11:

Note: Oggi iniziamo la "seconda settimana" degli Esercizi Spirituali. Il nostro punto di partenza è una meditazione che ci invita a seguire Cristo Re. Stiamo camminando in una grande città, così possiamo vedere le meraviglie di un "regno mondano" e immaginare il Regno di Dio. Oggi meditiamo su come è orientata la nostra vita: stiamo camminando con Gesù o stiamo seguendo altri leader?

La grazia che chiediamo: nonostante i miei limiti, ma consapevole dell'amore del Padre per me, chiedo la grazia di sentirmi chiamato personalmente a camminare al fianco di Gesù come suo compagno e collaboratore.

Riflessione: una profonda consapevolezza dell'amore misericordioso di Dio (la grazia di ieri) porta spesso al desiderio di rispondere a quell'amore. Oggi iniziamo a meditare sull'invito di Gesù a camminare al suo fianco nella sua opera. Negli Esercizi Spirituali Ignazio colloca la chiamata di Dio a lavorare con lui subito dopo le meditazioni che toccano la nostra peccaminosità umana; la giustapposizione è importante: Dio ci chiama a lavorare vicino a lui pur conoscendoci pienamente e amandoci così come siamo. Egli ci chiama come "peccatori amati"; proprio come ci dice San Paolo quando chiese al Signore di aiutarlo e il Signore rispose: "Ti basta la mia grazia, perché la mia potenza si manifesta pienamente nella debolezza". Allora Paolo disse: "Mi vanterò tanto più volentieri delle mie debolezze, affinché la potenza di Cristo riposi su di me" (2 Cor 12,9). (2 Cor 12,9). Quindi, nonostante siamo peccatori, oggi ci sentiamo chiamati a lavorare in quello stesso mondo toccato dal nostro peccato, e a lavorare per la pace e la giustizia, con il sostegno dell'amore misericordioso che abbiamo ricevuto. Crediamo in un Dio che è giustizia perché è amore. La strada verso la giustizia e la strada verso la fede nel nostro mondo sono inseparabili. Nel Vangelo, fede e giustizia sono indivisibili. Siamo

profondamente consapevoli di quanto spesso e gravemente noi stessi abbiamo peccato contro il Vangelo, ma rimane nostra ambizione proclamarlo degnamente: cioè nell'amore, nella povertà e nell'umiltà. Questo è ciò che ha affermato la 32ª Congregazione Generale dei Gesuiti.

Nella sua famosa meditazione "La chiamata del Re", Ignazio immagina quanto sarebbe irresistibile la chiamata di un re veramente degno, che opera nel nostro mondo solo per la fede e la giustizia. Dopo questa riflessione, ci rivolgiamo a Gesù, la cui chiamata è ancora più degna perché Cristo nostro Signore, il Re eterno, chiama ogni persona in particolare e dice: «La mia volontà è quella di riunire il meglio del mondo intero e costruire il Regno dell'Amore Eterno». Ignazio vede che tutti coloro che desiderano unire il proprio destino a quello di Cristo Re devono lavorare con Lui, affinché seguendolo nella sofferenza possano seguirlo anche nella gloria del suo Regno.

La chiamata del Re è la chiamata a diventare suoi compagni, a conoscere meglio Lui, a sperimentare la Sua amorevole cura e a unirsi a Lui nel servire il Suo popolo. E questo Re viene a noi come uno di noi, tanto più capace di condividere la nostra sorte. Oggi ci concentriamo sulla meraviglia di essere chiamati e sulla natura della chiamata; domani potrete iniziare a concentrarvi sulla vostra risposta a questa chiamata.

Testi delle Scritture:

Salmo 120. Il Signore è buono e pieno di compassione.

Nella mia angoscia ho gridato al Signore, ed egli mi ha risposto.

«O Signore, salva la mia anima dalle labbra menzognere e dalla lingua ingannevole. Quale punizione ti darà? Che altro ti farà, lingua menzognera? Frece affilate dei forti e fuoco ardente. Il dolore è mio perché sono straniero a Meshech e vivo nelle tende di Kedar. La mia anima vive da tempo con coloro che odiano la pace. Io sono per la pace, ma quando lo dico, loro sono per la guerra».

Luca 5: 27-32. Seguitemi.

Michea 5:1-4. Un re potente verrà a liberare il suo gregge con la potenza di Yahweh.

«Ora vi infliggerete profonde ferite per il dolore; erigeranno un muro intorno a noi: daranno un colpo in faccia al giudice d'Israele con una verga. E tu, Betlemme Efrata, la più piccola tra le famiglie di Giuda, da te uscirà colui che sarà il capo d'Israele, la cui origine risale ai tempi antichi, ai giorni eterni. Per questo li abbandonerà fino al momento in cui colei che è incinta avrà partorito: allora il resto dei suoi fratelli tornerà ai figli d'Israele. Egli prenderà il suo posto e darà da mangiare al suo gregge con la forza del Signore, nella gloria del nome del Signore suo Dio; e il loro riposo sarà sicuro: perché ora egli sarà grande fino ai confini della terra».

Colloquio finale: Come un amico parla con un amico, così noi parliamo con Gesù. Mettiamo insieme i nostri pensieri e le nostre emozioni dalla nostra meditazione sul Regno e sul valore di seguire Gesù. Discutiamo con Gesù e, se lo sentiamo, gli chiediamo di invitarci a camminare con lui.

Insegnami le tue vie

Insegnami il tuo modo di guardare le persone:
come hai guardato Pietro dopo il suo
rinnegamento,
come hai penetrato il cuore del giovane ricco e i cuori dei tuoi
discepoli.
Vorrei incontrarti così come sei veramente, poiché
la tua immagine cambia coloro con cui entri in
contatto.
Ricordi il primo incontro di Giovanni Battista con te?
E il senso di indegnità del centurione?
E lo stupore di tutti coloro che hanno visto miracoli e altre meraviglie?
Come hai impressionato i tuoi discepoli, la
folla nel Giardino degli Ulivi,
Pilato e sua moglie
e il centurione ai piedi della croce...
Vorrei ascoltare e rimanere impressionato dal tuo modo di parlare, ascoltando, ad
esempio, il tuo discorso
nella sinagoga di Cafarnao o il Discorso
della Montagna
dove il tuo pubblico sentiva che «insegnavi come uno che ha autorità».

-Pedro Arrupe (1907-91) è stato superiore generale della Compagnia di Gesù dal 1965 al 1983.

Giorno 12 Alcuni suggerimenti ignaziani per oggi: Autobiografia: il moro

Questo incontro avvenne probabilmente nella regione dell'Aragona, molto prima della città di Saragozza (la tappa 14 del Cammino Ignaziano). Ma lo scriviamo qui perché è qualcosa di importante per Ignazio, che lo scrisse e lo ricordò molto bene.

In questa fase del suo pellegrinaggio, Ignazio, ancora "molto cavalleresco", ha un'esperienza che avrebbe potuto cambiare il corso della sua vita. Dio era consapevole del pericolo ed era pronto a insegnare a Ignazio il valore della prudenza e del controllo dei suoi impulsi, anche di fronte a una buona causa.

«Mentre proseguiva il suo viaggio, incontrò un moro che cavalcava un mulo. Entrambi iniziarono a parlare e la conversazione si spostò sulla Madonna. Il moro ammise che la Vergine aveva concepito senza l'aiuto di un uomo, ma non riusciva a credere che fosse rimasta vergine dopo aver partorito. Era così ostinato nel sostenere questa opinione che nessuna argomentazione di Ignazio riuscì a fargliela abbandonare. Poco dopo il moro proseguì il suo cammino, lasciando il pellegrino ai suoi pensieri su quanto era accaduto. Questi suscitavano in lui emozioni che lo turbavano profondamente e pensò di aver mancato al suo dovere di onorare la Madre di Dio. Più rifletteva sulla questione, più la sua anima si riempiva di indignazione verso se stesso per aver permesso al moro di dire quelle cose contro la Madonna. Concluse che era suo dovere difendere il suo onore. Di conseguenza, sentì un forte desiderio di cercare il moro e fargli assaggiare il suo pugnale per ciò che aveva detto. Questa lotta interiore durò per qualche tempo, con il pellegrino ancora indeciso alla fine su quale strada seguire. Il moro era andato avanti e aveva detto che stava andando in una città non troppo lontana dalla strada maestra. Ignazio, stanco della sua lotta interiore e incapace di prendere una decisione chiara, decise di risolvere i suoi dubbi nel modo seguente: avrebbe lasciato decidere al mulo, lasciandogli carta bianca fino al bivio. Se il mulo avesse preso la strada che portava al villaggio, avrebbe inseguito il moro e lo avrebbe ucciso. Ma se il mulo avesse continuato a seguire la strada maestra, avrebbe lasciato fuggire il miserabile. Così fece. Per provvidenza divina, il mulo continuò a seguire la strada maestra, anche se il villaggio distava solo trenta o quaranta metri e la strada che vi conduceva era ampia e pianeggiante.

Aggiungiamo qui un'interpretazione di questo testo tratto dall'Autobiografia, scritta da Jose Luis Martin Vigil. Essa illustra molto bene i sentimenti di Ignazio di Loyola in questa fase del suo viaggio:

«Accadde che, mentre io (Ignazio) riflettevo da solo, mi capitò di superare un musulmano desideroso di parlare. Non mi arrabbiai con lui, poiché la cortesia è un'abitudine per chi è di buona famiglia. Parlammo, non so di cosa, finché lui mi chiese lo scopo del mio viaggio. Gli dissi che stavo andando al santuario, poiché non pensavo che avrebbe compreso il mio desiderio di raggiungere la Terra Santa. In quel modo parlammo della Vergine, poiché ero pieno dell'entusiasmo di un nuovo convertito. Il moro era composto, persino rispettoso e ragionevole. Disse che non era contrario alla verginità della Madonna prima del parto, il che per un musulmano significa molto. Ma non riusciva a capire come potesse rimanere vergine dopo il parto. Gli diedi molte ragioni per questo, ma lui si rifiutò di accettarle. Parlammo a lungo invano, senza giungere ad alcun accordo sulla questione. Alla fine dichiarò che sarebbe andato a Pedrola, un villaggio moresco a pochi chilometri oltre l'incrocio davanti a noi.

Rimasi cupo e addolorato e decisi che non mi ero comportato in modo onorevole con il moro. Mi preoccupavo di aver parlato più del necessario della Vergine Maria e di averla così offesa. Avevo fatto bene a permetterlo? Ma devo essere giudicato in base al tempo in cui ho vissuto. Martin Lutero, un teologo competente e non un uomo di spada, disse vent'anni dopo che

era lecito pugnalarlo un ebreo se lo si sentiva bestemmiare. Confessò inoltre che «gli avrebbe dato un colpo e lo avrebbe trafitto con la sua spada se avesse potuto, poiché è lecito uccidere un ladro molto più che un bestemmiatore». Inoltre, più di due secoli prima, un santo re di Francia disse ai suoi uomini: «Laici, quando sentite qualcuno bestemmiare la fede cristiana, difendete la fede non con le parole ma con la spada, conficcandola il più possibile nel ventre dell'infedele».

C'è da stupirsi, quindi, che il pellegrino abbia pensato alla morte, dato che l'onore della Madonna era stato messo in discussione? Avevo un profondo desiderio di cercare il moro e pugnalarlo a morte, ma dubitavo che fosse la cosa giusta da fare. Così decisi di lasciare le redini del mio cavallo all'incrocio più avanti. Se il cavallo fosse andato verso Pedrola, avrei trovato il moro e lo avrei ucciso. Ma se il cavallo fosse rimasto sulla strada maestra, allora avrei lasciato perdere e avrei trovato la pace. Quel moro non ha mai saputo quanto fosse vicino alla morte quel pomeriggio. È piaciuto a Dio che visse, nonostante la sua cecità nel negare la nascita verginale di Sua Madre, la Madonna».

(cfr. José Luis Martín Vigil, «Yo, Ignacio de Loyola», ed. Planeta. Pag. 64).

Dio salvò quel viaggiatore musulmano, ma impedì anche a Ignazio di Loyola di commettere un atto che avrebbe potuto avere gravi conseguenze. La presenza di Dio si manifesta nella nostra storia personale in molti modi. Possiamo scoprire la mano di Dio negli eventi più semplici e umili, e lasciare che sia il mulo a decidere quale strada prendere. Se discerniamo le azioni della nostra vita alla luce di un cuore aperto a Dio, diventiamo allora «agenti di vita» piuttosto che di morte.

Giorno 12:

Note: Continuiamo a camminare con Gesù, per vedere più chiaramente, amarlo più profondamente e seguirlo più da vicino. Non dimenticate la "preghiera introduttiva" sia prima di pregare che durante la giornata. A partire da oggi, il colloquio finale diventa ancora più importante: entriamo in questa conoscenza interiore di Gesù che deve rafforzare il nostro impegno per la vita. Ne parliamo con il nostro "amico" alla fine della nostra preghiera e durante la giornata.

Grazia: chiedo al Padre tre cose di cui ho bisogno e che solo Lui può concedermi: una conoscenza più intima di Gesù che è diventato uno di noi; un'esperienza più personale del Suo amore per me, affinché io possa amarlo più teneramente; e un'unione più stretta con Gesù nella Sua missione di portare la salvezza all'umanità.

Riflessione: Gesù come persona che guarisce le persone è forse l'immagine che risalta più chiaramente nella vita pubblica. Il ministero di guarigione di Gesù è anche un ministero di salvezza. Gesù guarisce i corpi, gli spiriti e le relazioni interrotte con Dio e con gli altri attraverso il perdono. Gesù dice a un paralitico di alzarsi e camminare, spalma del fango sugli occhi di un cieco. La sua preoccupazione non è solo per l'arto atrofizzato o l'organo non funzionante. È anche che colui che Egli guarisce possa allontanarsi dal peccato e credere in Lui. Conosciamo la Sua meravigliosa compassione, la Sua disponibilità a toccare e a interagire con gli emarginati e gli intoccabili della società antica. Usa la pratica ignaziana della contemplazione: immagina una o più di queste scene di guarigione del ministero di Gesù e immagina te stesso nella scena, magari come un compagno di viaggio di Gesù, o magari come una persona che mi porta da Gesù. Cosa voglio che Gesù faccia per guarirmi? Entrando in questi misteri nel mio pellegrinaggio, mi presento a Gesù come uno che ha bisogno di guarigione nel corpo, nella mente e nello spirito. Desidero continuare a chiedere la grazia di questo giorno.

Testi della Scrittura:

Luca 18, 35-43. «Gesù, figlio di Davide, abbi pietà di me!».

Giovanni 5, 1-9. La domanda che Gesù rivolge a un uomo malato e paralizzato, nella mia contemplazione, è rivolta anche a me: «Vuoi essere guarito?». Mostro al Signore il mio bisogno di guarigione: la mia meschinità, il mio orgoglio, la mia ambizione, il mio bisogno di sicurezza e controllo, il mio autoinganno. Sì, Signore, voglio essere guarito.

Luca 8, 40-56. Prego Gesù di venire a casa mia. Cerco di toccare il lembo del suo mantello.

Colloquio finale: faccio un riassunto delle cose su cui ho meditato durante il mio tempo di preghiera, parlando con Gesù come un amico parla con un amico. Sono onesto con lui riguardo alle questioni che ho affrontato in questo momento. Gli chiedo di accettarmi sotto la sua bandiera e di diventare un guaritore come lui. Concludo con il «Padre Nostro».

Alcuni suggerimenti ignaziani per oggi: San Giuseppe Pignatelli, gesuita.

Durante il nostro tour nella città vecchia di Saragozza, abbiamo trovato le tracce di una figura poco conosciuta, ma di importanza esemplare: San Giuseppe Pignatelli SJ, sesto figlio della nobile famiglia dei Conti di Fuentes.

La Compagnia di Gesù viene soppressa da Papa Clemente XIV nel 1773. Giuseppe Pignatelli muore a Roma il 15 novembre 1811 e non riesce a vedere la restaurazione della Compagnia di Gesù nel 1814 – per la quale ha lottato – ma riesce a rinnovare i suoi voti nel 1797 con il resto della Compagnia, che è stata mantenuta in vita in Russia. La vita di Giuseppe Pignatelli è una lunga storia di avventure e sofferenze.

Il bambino nato a Saragozza il 27 dicembre 1737 non pensava alle difficoltà che la vita gli avrebbe riservato. La morte della madre all'età di quattro anni fa trasferire la famiglia a Napoli, dove il padre muore cinque anni dopo. Torna a Saragozza con il fratello maggiore. Da questa data in poi studia in una scuola appartenente alla Compagnia di Gesù, alla quale anni dopo decide di aderire, insieme al fratello minore Nicola.

Dopo essere entrato nel noviziato nel 1753, trascorrerà anni di formazione, studi e ministero che saranno interrotti dall'espulsione dei gesuiti dalla Spagna nel 1767. Dopo che i soldati entrarono nel campus scolastico dell'Immacolata il 3 aprile 1767, il percorso della sua vita avrebbe preso una piega molto diversa. Dopo aver trascorso una giornata rinchiuso nel refettorio della casa, sarà espulso dalla città, senza nulla, e si recherà a Tarragona, dove si imbarcherà verso gli Stati Pontifici. Ma gli viene negato l'asilo negli Stati Pontifici e così inizia un duro viaggio in nave, alla ricerca di un luogo dove essere ospitato. Solo sette mesi dopo, in ottobre, il calvario terminerà nel porto di Ferrara.

È dall'espulsione dalla Spagna che i biografi sottolineano come Giuseppe, ancora giovane gesuita che non ha preso i voti, diventerà il conforto, il sostegno e l'aiuto dei suoi confratelli gesuiti, in tempi difficili prenderà le redini, persino il provinciale lo metterà legalmente davanti ai suoi compagni, per accompagnare, ospitare, nutrire e assistere quegli uomini che soffrono l'espulsione, il sovraffollamento, la mancanza di cibo e, soprattutto, non volendo essere ospitati da nessuna parte, andando da una parte all'altra, sentendosi odiati e rifiutati.

La sua famiglia, suo fratello, gli suggeriranno modi più comodi, ma lui manterrà il suo impegno verso la Compagnia di Gesù fino alla fine, insieme ai colleghi in quel momento difficile. A Bologna, come sacerdote diocesano, si dedicò alla lotta per il pieno ripristino della Compagnia, che non riuscì a vedere.

Giorno 13:

Note: Continuiamo a camminare con Gesù, per vederlo più chiaramente, amarlo più profondamente e seguirlo più da vicino. Non c'è più bisogno di ricordarvi di recitare la "preghiera introduttiva" prima di iniziare e durante la giornata. Ricordate anche che il colloquio finale sta diventando sempre più importante man mano che entriamo in questa conoscenza interiore di Gesù che rafforza il nostro impegno nella vita. Ne parliamo con il nostro "amico" Gesù nel colloquio alla fine della preghiera e durante la giornata.

Grazia: Chiederò al Padre tre cose di cui ho bisogno e che solo Lui può concedermi: una conoscenza più intima di Gesù che è diventato uno di noi; un'esperienza più personale del Suo amore per me, affinché io possa amarlo più teneramente; e un'unione più stretta con Gesù nella Sua missione di portare la salvezza all'umanità.

Riflessione: Dopo aver visto Gesù guarire, un'altra grande immagine di Gesù da ammirare è la sua predicazione: era un vero innovatore e un uomo davvero libero! Ammira la chiarezza e la purezza del messaggio di Gesù e il suo coraggio nel proclamarlo, anche se era ben consapevole del pericolo che correva. Gesù mantiene la sua attenzione incrollabile sulla giustizia del regno di Dio. Non accetta l'ipocrisia, né il doppio gioco. Rifiuta le posizioni legalistiche o ritualistiche che elevano la lettera della legge al di sopra del suo vero spirito.

Gesù promulga la sua nuova alleanza, il suo progetto di vita, il suo piano d'azione su come noi, suoi seguaci, contribuiremo a riportare questo mondo a ciò che Dio aveva originariamente previsto per il modo in cui gli esseri umani avrebbero dovuto trattarsi l'un l'altro. Il famoso "Discorso della Montagna" o "Manifesto del Regno" arriva all'inizio del ministero di Gesù. Abbiamo già sentito queste parole, ma non lasciamo che la loro familiarità ne sminuisca il fascino radicale. Ascoltando con riverenza questo discorso, permetto al seme della parola di Gesù di essere impiantato in me e di mettere radici. Immaginatevi seduti tra le persone povere che si sono riunite su una collina per ascoltare Gesù che espone in modo esauriente il suo percorso, la sua "Via". Allora come oggi, la sua via è altamente controintuitiva; egli ci invita a essere e a vivere per valori che sono esattamente l'opposto di ciò che la cultura contemporanea e la pubblicità ci dicono di fare. Ai suoi tempi, Gesù era in contraddizione con il suo mondo.

Testi delle Scritture:

Matteo 23, 11-12; 23-24. Il più grande tra voi sarà vostro servitore; chi si esalta sarà umiliato e chi si umilia sarà esaltato.

Matteo 5: 1-48. Vedendo le folle, salì sul monte e, quando si sedette, i suoi discepoli si avvicinarono a lui. E lui aprì la bocca e insegnò loro, dicendo...

Giovanni 12, 44-50. Mi preparo ad ascoltare Gesù, perché quando ascolto il suo messaggio, ascolto il Padre.

Conversazione conclusiva: riassumi le cose su cui hai meditato durante la preghiera, parlando a Gesù come un amico parla a un amico. Sii sincero con lui riguardo alle cose che hai appena scoperto in questo momento di preghiera. Se è così che ti senti, chiedi a Lui di essere accolto sotto la Sua bandiera. Concludi con il Padre Nostro.

Giorno 14:

Note: Ricordiamo che lo scopo di queste meditazioni della seconda settimana è vedere Gesù più chiaramente, amarlo più profondamente e seguirlo più da vicino. Non dimentichiamo la "Preghiera introduttiva", il frutto ultimo di tutto questo esercizio. Usiamo questa preghiera di contemplazione per entrare nel racconto evangelico del Battesimo di Gesù.

Grazia: Chiedo al Padre tre cose di cui ho bisogno e che solo Lui può darmi: una conoscenza più intima di Gesù che è diventato uno di noi; un'esperienza più personale del Suo amore per me, affinché io possa amarlo più teneramente; e un'unione più stretta con Gesù nella Sua missione di portare la salvezza all'umanità.

Riflessione: All'età di circa trent'anni, Gesù lasciò il suo lavoro e la sua casa per iniziare il suo ministero pubblico. Prova a immaginare quali pensieri potesse avere.

La vita pubblica di Gesù iniziò con un viaggio, una sorta di pellegrinaggio. Lasciò la sua casa a Nazareth e viaggiò verso sud-est fino al fiume Giordano, dove fu battezzato da Giovanni Battista. Il ministero di Giovanni era quello di chiamare i peccatori al pentimento. Giovanni era ben noto e rispettato: certamente Gesù conosceva il messaggio di Giovanni come profeta di Dio inviato al popolo ebraico. Gesù sapeva cosa stava facendo Giovanni. Riflettete sul messaggio che Gesù, l'unico senza peccato, sceglie di lanciare il suo ministero mettendosi in solidarietà con i peccatori. Il simbolismo di questi primi versetti del Vangelo evoca una ricca immagine di un pellegrinaggio lungo

un nuovo modo di vivere. Il ministero di Giovanni Battista è introdotto con le parole di Isaia: «Preparate la via del Signore, raddrizzate i suoi sentieri». Giovanni chiama i peccatori al pentimento e alla conversione. È una parola le cui radici suggeriscono un «punto di svolta». Giovanni ci invita a cambiare direzione e a seguire un nuovo percorso nella vita. Ad un certo punto, Gesù fa una scelta consapevole e deliberata di iniziare il suo ministero, di cambiare la sua vita mondana a Nazareth; immaginate cosa gli passasse per la mente, cosa vedesse intorno a sé per fargli sentire che quello era il momento giusto. Considerate anche come sceglie di iniziare il suo ministero, non con un discorso o un miracolo, ma recandosi da Giovanni per essere battezzato. E considerate anche l'esperienza di Gesù nel Giordano, la sua scoperta, la sua comprensione della missione che il Padre lo invita a compiere pienamente.

Potete pregare il Padre di mettervi con Gesù, suo Figlio, in fila con Giovanni Battista. Immaginate di essere uno dei suoi compagni e di essere proprio dietro di lui, perché volete conoscerlo meglio, amarlo di più ed essere più fedeli nel servirlo e nell'amare l'umanità. Cercate di contemplare la scena del Vangelo. Cosa ci sta dicendo Giovanni?

Scrittura:

Romani 6,3-4. Come Cristo è stato risuscitato dai morti dalla gloria del Padre, così anche noi possiamo camminare in una vita nuova.

Luca 3,1-22. «Allora cosa dobbiamo fare?». Nel momento del suo battesimo da parte di Giovanni, la voce di Dio conferma la sua filiazione e la sua missione.

Matteo 3, 13-17. Gesù, dopo aver meditato nel suo cuore il mistero della paternità di Dio e la missione affidatagli dal Padre, decide di lasciare Nazareth. Cerco di essere presente a Lui mentre prende questa decisione, la condivide con Sua madre, saluta tutti e lascia tutto ciò che ha contribuito a formarlo come persona adulta e responsabile. Camminiamo con Lui verso il fiume Giordano e restiamo sulla riva del fiume a contemplare il Suo battesimo. Cosa sento? Cosa devo capire?

Colloquio finale: faccio un riassunto di ciò che ho meditato durante il mio tempo di preghiera, parlando con Gesù come un amico parla con un amico, essendo sincero con lui riguardo agli elementi che ho trovato in questa fase del cammino che abbiamo compiuto. Concludo con il Padre Nostro.

Giorno 15 Alcuni suggerimenti ignaziani per oggi: Autobiografia,

Da cavaliere coraggioso e valoroso, Ignazio non si pone limiti. Se un santo era noto per una penitenza o un servizio speciale reso al Signore, Ignazio doveva eguagliarlo e superarlo. Abbiamo qui un'esperienza interiore secondo cui chi ha ricevuto molto perdono può anche essere pronto a dare molto in cambio. L'intensità di tale sforzo corrisponde alla consapevolezza interiore di essere veramente salvati dalla misericordia di Dio.

«Sarà utile ricordare un evento accaduto durante questo viaggio per mostrare come Dio abbia guidato Ignazio. Sebbene fosse pieno di un ardente desiderio di servire Dio, la sua conoscenza delle cose spirituali era ancora molto oscura. Aveva intrapreso penitenze straordinarie non solo per espiare i suoi peccati passati, ma anche con l'intenzione di fare qualcosa che fosse gradito al Signore. Infatti dichiarò che, sebbene fosse pieno del più vivo disgusto per i suoi peccati passati, non poteva assicurarsi che fossero stati perdonati.

Tuttavia, il suo desiderio di fare grandi cose per Cristo durante le sue austerità era così intenso che non pensava ai suoi peccati. E quando ricordava le penitenze praticate dai santi, tutta la sua energia era diretta a eguagliare o addirittura superare queste persone sante. Trovava consolazione in questa santa ambizione poiché non aveva secondi fini per le sue penitenze, sapendo ancora molto poco dell'umiltà, della carità o della pazienza. Conosceva ancora meno il valore della discrezione che regola la pratica di queste virtù.

Fare qualcosa di grande per la gloria del suo Dio, emulare le persone sante in tutto ciò che avevano fatto prima di lui: questo era l'unico scopo di Ignazio nelle sue pratiche di penitenza esterna».

Come afferma P. J.M. Rambla, S.J. nel suo libro «Il pellegrino», il «DI PIÙ» (MAGIS) è una nota fondamentale della sinfonia ignaziana. L'amore porta sempre a un eccesso dinamico senza misura. L'amore non si conforma al freddo equilibrio di ciò che è giusto e corretto. L'amore cerca sempre il «di più», si arrende al «di più», diventa «di più», cresce «di più». Il famoso motto ignaziano «Ad Majorem Dei Gloriam» esprime molto bene questo crescente dinamismo dell'amore impegnato. Allo stesso tempo, Ignazio riconosce anche che, durante questo periodo della sua vita, gli mancava la discrezione «per regolare e misurare queste virtù» mentre valutava i suoi grandi desideri. È questa discrezione che San Paolo identifica come una virtù che ci aiuta in ogni circostanza della vita a «trovare la volontà di Dio, cioè ciò che è buono e gradito a Dio, e perfetto» (Romani 12,2). Grazie all'osservazione personale e alla conoscenza della presenza di Dio, Ignazio imparerà a vivere con tale discrezione e quindi a trasmetterla ai suoi compagni gesuiti. La «maggiore gloria di Dio» si realizzerà con una buona dose di «amore per Dio» e un'azione decisiva «per servire Dio». Ignazio affermerà ciò che Sant'Ireneo aveva detto molto tempo prima: «La gloria di Dio è l'uomo pienamente vivo!». A questo obiettivo Ignazio dedicò la sua vita.

Giorno 15:

Note: Prestate attenzione alla "preghiera introduttiva". Entriamo ora nella "terza settimana" del nostro pellegrinaggio interiore, seguendo i nostri Esercizi Spirituali. Ignazio ci invita a prendere coscienza delle crescenti difficoltà che Gesù incontra nel suo "pellegrinaggio di vita". Entriamo anche in una parte più "arida" del nostro pellegrinaggio. Mentre lo facciamo, teniamo presente il costo e il coraggio dell'impegno di Gesù per ciascuno di noi. I nostri cuori si rattristano mentre camminiamo con Gesù verso Gerusalemme per l'ultima volta. Nella nostra conversazione finale, entriamo in questa comprensione interiore di Gesù che soffre la morte sulla croce anche se innocente. Parliamo di questa tristezza con il nostro "amico" Gesù durante il colloquio alla fine di questa preghiera, così come durante tutta la giornata.

Grazia: Chiedo al Padre di avvicinarmi a Gesù affinché io possa ascoltare e comprendere la Sua sfida, provare l'emozione dell'avventura a cui mi invita e desiderare ardentemente di servire Lui e il Suo popolo, condividendo al contempo la Sua sorte e la Sua sofferenza.

Riflessioni: Nel Vangelo, Gesù compie un pellegrinaggio dalla Galilea a Gerusalemme, dove celebrerà l'Ultima Cena e subirà la sua passione. Ha trascorso quasi tre anni in compagnia dei suoi discepoli, ma questo ultimo viaggio insieme dimostra che essi non hanno ancora compreso appieno il suo messaggio. Discutono, ad esempio, su chi sarà il più grande nel regno di Dio. Gesù cerca ancora una volta di aiutarli a capire che la leadership nel regno di Dio implica il servizio agli altri. Essi non capiscono – o forse non riescono a sentire e ad accettare – che la via di Gesù comporta sia sofferenza che sacrificio. Immaginatevi in questo lungo viaggio verso Gerusalemme con Gesù. Portategli le vostre domande e pregate affinché i vostri occhi siano aperti per vedere più chiaramente il suo messaggio e le vostre orecchie siano sempre più aperte per ascoltare la sua chiamata. Gesù si sente debole e stanco durante il suo viaggio. I discepoli vanno a prendere cibo e acqua, ma Lui rimane fuori dal villaggio. Il sole è alto e fa caldo in Samaria. Nel Vangelo di Giovanni Gesù incontra una donna samaritana – ricordate che c'era una profonda inimicizia tra ebrei e samaritani. Gesù la incontra presso un pozzo mentre lei va ad attingere acqua. Gesù ha molta sete, quindi chiede dell'acqua alla donna. Nella conversazione che segue, la donna capisce chi è Gesù e lo accetta come il Cristo, anche se lo scopre come un uomo stanco e assetato che ha bisogno di aiuto! Chi sono io? Chi è Gesù? Nell'incontro con Gesù, Dio ci aiuta a comprendere noi stessi più profondamente. In questo processo, arriviamo anche a comprendere Dio più profondamente. Il viaggio ignaziano attraversa "Los Monegros", la regione desertica della Spagna. Camminando attraverso questo paesaggio caldo, arido e polveroso, si può immaginare quanto l'acqua fosse vitale nella realtà e nell'immaginario degli ascoltatori di Gesù. Senza cibo e acqua non c'è vita. Troviamo così una delle immagini evangeliche più evocative e durature: Gesù è l'acqua della vita eterna, la sorgente che non si esaurisce mai, l'acqua sempre abbondante. Un vero incontro personale con Gesù è trasformativo. Ha cambiato la vita di questa donna, così come ha trasformato la vita di molte persone disabili che Gesù ha incontrato. Incontra Gesù tu stesso al pozzo, come ha fatto questa donna samaritana. Chi sono io, veramente? E chi è Gesù per me? Cosa mi chiede Gesù? E qual è la mia risposta?

Scrittura:

Marco 10,32-45. «Se qualcuno vuole essere il primo, sarà l'ultimo di tutti e il servitore di tutti».

Giovanni 4,6-15. «Chiunque beve di quest'acqua avrà di nuovo sete, ma chi beve dell'acqua che io gli darò non avrà mai più sete».

Giovanni 6, 30-44. Credo che Gesù sia il pane vivo e l'acqua che dà la vita. Chiedo al Padre di avvicinarmi a Gesù affinché, mangiando e bevendo con Lui, io possa avere una vita nuova.

Colloquio finale: riassumi i tuoi pensieri durante questo momento di preghiera. Parla con Gesù come un amico parla con un altro amico. Apri il tuo cuore a Lui e raccontagli ciò che hai scoperto dentro di te durante questo pellegrinaggio. Se puoi, invita Gesù ad accoglierti sotto la Sua bandiera. Concludi con il «Padre Nostro».

Giorno 16:

Note: Continuiamo a recitare la preghiera introduttiva. Oggi entriamo in una riflessione tipica degli Esercizi Spirituali: la meditazione intitolata "I due standardi". Sant'Ignazio ci offre un esercizio di contrasto per vedere cosa sceglie la nostra vita nel seguire Gesù. Durante la giornata possiamo riflettere e chiedere la grazia di questo esercizio e sentire che Gesù vuole che andiamo in pellegrinaggio con Lui. La tipica "Tripla Discussione" che Sant'Ignazio propone negli esercizi può essere fatta come è qui descritta... o come il tuo cuore ti suggerisce, in accordo con il programma del pellegrinaggio che stiamo compiendo.

Grazia: Come amico di Gesù, chiedo a Dio di permettermi di condividere il dono di poter riconoscere gli inganni del diavolo in modo da potermi proteggere da essi; chiedo anche una vera conoscenza di Gesù Cristo, mio vero Capo e Signore, e la grazia di imitarlo.

Riflessione: Nei prossimi giorni rifletteremo sul ministero terreno di Gesù e sul suo modo di vivere e lavorare secondo i valori del Regno. Oggi meditiamo su un tema comunemente noto come i "due standardi" (standardo nel senso di bandiera). Possiamo immaginare Gesù pronto a intraprendere il suo viaggio, fermo a un bivio cruciale. Egli non ha dubbi sulla strada da seguire e, in senso figurato, ci chiede di unirci a lui. I valori di Gesù e la sua "Via" sono la via della semplicità (anche della povertà), che tante volte porta al disonore e all'umiltà: in altre parole, è la via di coloro che condividono la loro vita con Dio e sperano in Lui per ogni cosa. L'altra via è la scelta mondana della ricchezza, dell'onore e dell'orgoglio: in altre parole, avere le cose e il prestigio che ci fanno sentire importanti nel mondo, trasformarci negli dei della nostra vita ed essere "gli unici al mondo". All'inizio di questo pellegrinaggio spirituale, Ignazio ci ha invitato a fare una scelta fondamentale: essere fedeli al nostro Principio e Fondamento. Non si tratta di una scelta nuova, di un "ricominciare da capo", ma piuttosto di un richiamo, di una comprensione più profonda della Via di Gesù e di verificare il nostro desiderio di seguirlo, scegliendo una via che è fundamentalmente diversa dalle vie del mondo. Chi siamo: siamo i nostri beni e la nostra reputazione? O siamo la creazione amata da Dio? Perché siamo importanti? È perché gli altri ci conoscono o perché Dio ci ha scelti? Gesù ci invita ad alleggerire il nostro fardello per poter camminare liberamente al suo fianco nel nostro pellegrinaggio spirituale attraverso la vita.

Lo scopo di questa meditazione è diventare consapevoli delle strategie di Gesù e del Maligno, in modo da poter discernere con precisione gli spiriti che spesso provo quando devo prendere una decisione nella mia vita: in quale direzione sto andando? Sto andando con Gesù? Come dice Ignazio: «Nel prossimo esercizio osserveremo l'intenzione di Cristo nostro Signore e, in contrasto, quella del Maligno, nemico della natura umana... Immaginate che il capo di tutti i nemici in quella grande pianura di Babilonia chiami tutti i suoi sostenitori... e li mandi a tentare le persone a desiderare le ricchezze, affinché possano più facilmente ottenere vani onori dal mondo e, infine, un orgoglio crescente. E da lì sono garantiti tutti i disastri del mondo. Allo stesso modo, per contrasto, guarda con l'immaginazione il capo supremo e vero, che è Cristo nostro Signore, che chiama tutto il suo popolo... mandandolo ad attirare tutte le persone, in primo luogo, alla più perfetta povertà spirituale e, se la Divina Maestà dovesse essere servita e volesse sceglierli per questo, anche a un grado non minore di povertà reale; e in secondo luogo, attirandoli al desiderio di rimproveri e disprezzo, poiché da questi deriva l'umiltà. E da lì seguirà la vera umiltà". Dovremmo considerare questi due vessilli e fare una scelta dal nostro cuore: devo seguire Gesù? Lo sento davvero? È questo che desidero?

Testi scritturali:

1 Tim 6, 6-10. Coloro che desiderano essere ricchi cadono nella tentazione, nella trappola, in molti desideri insensati e dannosi che precipitano gli uomini nella rovina e nella distruzione.

Galati 5, 16-25. Prego per sapere com'è stare con e senza lo Spirito. Efesini 6, 10-20. La guerra dello spirito.

Luca 11, 15-26. Gesù e Satana su fronti opposti.

Tripla colloquio finale: «1° Una discussione con la Madonna affinché ottenga per me da suo figlio e Signore la grazia di essere accolto sotto la sua bandiera, e prima nella povertà spirituale, e se Sua Divina Maestà fosse servita e desiderasse scegliermi e

essere accolta non meno nella povertà effettiva, e in secondo luogo, di subire più insulti e calunnie per imitarlo, solo se ciò potesse avvenire senza peccato da parte di alcuna persona o dispiacere di Sua Divina Maestà, e con essa un'Ave Maria.

Seconda conversazione: Chiedi lo stesso al Figlio, affinché lo ottenga dal Padre, e con essa recita un'Anima Christi. Terza conversazione.

Chiedi lo stesso al Padre, affinché me lo conceda, e recita un Padre Nostro.

[Preghiera dell'Anima Christi. È una preghiera risalente al XIV secolo. È ancora ampiamente utilizzata dopo aver ricevuto il corpo e il sangue di Nostro Signore Gesù Cristo nella Santa Comunione. Certamente Sant'Ignazio la recitava molto spesso ed è per questo che l'ha inserita negli Esercizi Spirituali. Questa preghiera si trova a pagina 1].

Giorno 17:

Note: Continuiamo il nostro cammino con Gesù che va a Gerusalemme, affinché possiamo vederlo più chiaramente, amarlo più profondamente e seguirlo più da vicino sulla sua via verso la croce. Ricordate la «preghiera introduttiva» prima di iniziare la preghiera e durante la giornata. Ricordate che il colloquio finale con Dio alla fine della preghiera diventa molto importante. Chiediamo di crescere nella nostra conoscenza interiore di Gesù, che rafforza il nostro impegno nella vita. Discutiamo di tutto questo con il nostro "amico" Gesù nel dialogo alla fine della preghiera, così come durante il giorno.

Grazia: Chiedo al Padre di avvicinarmi a Gesù affinché io possa ascoltare e comprendere la Sua sfida, provare l'emozione dell'avventura che Egli mi propone e desiderare ardentemente di servire Lui e il Suo popolo, condividendo la Sua sorte e la Sua sofferenza.

Riflessioni: I Vangeli ci dicono che, mentre Gesù camminava lungo il Mare di Galilea, chiamò due discepoli che stavano gettando le reti in mare. "Seguitemi, e vi farò pescatori di tutti gli uomini". Essi lasciarono immediatamente le loro reti e lo seguirono. È così misteriosamente affascinante questo

Gesù, ci viene detto, che i due pescatori lasciarono semplicemente le loro reti, abbandonarono il passato e seguirono Gesù verso una nuova vita, un nuovo pellegrinaggio. Preghiamo per conoscere meglio questo Gesù e per avere una comprensione più profonda dell'attrattiva della Sua chiamata. Chiediamo anche un desiderio crescente di stare con Gesù, affinché un criterio importante nelle mie scelte di vita diventi meno «ciò che mi farebbe piacere», ma piuttosto «ciò che mi aiuterà a camminare con Gesù e a diventare come Lui». Ai seguaci del Re sarà chiesto molto. Ci sarà la sfida di scoprire "l'unica cosa necessaria" e "l'unica cosa in più". Riflettendo su queste sfide, presto attenzione ai movimenti interiori che si verificano dentro di me durante questo pellegrinaggio. So dove sto andando? Questo è importante per me?

Scrittura:

Luca 9, 57-62. Prego di non essere un seguace di Gesù tiepido.

Luca 10, 1-9. Dopo questo, il Signore ne nominò altri settanta e li mandò davanti a sé.

Luca 10, 38-41. Gesù mi dice: "Una sola cosa è necessaria". La mia sfida è quella di includere sia "Marta che Maria" nella mia vita, mentre divento un contemplativo nell'azione il cui lavoro per il Signore è animato da una costante intimità con Lui.

Marco 10, 17-27. Mentre Gesù guarda con amore un uomo buono la cui vita è stata un modello di bontà e fedeltà, lo sfida – come sfida anche me – con queste parole: «Una cosa ti manca ancora». So cosa disse all'uomo nel Vangelo. Ora ascolto Gesù che mi dice nel mio cuore quale cosa mi viene chiesta.

Colloquio finale: riassumi i tuoi pensieri in questo momento di preghiera, parlando a Gesù come un amico fa con un altro amico. Apri il tuo cuore a Lui su ciò che hai scoperto dentro di te durante questo pellegrinaggio. Se puoi, invita Gesù ad accoglierti sotto la Sua bandiera. Concludi con il «Padre Nostro».

Giorno 18:

Note: Camminiamo con Gesù nella sua ascesa verso la Croce. Non trascurate la "preghiera introduttiva": ora più che mai chiediamo che la nostra vita sia orientata alla volontà di Dio, nostra unica fonte di salvezza e felicità. Ricordate che il colloquio finale è molto importante: entriamo profondamente nella conoscenza interiore di Gesù sofferente che rafforza i nostri impegni di vita personali. Discutiamo di tutto questo con il nostro "amico" nel colloquio alla fine della preghiera, così come durante la giornata.

Grazia: chiedo al Padre questo dono: provare dolore con Cristo nel dolore; provare angoscia con l'angoscia di Cristo; e persino di provare lacrime e profondo dolore per tutte le afflizioni che Cristo sopporta per me alla fine della Sua vita.

Riflessioni: Dopo tanti giorni trascorsi camminando con Gesù, sappiamo già che la Sua vita è in pericolo. Anche Lui lo sa, anche se la gente non lo capisce. Il Regno di Dio sta lottando per la sopravvivenza, ma il nemico è potente. Come ha detto il profeta, i nostri cuori sono di pietra e non siamo disposti a cambiare questa situazione. I nostri cuori sono difficili da spezzare. Nel profondo del nostro essere sentiamo persino che il cuore tenero e misericordioso di Dio non è attraente. Gesù ci affronta su questo, ma noi non vogliamo ascoltare. Gesù si sente arrabbiato, ma non può cambiare i nostri cuori. Come suo discepolo mi sento a disagio in questa situazione. Neanch'io capisco e mi sento stanco. Gesù mi vede e mi chiede di andare con lui e rilassarmi. Le cose non saranno più facili a Gerusalemme.

A Gerusalemme Gesù celebra la sua ultima cena sulla terra con i suoi discepoli. Con un gesto potente, quasi scioccante, Gesù ribadisce ancora una volta la natura servizievole della leadership nel regno di Dio. Gesù, il Signore, assume il compito di un servitore domestico lavando i piedi sporchi degli ospiti della cena. Riuscite a immaginare Gesù che vi lava i piedi? Durante il pasto, Gesù spezza il pane e condivide il vino con i suoi discepoli, invitandoli a «fare questo in memoria di me». Immaginate in quanti luoghi e da quanti popoli diversi nel corso della storia questo momento dell'Eucaristia si è ripetuto negli ultimi due millenni. Non è solo il modo in cui i cristiani ricordano Gesù. L'Eucaristia ci porta anche a un legame vivo e intimo con Gesù: il pane e il vino che Gesù ci offre sono in realtà il suo corpo e il suo sangue, generosamente donati a ciascuno di noi.

Ricordiamo che Ignazio ci invita a pregare inserendoci mentalmente nelle varie scene man mano che si svolgono, riempiendo gli spazi vuoti delle storie fondamentali del Vangelo. I racconti della Passione si prestano particolarmente a questo tipo di preghiera contemplativa. Ad esempio, riguardo all'Ultima Cena, Ignazio ci parla di Gesù che, *«dopo aver mangiato l'agnello pasquale e terminato il pasto, lavò i piedi ai suoi discepoli e donò loro il suo santissimo Corpo e il suo prezioso Sangue»*. Ignazio aggiunge: *«Guardate le persone presenti alla cena e poi, riflettendo su me stesso, traete profitto da loro. Ascoltate ciò che dicono... guardate ciò che fanno»*.

Scrittura:

Marco 8, 34-38. *«Chiunque voglia essere mio discepolo, rinneghi se stesso, prenda la sua croce e mi segua»*.

Matteo 11, 2-30. Solo i semplici possono riconoscere il Messia. Il mondo non può capire. Con il cuore desideroso di compagnia e intimità, accolgo l'invito di Gesù a condividere il suo riposo mentre Lui condivide il mio fardello. Desidero ardentemente donarmi totalmente all'amore e al servizio di Gesù e del suo popolo.

Matteo 26: 26-31. *Mentre mangiavano, Gesù prese il pane, lo benedisse, lo spezzò e lo diede ai discepoli dicendo: «Prendete e mangiatene tutti, questo è il mio corpo».*

Giovanni 13:1-17. *Dopo aver lavato loro i piedi e aver ripreso le sue vesti, tornò al suo posto e disse loro: «Capite ciò che ho fatto per voi?».*

Colloquio: Come nelle situazioni umane in cui ci si prende cura dei malati e dei moribondi, la nostra presenza personale è spesso più importante delle nostre parole incerte o delle nostre azioni goffe. Lo stesso vale quando seguiamo Gesù Cristo con le parole e con le azioni. In precedenza abbiamo descritto il colloquio come una conversazione intima tra amici. Ora ampliamo questa descrizione per includere la profondità dei sentimenti, dell'amore e della compassione che ci permettono semplicemente di essere presenti con Gesù. Chiedigli ancora una volta, se lo desideri, di essere accolto sotto il suo vessillo, lo stendardo della Croce. Concludi con il "Padre Nostro".

Giorno 19 Alcuni suggerimenti ignaziani per oggi: *Quale dovrebbe essere il nostro Principio e Fondamento nella vita?*

Il Principio e Fondamento (parafasato da David L. Fleming, sj.): Sant'Ignazio inizia i suoi *Esercizi Spirituali* con *Il Primo Principio e Fondamento*. Anche se non è tipicamente considerato una preghiera, contiene comunque molti spunti di riflessione.

Lo scopo della nostra vita è vivere con Dio per sempre. Dio, che ci ama, ci ha dato la vita. La nostra risposta d'amore permette alla vita di Dio di fluire in noi senza limiti. Tutte le cose di questo mondo sono doni di Dio, offerti a noi affinché possiamo conoscere Dio più facilmente e ricambiare il suo amore più prontamente. Di conseguenza, apprezziamo e utilizziamo tutti questi doni di Dio nella misura in cui ci aiutano a diventare persone amorevoli.

Ma se uno qualsiasi di questi doni diventa il centro della nostra vita, esso sostituisce Dio e quindi ostacola la nostra crescita verso il nostro obiettivo. Nella vita quotidiana, quindi, dobbiamo mantenere un equilibrio di fronte a tutti questi doni creati, nella misura in cui abbiamo una scelta e non siamo vincolati da alcun obbligo. Non dovremmo fissare i nostri desideri sulla salute o sulla malattia, sulla ricchezza o sulla povertà, sul successo o sul fallimento, su una vita lunga o breve. Perché ogni cosa ha il potenziale di suscitare in noi una risposta più profonda alla nostra vita in Dio.

Il nostro unico desiderio e la nostra unica scelta dovrebbero essere questi: voglio e scelgo ciò che meglio conduce all'approfondimento della vita di Dio in me.

Un esempio di questo Principio e Fondamento vissuto nella vita reale è un santo gesuita patrono della Provincia gesuita della Catalogna. La straordinaria figura di San Pietro Claver può essere riassunta in tre fasi.

1.- Per cominciare, fu battezzato il 26 giugno 1580, come risulta dal registro dei battesimi conservato nell'archivio parrocchiale della città di Verdú. Il buon pastore aggiunse all'iscrizione queste parole: **«Che Dio lo renda un buon cattolico»**. E così fu. Seguendo il suo desiderio di diventare sacerdote, all'età di 17 anni si trasferì a Barcellona. Lì, all'età di 22 anni, entrò nella Compagnia di Gesù. Fu assegnato al Collegio dei Gesuiti di Palma di Maiorca, dove trascorse 3 anni. Durante la sua permanenza lì, Alonso Rodriguez, il portiere, noto per essere una persona santa, divenne suo amico e maestro. Egli lo influenzò notevolmente e lo incoraggiò a lavorare nel continente americano, scoperto dagli europei nel secolo precedente. Fu così che Pietro Claver salpò da Siviglia il 15 aprile 1610 e sbarcò a Cartagena de Indias, nell'odierna Colombia.

2.- Era un periodo buio della storia, macchiato dall'ingiustizia e dalla crudeltà della schiavitù. Pietro Claver fu testimone dell'arrivo delle navi negriere e vide come venivano trattati gli schiavi. Cominciò ad andare al porto quando arrivava una nave, accogliendoli con cuore aperto e sorriso sulle labbra, distribuendo loro vestiti, cibo, bevande e dolci. Come lui stesso scrisse, non parlava loro con le parole, ma con le mani e con il lavoro. Era inutile parlare loro in altro modo. Si inginocchiava accanto ai malati, li lavava, li curava e cercava di renderli felici con tutte le dimostrazioni di cura che la natura umana può mostrare per alleggerire il fardello di una persona malata. La sua vita fu un bellissimo esempio di amore umano ed evangelico per i suoi cari schiavi. Si prese cura di loro materialmente, li istruì nella fede e li battezzò, considerandosi sempre loro servitore. Il 3 aprile 1622 prese un'impegno solenne che espresse con le seguenti parole: **«Schiavo degli schiavi neri per sempre»**. Lo firmò e lo mantenne con la sua vita.

3.- Fu canonizzato da Papa Leone XIII, che disse che **«dalla vita di Cristo, nessuna vita lo aveva commosso così profondamente come quella di Pietro Claver»**.

Visse sulla terra in povertà e libertà, per 74 anni, soffrendo con chi soffriva, un uomo bianco tra uomini neri, sempre come schiavo degli schiavi. Era un catalano di poche parole, ma prodigioso nell'eroismo.

"Cercate Dio in tutte le cose e troverete Dio sempre al vostro fianco".

-San Pietro Claver SJ. (1580-1654). Incoraggiato dal consiglio di Sant'Alfonso Rodriguez SJ. di offrirsi volontario per lavorare nelle Americhe, Pietro Claver trascorse il resto della sua vita a Cartagena (nell'attuale Colombia) insegnando e assistendo gli schiavi africani, di cui si dice abbia battezzato oltre 300.000.



Giorno 19:

Note: Camminiamo con Gesù sulla via della sua morte. Prestiamo attenzione alla "preghiera introduttiva": chiediamo ancora una volta che la nostra vita sia orientata alla volontà di Dio, unica fonte della nostra felicità e risurrezione. Ricordiamo che il colloquio finale è molto importante: ci avviciniamo a Gesù sofferente e gli chiediamo di rafforzarci per i nostri impegni di vita personale. Facciamo questo colloquio alla fine della preghiera e spesso durante la giornata.

Grazia: Chiedo al Padre questo dono: provare dolore con Cristo nel dolore; provare angoscia con Cristo nell'angoscia; e persino provare lacrime e dolore interiore per tutte le sofferenze che Cristo sopporta per me alla fine della Sua vita.

Riflessioni: Dopo l'ultima cena, Gesù prova agonia mentre prega nel giardino.

Sembra desiderare di poter evitare la sofferenza che sta per subire. Viene tradito da Giuda. Viene abbandonato dagli stessi amici e discepoli che erano stati i suoi compagni più vicini negli ultimi tre anni. Viene umiliato pubblicamente. La sua missione di vita sembra finire nel fallimento e nel ridicolo. Niente di tutto questo è una "recita". I cristiani credono che Gesù, pur essendo sempre Dio, sia diventato realmente "pienamente umano" nella sua natura. Quindi questo momento particolare rivela la totale solidarietà di Gesù con la condizione umana. Con uno di noi soffre umiliazioni, rifiuti, dubbi, oltre alle proprie agonie personali. Mentre ti immergi in questa narrazione, prega per provare una grande solidarietà con Gesù e una grande compassione per Lui. Prendete nota in particolare della fedeltà assoluta e totale di Gesù alla Sua missione, al Padre Suo e, per estensione, a noi. Gesù è colui che rimane fedele a ciò che è chiamato a compiere. Rimane fedele anche a ciascuno di noi nei nostri momenti personali di dolore, sofferenza e incertezza.

Usa la contemplazione ignaziana mentre segui Gesù con i discepoli al Getsemani. Resta con loro mentre aspettano Gesù. Oppure vai lì e guarda Gesù che prega il Padre. Seguiamo Gesù nell'abbracciare la volontà del Padre, sperimentando la Sua umiliazione, oscurità e dubbio. Guarda Giuda che arriva con stupore e orgoglio, senza capire veramente il ruolo che sta svolgendo. Senti l'emozione di questa situazione. Rimanete vicini a Gesù nella casa di Caifa. Tenete gli occhi fissi su Gesù: cosa sta provando? Cosa sta pensando? Come reagisce in questo momento? Rimanete vicini a Gesù e guardate le persone che stanno parlando. Cosa stanno dicendo? Cosa provi in questo momento? Avanzate e seguite Pietro fuori dalla casa. Osservate Gesù qui, poiché Egli sa che Pietro lo tradirà. Provate il dolore del tradimento attraverso qualche segno di affetto. Notate come Gesù guarda Pietro. Gesù è stato rinnegato proprio da colui che Egli aveva chiamato "Roccia": questa è la sorte di Gesù che sono invitato a condividere. Per me questo è un momento di verità personale: come mi sento?

Il crocifisso, sospeso sopra l'altare di ogni chiesa cattolica, ci ricorda che la Messa è un ricordo e una rivisitazione dell'offerta di Gesù stesso per ciascuno di noi: Gesù si è donato per noi, fino alla morte. A volte possiamo intellettualizzare eccessivamente la crocifissione, meditando sul mistero teologico della morte di Gesù. A volte abbiamo trasformato la crocifissione in una "croce d'oro", persino con pietre preziose. In questi giorni siamo invitati a "rimanere con i piedi per terra". Nella vostra immaginazione, trascorrete del tempo con l'uomo Gesù che è morto di una morte dolorosa, lenta e umiliante, appeso tra due criminali. Trascorrete del tempo accanto a Sua madre, che ha dovuto assistere alla morte di suo figlio. Noi cristiani di oggi sappiamo che questo dramma si conclude con la risurrezione di Gesù. Maria e gli apostoli non lo sapevano. Nella mia contemplazione ignaziana, accompagno Maria, la madre di Gesù, mentre si allontana dalla tomba e torna alla

casa dove alloggia. Rimango con lei. Aspetto con lei. La ascolto mentre condivide con me tutte quelle realtà che ha meditato nel suo cuore. Ascolto i suoi ricordi di suo Figlio. Piango con lei; spero con lei. E le dico chi sono: una compagna e seguace di suo Figlio! Ignazio ci invita a identificarci il più possibile con Gesù, provando «*dolore con Cristo nel dolore*»: uno spirito spezzato con Cristo anch'egli così spezzato. E tensione interiore a causa della grande sofferenza che Cristo ha sopportato per me. Consideriamo anche la solitudine personale della Madonna, insieme al suo profondo dolore e alla sua stanchezza. Posso anche meditare sulla stanchezza dei discepoli. Tutto è finito. È la fine.

Cristo nostro Signore e Re continua a lavorare nel nostro mondo per salvare tutti gli uomini e tutte le donne. Gesù continua a essere torturato nei suoi fratelli e nelle sue sorelle. Continua a essere condotto alla sua croce. Prenditi qualche momento per riflettere sulla situazione della nostra umanità personale. Chiedi al Padre di metterti con Cristo crocifisso nel mondo di oggi.

Scrittura:

Matteo 26, 30-75. «*Allora Gesù si avvicinò ai discepoli e disse loro: "Dormite ancora? Riposate ancora? È giunta l'ora!"*».

Matteo 27, 1-66. «*Crocifiggilo!*» «*Ma perché, che male ha fatto?*» «*Crocifiggilo!*»

Salmo 22. «*Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?*».

«Dio mio, Dio mio, perché ti sei allontanato da me? Perché sei così lontano dal soccorrermi e dalle parole del mio grido? O mio Dio, io grido di giorno e tu non rispondi; di notte e non trovo riposo. Ma tu sei santo, o tu che siedi tra le lodi di Israele. I nostri padri hanno creduto in te, hanno creduto e tu li hai salvati. Hanno gridato a te e sono stati liberati, hanno creduto in te e non sono stati delusi. Ma io sono un verme e non un uomo, disprezzato dagli uomini e schernito dal popolo. Sono deriso da tutti quelli che mi vedono: storcono le labbra e scuotono il capo dicendo: «Ha riposto la sua fede nel Signore; che il Signore sia ora il suo salvatore: che il Signore sia il suo salvatore, perché ha trovato piacere in lui». Ma sei stato tu a prenderti cura di me fin dal giorno della mia nascita: mi hai dato la fede fin dal seno di mia madre. Ero nelle tue mani ancora prima della mia nascita; tu sei il mio Dio dal momento in cui ero nel grembo di mia madre. Non allontanarti da me, perché l'angoscia è vicina; non c'è nessuno che mi aiuti. Una grande mandria di buoi mi circonda: sono chiuso tra i forti buoi di Bashan. Ho visto le loro bocche spalancate, come leoni che ruggiscono in cerca di cibo. Sto scorrendo via come acqua, e tutte le mie ossa sono fuori posto: il mio cuore è come cera, si è ammorbidito nel mio corpo. La mia gola è secca come un vaso rotto; la mia lingua è attaccata al palato, e la polvere della morte è sulle mie labbra. I cani mi hanno circondato: sono stretto dalla banda dei malfattori; mi hanno ferito le mani e i piedi. Posso vedere tutte le mie ossa; i loro sguardi sono fissi su di me: si dividono le mie vesti tra loro, con il caso decidono la mia tunica. Non allontanarti da me, Signore: o mia forza, vieni presto in mio aiuto. Proteggi la mia anima dalla spada, la mia vita dal potere del cane. Sii il mio salvatore dalla bocca del leone; liberami dalle corna dei buoi crudeli. Darò a conoscere il tuo nome ai miei fratelli, ti loderò in mezzo al popolo. Voi che temete il Signore, lodatelo; voi tutti, discendenti di Giacobbe, rendetegli gloria; camminate nel timore di lui, voi tutti, discendenti d'Israele. Egli non è rimasto indifferente al dolore di chi è afflitto, né ha nascosto il suo volto, ma ha risposto al suo grido. La mia lode sarà per te nella grande assemblea: offrirò le mie offerte davanti ai suoi adoratori. I poveri avranno un banchetto di cose buone: quelli che cercano il Signore lo loderanno: il tuo cuore avrà vita per sempre. Tutti i confini della terra lo terranno a mente e si volgeranno al Signore: tutte le famiglie delle nazioni lo adoreranno. Poiché il regno è del Signore; egli è il sovrano tra le nazioni. Tutti i ricchi della terra lo adoreranno; tutti quelli che scendono nella polvere si prosteranno davanti a lui, anche chi non ha abbastanza per la vita della sua anima. Un seme sarà suo servitore; le opere del Signore saranno rese chiare alla generazione che verrà dopo. Verranno e renderanno chiara la sua giustizia a un popolo del futuro perché egli ha fatto questo».

Isaia 42:1-9. «Ecco il mio servo, che io sostengo».

«Ecco il mio servo, che io sostengo, il mio amato, in cui mi compiaccio: ho posto il mio spirito su di lui; egli darà la conoscenza del vero Dio alle nazioni. Non griderà, la sua voce non sarà forte: le sue parole non giungeranno alle orecchie degli uomini per le strade. Non spezzerà il bastone già piegato, non spegnerà la lampada che ancora arde debolmente: continuerà a diffondere la vera parola ai popoli. La sua luce non si spegnerà e lui non sarà schiacciato, finché non avrà dato la conoscenza del vero Dio alla terra, e le isole aspetteranno il suo insegnamento. Dio, il Signore, colui che ha creato i cieli, misurandoli dall'alto; che ha disteso la terra e le ha dato i suoi frutti; colui che dà respiro al popolo che la abita e vita a coloro che la percorrono, dice: Io, il Signore, ti ho fatto strumento del mio disegno, ti ho preso per mano e ti ho tenuto al sicuro, ti ho dato come alleanza al popolo e come luce alle nazioni: per dare la vista ai ciechi, per liberare i prigionieri dalla prigione, per far uscire quelli che sono rinchiusi nelle tenebre. Io sono il Signore, questo è il mio nome; non darò la mia gloria ad altri, né la mia lode alle immagini scolpite. Ecco, le cose dette prima si sono avverate, e ora vi annuncio cose nuove: prima che avvengano, ve le faccio conoscere».

Salmo 54. «*Salvami, Dio!*»

«Sia il tuo nome la mia salvezza, o Dio; sia la mia causa giudicata dalla tua forza. Giunga la mia preghiera davanti a te, o Dio; presta orecchio alle parole della mia bocca. Poiché gli uomini che mi perseguitano si sono levati contro di me, uomini violenti hanno deciso di togliermi la vita; non hanno posto Dio davanti ai loro occhi. (Sela.) Guarda, Dio è il mio aiuto: il Signore è il grande sostenitore della mia anima. Che le opere malvagie dei miei nemici ricadano su di loro; che siano sterminati dalla tua fedeltà. Liberamente ti offrirò

le mie offerte a te; loderò il tuo nome, o Signore, perché è buono. Perché è stato il mio salvatore da tutte le mie tribolazioni; e i miei occhi hanno visto la punizione dei miei nemici.

Isaia 50:4-9. «Il Signore Dio è il mio aiuto».

«Il Signore Dio mi ha dato la lingua di coloro che hanno esperienza, affinché io possa dare alla parola un senso speciale per i deboli: ogni mattina il mio orecchio è aperto al suo insegnamento, come quelli che hanno esperienza: e non mi sono opposto a lui, né ho lasciato che il mio cuore si allontanasse da lui. Ho offerto la mia schiena a coloro che mi colpivano e il mio volto a coloro che mi strappavano i capelli: non ho nascosto il mio volto dai segni della vergogna. Poiché il Signore Dio è il mio aiuto, non sarò svergognato: così ho reso il mio volto simile a una roccia e sono certo che egli mi darà giustizia. Colui che difende la mia causa è vicino; chi mi farà causa? Presentiamoci insieme davanti al giudice: chi è contro di me? Si avvicini a me. Ecco, il Signore Dio è il mio aiuto; chi mi condannerà? In verità, tutti diventeranno vecchi come un abito; saranno cibo per i vermi».

Colloquio: Restiamo con Gesù, proprio come abbiamo fatto ieri. La nostra presenza è più importante di qualsiasi nostra parola incerta o azione goffa. Portiamo nella nostra preghiera la profondità dei nostri sentimenti, il nostro amore e la nostra compassione. Questo ci permette di accompagnare Gesù con maggiore intensità. Concludiamo con il «Padre Nostro».

Giorno 20:

Note: Entriamo ora nella fase finale del nostro pellegrinaggio: la «quarta settimana» degli Esercizi Spirituali. L'atmosfera cambia mentre entriamo nella contemplazione della vita di Dio in tutta la sua pienezza. Sperimentiamo con Gesù e i discepoli che la porta finale è stata aperta. Non c'è nulla che possa fermarci ora nel nostro cammino verso la libertà e la felicità eterna nell'Amore di Dio. Questa settimana finale è un tempo pieno di grazia e di luce. Gioiamo per ogni piccolo fiore, uccellino, sorriso e mano tesa. Ricordate la "preghiera introduttiva" quando entrate in preghiera; usatela anche durante il giorno. Prestate attenzione al colloquio finale: ci avviciniamo a questa conoscenza interiore di Gesù risorto che rafforza il nostro impegno per la vita eterna. Discutiamo questo desiderio con il nostro "amico" Gesù alla fine della preghiera e nel corso della giornata.

Grazia: chiedo al Padre questo dono: entrare pienamente nella gioia di Cristo risorto e vittorioso. Essere in grado di cogliere la pienezza della vita che Gesù ha realizzato per noi. Rallegrarci profondamente con Cristo, con Maria e con tutti i suoi discepoli.

Riflessioni: oggi e nei giorni a venire, Ignazio ci invita a «chiedere la grazia di essere felici e di gioire intensamente per la grande gloria e gioia di Cristo nostro Signore» che è risorto dai morti. Nessuno poteva immaginare cosa sarebbe successo, anche se il profeta Isaia aveva già annunciato che «il mio servo prospererà, sarà innalzato e grandemente esaltato». Ma gli ultimi giorni di Gesù furono così difficili da sopportare. La sua morte era così incomprensibile che era impossibile immaginare come Dio fosse ancora presente. Tutti erano perplessi e demoralizzati. Più di una volta nella Bibbia una donna anziana e sterile si ritrovò incredibilmente incinta, contro ogni previsione. Sì, gli scrittori delle Scritture ci ricordano che «nulla è impossibile a Dio». Eppure era ancora difficile da credere: anche se le guardie spiegarono tutti i dettagli ai capi dei sacerdoti e agli anziani, nessuno accettò la loro storia. Ma oggi crediamo che la risurrezione sia la verità ultima dello straordinario potere e della bontà di Dio. Dio ha il potere di liberarci dalla morte, da ogni tipo di morte.

A volte la nostra fede è troppo debole. Il Dio che ha trasformato Gesù dalla morte alla vita può sicuramente trasformare anche noi. Eppure siamo spesso tentati di sentirci scoraggiati e persino senza speranza di fronte a qualsiasi problema, paura, peccato o dolore ci assalga. Gesù risorto è trasformato per sempre; per questo stesso fatto, anche ciascuno di noi è trasformato interiormente, poiché custodiamo in noi il seme della Risurrezione. Gesù è vivo e con noi per sempre, anche se a volte facciamo fatica a crederci.

I discepoli che andavano a Emmaus hanno compreso questo messaggio. È anche l'esperienza di Maria, la madre di Cristo. Lei ha capito fin dall'inizio che Gesù era vivo. Come ci dice Ignazio: lei è stata sicuramente la prima persona a sperimentare la Sua Risurrezione. E da quel momento si avvicina ai discepoli, aiutandoli a superare la loro tristezza e delusione. Sì, il Signore risorto è con noi come ha promesso, consolandoci e offrendoci i suoi doni, affinché noi a nostra volta possiamo consolare coloro che soffrono in tutto il mondo.

Quando le donne si avvicinarono al sepolcro vuoto, incapaci di accettare la possibilità che Gesù fosse risorto, il guardiano disse semplicemente: «Perché cercate il vivente tra i morti?». Lo stesso viene detto a noi: troppo spesso non riusciamo a credere alla buona novella su noi stessi e sul nostro mondo. Ancora una volta Gesù confonde le nostre aspettative in tanti modi! Oggi riconosciamo che Gesù risorto non si mostra prima agli apostoli come Pietro, Matteo o Giovanni, ma piuttosto alle donne, le più coraggiose e fedeli tra tutti i discepoli.

In questa contemplazione entriamo personalmente nella scena e viviamo intensamente la risurrezione di Gesù dalla morte. Ascolto, osservo, parlo, supplico, tocco... sono davvero dentro l'evento. Preghiamo per la risurrezione di ogni morte dentro di noi e tra tutti coloro che amiamo. Oggi Maria ci capisce molto bene!

Scrittura:

Isaia 52,13-53,12. «Chi avrebbe creduto a ciò che abbiamo udito?».

«Ecco, il mio servo avrà successo nelle sue imprese, sarà onorato, esaltato e sarà molto elevato. Come i popoli erano sorpresi di lui, e il suo volto non era bello, tanto da essere desiderato: il suo volto era così cambiato dalla malattia da non sembrare più quello di un uomo, e la sua forma non era più quella dei figli degli uomini. Così le nazioni gli renderanno onore, i re staranno in silenzio per lui: perché vedranno ciò che non era stato loro chiarito e daranno ascolto a ciò che non era giunto alle loro orecchie. Chi avrebbe creduto alla parola che è giunta alle nostre orecchie, e a chi è stato svelato il braccio del Signore? La sua crescita era come quella di una pianta delicata davanti a lui, e come una radice che spunta da un luogo arido: non aveva bellezza per attirare i nostri sguardi; gli uomini lo schernivano, voltandogli le spalle; era un uomo di dolori, segnato dalla malattia; e come uno da cui gli uomini distolgono lo sguardo, era disprezzato e non ne avevamo alcuna stima. Ma era il nostro dolore che egli prendeva, e le nostre malattie erano poste su di lui: mentre a noi sembrava come uno malato, su cui era venuta la punizione di Dio. Ma era per i nostri peccati che egli era ferito, e per le nostre malefatte era schiacciato: egli ha preso la punizione con cui noi abbiamo la pace, e dalle sue ferite noi siamo guariti. Tutti noi vagavamo come pecore, ognuno seguiva il proprio desiderio, e il Signore ha fatto ricadere su di lui il castigo di noi tutti. Gli uomini erano crudeli con lui, ma egli era mite e tranquillo; come un agnello condotto al macello, e come una pecora davanti a chi la tosa, non apriva bocca. Gli hanno tolto aiuto e giustizia, e chi ha pensato al suo destino? Poiché è stato reciso dalla terra dei viventi, è morto per il peccato del mio popolo. E hanno posto il suo corpo nella terra con i peccatori, e la sua ultima dimora è stata con i malfattori, sebbene egli non avesse fatto alcun male e non ci fosse inganno nella sua bocca. Eppure il Signore ha pensato al suo servo oppresso e ha guarito colui che si era offerto in sacrificio per il peccato. Egli godrà di lunga vita e vedrà i figli dei suoi figli, e nella sua mano prospererà il disegno del Signore. Con la sua umiliazione il mio servo giustificherà molti; dopo la sua sofferenza vedrà la luce e sarà soddisfatto: è la loro colpa che egli porta. Per questo motivo avrà un'eredità con i grandi e avrà parte ai beni di guerra con i forti, perché ha dato la sua vita ed è stato annoverato tra i malfattori, prendendo su di sé i peccati del popolo e pregando per i malfattori».

Matteo 28:1-15. «Non temete; so che cercate Gesù che è stato crocifisso. Non è qui; è risorto, [proprio come aveva promesso]».

Luca 24, 13-35. Gesù, mio compagno durante tutto questo pellegrinaggio, mi spiega come ha fatto parte della mia storia e persino della mia preistoria. Consolato in questo modo, voglio proclamare agli altri proprio come fecero i discepoli di Emmaus: «Il Signore è risorto!».

Colloquio finale: A questo punto del nostro pellegrinaggio interiore, siamo già abituati a camminare con il nostro amico e Signore Gesù Cristo, parlando liberamente come fanno gli amici tra loro. Se nel tuo cuore senti la forza e la grazia per farlo, invita Gesù ad accettarti al suo servizio sotto la sua bandiera, unendoti al suo fianco per costruire il Regno di Dio. Concludi con il «Padre Nostro».

Preghiera per la libertà spirituale

O Spirito di Dio, ti chiediamo di aiutare a orientare
tutte le nostre azioni con le tue ispirazioni,
sostenerle con la tua graziosa assistenza, affinché
ogni nostra preghiera e ogni nostra opera
possa sempre avere inizio da te e
attraverso di te giungere felicemente a
compimento.

Giorno 21 Alcuni suggerimenti ignaziani per oggi: Autobiografia: Igualada

Sembra che la città di Igualada sia il luogo in cui Ignazio decise di acquistare il suo abito da pellegrino, come descritto diversi anni dopo:

«Giunto in un grande villaggio non lontano da Montserrat, decise di acquistare un indumento da indossare durante il suo viaggio verso Gerusalemme. Acquistò quindi un pezzo di tela grezza, piena di fibre di legno spinose. Con questa confezionò un indumento che gli arrivava ai piedi. Acquistò anche un paio di scarpe di materiale grezzo, spesso usato per fabbricare scope. Non indossava mai più di una scarpa, non per comodità, ma perché quella gamba era piuttosto gonfia per aver cavalcato tutto il giorno e, per mortificazione, indossava una corda stretta appena sotto il ginocchio. Per questo motivo, sentiva di dover indossare una scarpa su quel piede. Acquistò anche un bastone da pellegrino e una zucca da cui bere. Li legò alla sella».

Prestiamo molta attenzione a questo punto. Potrebbe essere utile riflettere su tutto ciò che «portiamo con noi» e su qualsiasi altra cosa che ci sia di peso. Quali sono i miei «abiti eleganti» e gli altri «oggetti di valore» che potrei «lasciare» ai piedi della Vergine di Montserrat? È possibile per me adottare uno stile di vita più in linea con il pellegrinaggio che stiamo compiendo? Per me, quale sarebbe l'equivalente del sacco e dei sandali del pellegrino? Cosa posso lasciare indietro e cosa non voglio lasciar andare? Questo viaggio ci ha sicuramente aiutato a mettere molte cose in prospettiva e a mettere in discussione altre realtà. Cosa lascio definitivamente davanti alla Vergine? Certamente non semplici accessori, ma piuttosto tutto ciò che mi impedisce di seguire Gesù più da vicino, giusto?

Mio Signore Dio, non ho idea di dove sto andando. Non vedo la strada davanti a me.

Non posso sapere con certezza dove finirà. Né conosco veramente me stesso, e il fatto che pensi di seguire la tua volontà non significa che lo stia facendo davvero.

Ma credo che il desiderio di compiacerti ti compiacca davvero. E spero di avere questo desiderio in tutto ciò che faccio. Spero di non fare mai nulla che sia lontano da questo desiderio. E so che se lo farò, tu mi guiderai sulla strada giusta, anche se io non ne so nulla.

Pertanto, mi fiderò sempre di te, anche se potrei sembrare smarrito e nell'ombra della morte. Non avrò paura, perché tu sei sempre con me e non mi lascerai mai affrontare da solo i miei pericoli.

Amen.

Giorno 21:

Note: Manteniamo lo stesso spirito positivo mentre continuiamo a contemplare la vita di Dio in tutta la sua pienezza. Non c'è nulla che possa ostacolarci nel nostro cammino verso la libertà e la felicità eterna nell'amore di Dio. Vivete quest'ultima settimana piena di grazia e di luce. Gioiamo per ogni fiore, uccellino, sorriso, mano tesa. Ricordate la "preghiera introduttiva" quando entriamo in preghiera, così come durante tutta la giornata. Prestiamo attenzione al colloquio finale: chiediamo una conoscenza interiore di Gesù risorto che rafforza il nostro impegno verso la vita eterna. Ne discutiamo con il nostro "amico" Gesù nel colloquio alla fine della preghiera e durante la giornata. A questo punto, prestate attenzione ai consigli ignaziani che si riferiscono a San Pietro Claver. Pietro Claver era un seguace di Gesù Cristo e un missionario gesuita in America Latina; era spesso chiamato lo "schiavo degli schiavi".

Grazia: Chiedo al Padre questo dono: entrare nella gioia di Cristo risorto e vittorioso. Essere in grado di contemplare la pienezza della vita che Gesù ha realizzato per noi. Chiedo di gioire profondamente con Cristo e di essere inviato nel mondo per servire la missione di Gesù Cristo.

Riflessioni: La grazia di essere vivi, la grazia di sperimentare la risurrezione dentro di voi non è solo un dono personale. Piuttosto, con grande energia, questa grazia deve essere condivisa con gli altri e messa al servizio della missione di Gesù: diffondere la Buona Novella del Regno di Dio. Oggi ci sentiamo rinnovati perché nello stesso momento ci impegniamo con Gesù, il nostro migliore "amico", ad aiutare a realizzare la Sua missione sulla terra. Il Padre continua a riversare lo Spirito di Cristo sugli uomini e sulle donne del nostro tempo. Gesù ci consola sempre e ci manda in missione per consolare i sofferenti, i poveri e tutti coloro che desiderano la salvezza. Come è scritto: «Quando mandi il tuo spirito, essi sono creati, e tu rinnovi la faccia della terra» (Salmo 104,30). Preghiamo oggi il nostro Dio affinché possiamo entrare nella gioia e nella missione consolatrice di Gesù risorto.

Nel Vangelo di Matteo troviamo Gesù che chiede ai discepoli di andare in Galilea e di assisterlo lì. I discepoli erano quei peccatori che Egli aveva invitato a diventare suoi compagni, gli stessi che alla fine si rivelarono traditori. Ora noi siamo uniti a loro, come discepoli nel nostro pellegrinaggio verso il Regno. Siamo anche uniti ad altri, forse più peccatori o più fedeli di noi. Ma questo non ha importanza, poiché la nostra forza e la nostra saggezza sono centrate in Cristo. Non abbiate paura di rispondere alla Sua chiamata. Ci riuniamo ora sulla montagna, quel luogo d'incontro tra Dio e il Suo popolo. Per noi questo luogo può essere uno slum, un laboratorio, una chiesa, una clinica, un ufficio, un salotto, un'aula scolastica. Gesù ci dà la nostra missione: andare, battezzare, insegnare, amare e portare la compassione di Dio come riconciliazione per tutta l'umanità. Siamo invitati a compiere questa missione in ogni momento e circostanza della vita. E Gesù ci rivolge le parole più meravigliose: ci promette che sarà sempre con noi, in ogni momento gioioso e doloroso. Anche se non mi sento degno di accettare la Sua presenza, Gesù mi resterà sempre vicino. Anche se sono una persona peccatrice, infedele e limitata, Gesù manderà il Suo Spirito per trasformare ogni situazione umana in un'esperienza di crescita.

Anche se la nostra fede può essere piccola, Gesù conta su di noi. Tommaso ha dovuto riconoscere la sua mancanza di fede prima di essere mandato nel mondo. Preghiamo per rispondere alla chiamata di Gesù, che ci invita a seguirlo sulla spiaggia e a rimanere con Lui. Ci uniamo ai discepoli lì presenti nel ricevere il Suo incarico e la Sua benedizione.

Scrittura:

Matteo 28, 16-20: «Io sarò con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo».

Giovanni 20, 24-29: Tollerante verso la mia oscurità e la mia incredulità come lo era verso Tommaso, Gesù si compiace di consolarmi con il dono di una fede rinnovata. Nella Sua amorevole presenza, dico: «Mio Signore e mio Dio!».

Giovanni 21, 1-17: Un momento di gioia: «È il Signore!». Un momento di compagnia: «Venite a mangiare». Un momento di intimità e decisione – «Mi ami?» Un momento di missione – «Pasci le mie pecore!»

Colloquio finale: A questo punto del nostro pellegrinaggio interiore, siamo abituati a camminare con il nostro amico e Signore Gesù Cristo, parlando liberamente come fanno gli amici tra loro. Se senti sinceramente la forza e la grazia dentro di te, chiedi a Gesù di accoglierti sotto la Sua bandiera, per costruire così il Regno di Dio al Suo fianco. Concludi con il «Padre Nostro».

Giorno 22:

Nota: manteniamo lo stesso spirito positivo mentre continuiamo la nostra "quarta settimana", poiché ci sentiamo sempre più uniti a Gesù Cristo nella Sua missione. Infatti, nulla può ostacolare il nostro progresso verso la libertà e la felicità eterna nell'amore di Dio. Ricordate la "preghiera introduttiva" e il colloquio finale, sia alla fine della preghiera che durante la giornata. Rallegratevi della risurrezione di Cristo! Canti, luci, fiori, acqua e amici sono i benvenuti!

Grazia: Chiedo a Dio di gioire profondamente con Cristo risorto, poiché sono stato mandato nel mondo per servire la Sua missione. Prego per riconoscere la Sua presenza trasfigurata nella mia vita, accompagnandolo nella sua missione di riconciliare e dare vita a tutte le persone.

Riflessioni: Gesù ha bisogno delle nostre mani per accogliere quegli uomini e quelle donne che hanno bisogno di cure, riconciliazione, Amore e Vita. Gesù ha bisogno della nostra volontà, del nostro desiderio di andare avanti e costruire, per continuare a creare il Regno tra noi. Gesù risorto ci chiama a seguirlo e a partecipare con Lui alla trasformazione [evangelica] che è già iniziata nel mondo. Nei Vangeli, Gesù chiama esplicitamente diverse persone per nome. Mentre contempliamo i misteri proposti oggi, sentiamo il nostro nome e scopriamo che anche i nostri cuori sono commossi. Come mi sento quando oggi vengo chiamato per nome, proprio come Zaccheo? Come mi sento invitato a salire sul monte Tabor con Gesù? Cosa significa per me sentirmi vicino a Gesù?

La storia della trasfigurazione di Gesù sul Monte Tabor proclama la verità nascosta nel profondo della nostra umanità, per quanto poco chiara possa essere. La Luce è certamente dentro di noi. L'Essenza Divina abita in noi ed è percepibile fin dal primo momento del nostro concepimento. La nostra condizione umana è talvolta un "filtro oscuro" alla Luce Divina. Tuttavia, dobbiamo trasformare i "buchi neri" in "stelle luminose". La sofferenza, l'ingiustizia e l'assurdità che ci circondano in tante situazioni... creano il "filtro" che può spegnere anche la più piccola scintilla di luce. Ma nel Gesù risorto scopriamo che, nonostante tutto il tumulto in cui viviamo, la Luce di Gesù continua a bruciare dentro di noi - e questa esperienza ci trasforma. Nulla infatti può separarci dall'Amore di Dio. Tutto può essere trasfigurato nel Suo Amore.

Gesù risorto è Dio vivo dentro di noi. Chiunque comunichi questo messaggio con il proprio tempo e i propri talenti non fallirà. Cosa deve essere trasformato nella mia vita? Cosa impedisce alla luce divina di risplendere attraverso di me?

Scrittura:

Luca 19,1-10. Gesù chiama Zaccheo e lo invita a «scendere» dalle sue preoccupazioni e dal suo stile di vita. Se vuoi vedere Gesù, lascia alle spalle le invenzioni che hai creato. Se vuoi incontrare Gesù nella tua vita, torna a casa tua. Lui ti aspetta lì. Apri il tuo cuore a Lui, affinché questo ricongiungimento sia generoso e trasformante.

Romani 8,31-39. Nulla può separarci dall'amore di Dio.

Matteo 17, 1-13. Gesù chiama i suoi discepoli e li invita ad accompagnarlo nel suo viaggio di trasfigurazione. Anch'io ho bisogno di salire sulla montagna con Lui. Tanto dolore e tante difficoltà possono minare la nostra fede e la nostra determinazione. Ma se crediamo nella Resurrezione, crediamo anche che la Vita non ha fine. Nulla può nascondere la Luce che è in noi. Nulla può zittire la Parola [di Dio] che è in noi?

Matteo 17, 14-21. Chiamati a servire Gesù Cristo e a condividere insieme la missione, la nostra fede non può essere debole. Se crediamo in Gesù non falliremo. Se crediamo solo in noi stessi e nelle nostre possibilità, non otterremo nulla, anche se portiamo il suo nome.

Colloquio finale: A questo punto del nostro pellegrinaggio interiore, siamo abituati a camminare con Gesù Cristo, nostro amico e Signore, parlando liberamente con Lui come un amico fa con un altro amico. Se sei personalmente in grado di trovare la forza e la grazia dentro di te, chiedi a Gesù di essere accettato sotto la Sua bandiera e di costruire così il Regno di Dio al Suo fianco. Concludi con il "Padre Nostro".

Giorno 23:

Note: Una grande gioia ci accompagna in questa fase finale del viaggio "esteriore". Il tanto agognato obiettivo di Manresa è vicino! Ricordate la "preghiera introduttiva" e il colloquio finale sia alla fine della preghiera che durante la giornata. Che i nostri cuori siano riempiti della forza dello Spirito Santo e che la forza dello Spirito ci accompagni in questo giorno fondamentale della nostra vita. Il cammino ignaziano di oggi ci invita a continuare il nostro pellegrinaggio interiore.

Grazia: chiedo a Dio di poter gioire profondamente con Cristo risorto, poiché anch'io sono stato mandato nel mondo per servire la Sua missione. Prego per ricevere lo Spirito Santo, affinché possa accompagnare meglio Gesù nella Sua missione di riconciliare il mondo e portare la vita a tutte le persone.

Riflessioni: lo Spirito di Dio ci conferma nella missione che abbiamo ricevuto da Cristo. Inoltre, lo stesso Spirito rimane con noi e ci rafforza in tutte le difficoltà che incontriamo. Seguiamo la dinamica delle settimane precedenti: il vero Re ci invita ad accompagnarlo nella sua conquista del bene contro l'assurda distruzione di tutto ciò che è umano. Lo Spirito ci rafforza nel nostro viaggio attraverso il mondo, predicando la Buona Novella.

Lo Spirito abbatte le barriere e apre nuove strade. Lo Spirito crea fraternità, crea comunità e fa emergere l'immagine di Dio nel mondo. Lo Spirito ci risveglia, ci illumina e rimuove la nostra sordità e cecità. Lo Spirito ci lancia e ci spinge avanti, e non ci permette di rimanere fermi a lungo. Lo Spirito ci sfida, ci allontana dalle nostre comodità e rompe i nostri piani ben congegnati. Lo Spirito ci riempie di compassione, amore e desiderio di solidarietà. Lo Spirito ci solleva, ci aiuta a sognare e ci esalta. Nello Spirito possiamo sperare in tutto, possiamo sopportare tutto, possiamo realizzare tutto. Lo Spirito è la presenza reale di Dio nella nostra vita quotidiana.

Durante il nostro pellegrinaggio abbiamo "respirato" lo Spirito. Oggi imploriamo una profonda consapevolezza della presenza dello Spirito Santo dentro di noi. Dove trovo lo Spirito che opera dentro di me? Negli altri? Riconosco l'"azione" dello Spirito nel mondo? Ricordatevi di implorare questa importante grazia.

Scrittura:

Giovanni 16, 5-15. Ricordo le parole di Gesù sull'opera dello Spirito Santo.

Atti 2,1-21. La promessa della venuta dello Spirito si compie nel giorno di Pentecoste.

Atti 10,44-48. Mentre Pietro parlava, lo Spirito Santo scese su tutti coloro che ascoltavano. L'opera di evangelizzazione era iniziata. Chiedo di accogliere questa sfida con energia e impegno.

Luca 4,14-20. Gesù tornò in Galilea, pieno della potenza dello Spirito. Prego affinché anche il mio ritorno a casa sia pieno dello Spirito. Ho bisogno dello Spirito Santo di Dio per compiere la missione del Regno di Dio.

Colloquio finale: In questa fase del nostro pellegrinaggio interiore, siamo abituati a camminare con il nostro amico e Signore, Gesù Cristo, parlando liberamente come fanno gli amici tra loro. Concludi con il "Padre Nostro".

Riflessione personale in qualsiasi momento della giornata: *Binario ignaziano*

Facciamo un breve raccoglimento sulla nostra vita. Come Ignazio, simbolicamente il passato riposerà ai piedi della Madonna. Inizia una nuova vita.

Come i discepoli, siamo chiamati a tornare in Galilea dopo il nostro arrivo a Manresa, siamo chiamati a tornare alla nostra "vita normale", ai vecchi tempi. Ma abbiamo una missione: lavorare per il Regno come ha fatto Gesù. Siamo chiamati a lavorare per il Regno nella nostra vita quotidiana e mondana.

Come userete il vostro potere, i vostri doni, i vostri talenti e le vostre risorse? Questa è la domanda fondamentale della tentazione di Gesù nel deserto. Ci viene detto che il Maligno mostrò a Gesù tutti i regni del mondo e disse: "Ti darò tutto questo, se ti prostrerai e mi adorerai". La risposta fu: "Adorerai il Signore tuo Dio e lo servirai solo lui". Questo momento di crisi nel deserto è lo stesso momento di crisi che tutti noi affrontiamo costantemente. Riusciamo a tenere "sotto controllo" i nostri desideri e bisogni di lode, adulazione, potere e comfort? La nostra vita consisterà nell'usare i nostri poteri per servire noi stessi, o la dedicheremo a contribuire alla società e al mondo che abbiamo ereditato? Ricordate le tentazioni che vi affliggono; meditate sul fatto che anche Gesù, pienamente umano, potrebbe aver sofferto una qualsiasi di queste tentazioni, per quanto vergognose possano essere. La soluzione di Gesù alla tentazione era l'apprezzamento di affidarsi a Dio; anche noi possiamo portare le nostre tentazioni a Gesù. Preghiamo affinché ci sentiamo così vicini a Gesù da voler scegliere ciò che Lui sceglie.

Come già sappiamo, Gesù non sceglie "uomini e donne perfetti" per diventare suoi discepoli. Egli ci conosce piuttosto bene. Considerando il tipo di persone che Gesù ha scelto, Ignazio ci invita a pensare: *"come sono passati da una condizione rude e umile*

di vita; in secondo luogo, la dignità alla quale sono stati chiamati con tanta gentilezza". Questo è il nostro mistero: essere così umili e chiamati a un servizio così elevato. La tentazione è alle nostre porte. È normale!

Ignazio propone una meditazione su tre tipi di risposte all'invito di Gesù a seguirlo nella missione. Ignazio ci sfida a riflettere su cosa significhi essere veramente liberi spiritualmente per camminare al fianco di Gesù nella sua missione. Parliamo di vera libertà, la libertà che porta all'azione di Dio nel mondo. Tutti noi proviamo attrazioni che possono ostacolare il nostro servizio a Dio e al mondo: possiamo amare il denaro, il sesso, il potere, il nostro bell'aspetto, essere ben vestiti, avere belle auto o altre cose. Alcune persone hanno buone intenzioni, ma non riescono mai ad agire per cambiare il loro modo di vivere fino al giorno prima della loro morte. Altri, nel profondo, sanno che qualcosa non va, ma continuano a trovare scuse e razionalizzazioni per continuare a fare allo stesso modo e cercano persino di convincere Dio che non è poi così male. Altri sono liberi: potrebbero essere ricchi e contenti, se questa è la volontà di Dio e per il servizio di Dio; ma possono anche essere felici da poveri e smettere di fare ciò che stanno facendo. Possono accettare con grazia il prestigio nella misura in cui aiuta la missione di servire, ma non bramano e non inseguono il prestigio fine a se stesso, e possono facilmente vivere senza di esso. È del tutto umano avere attaccamenti che distruggono la nostra libertà; forse è sufficiente per la meditazione di oggi riconoscere semplicemente questi attaccamenti e desiderare di essere più liberi dalle tentazioni del Male e implorare la luce di Dio.

Quindi... ognuno di noi deve fare le proprie scelte: fate la vostra offerta personale... sta a voi.

Giorno 23 Alcuni suggerimenti ignaziani per oggi: Autobiografia, Montserrat

Avvicinandoci a Montserrat raggiungiamo un luogo molto speciale per Ignazio di Loyola e molti altri pellegrini del suo tempo. La montagna di Montserrat è riconosciuta da molti come un luogo di grande presenza spirituale. Chiamata da alcuni "Montagna Magica", la tradizione la ricorda come un luogo dove la presenza dello Spirito è "naturale". Lasciamoci trasportare dal flusso di questa stessa forza spirituale, come fece Ignazio. Presentiamo alla Madonna Nera la nostra offerta personale di seguire Gesù, con grande libertà di cuore per il suo servizio più grande.

«Continuò il suo viaggio verso Montserrat, pensando come al solito alle grandi imprese che avrebbe compiuto per amore di Dio. Poiché la sua mente era piena delle avventure di Amadis di Gaul e di libri simili, gli vennero in mente pensieri su queste avventure. Decise quindi di trascorrere l'intera notte in guardia, senza mai sedersi o sdraiarsi, ma rimanendo in piedi per un po' e poi inginocchiandosi davanti all'altare della Madonna di Montserrat. Lì avrebbe messo da parte i suoi abiti eleganti e si sarebbe rivestito dell'armatura di Cristo. Quando arrivò a Montserrat, trascorse molto tempo in preghiera. Con il consenso del suo confessore, trascorse tre giorni interi a scrivere una confessione generale dei suoi peccati. Con il permesso del suo confessore, decise di rinunciare al suo cavallo e di appendere la sua spada e il suo pugnale nella chiesa, sull'altare della Madonna. Questo confessore fu la prima persona a cui rivelò la sua decisione di dedicarsi alla vita spirituale. Fino ad allora non aveva rivelato questo proposito a nessun confessore.

Alla vigilia dell'Annunciazione della Beata Vergine Maria, il 24 marzo dell'anno 1522, si avvicinò a un mendicante. Si tolse i suoi abiti costosi e li diede a quest'uomo. Poi indossò l'abito da pellegrino che aveva comprato in precedenza e andò a inginocchiarsi davanti all'altare della Madonna. Alternando momenti in ginocchio e in piedi, trascorse l'intera notte con il bastone in mano.

Trascorrete un periodo di preghiera più lungo nella cappella della Vergine di Montserrat. Pregate con il testo di 1 Corinzi 12,1-11, implorando Dio di ricevere i doni dello Spirito Santo nella nostra vita, tutto per la maggiore gloria di Dio. Qui cambiamo anche i nostri vecchi abiti e indossiamo quelli che abbiamo «scoperto» a Igualada: una nuova vita ha bisogno di nuovi abiti! Cosa lascio qui a Montserrat? Cosa porterò a casa?

La basilica di Montserrat è stata distrutta e ricostruita in vari momenti della sua storia, seguendo il ritmo delle guerre che hanno afflitto la regione. Ogni volta la chiesa è stata ricostruita un po' più indietro, più vicina alla montagna. All'ingresso del portico dell'atrio della chiesa attuale, vicino alla statua di Ignazio, vedrete un cerchio nero sul pavimento con una citazione consumata che ci ricorda che fu qui che Ignazio fece la sua offerta alla Vergine.

Preghiera di riconciliazione

Signore Cristo, aiutaci a vedere ciò che
ci unisce, non ciò che ci separa.
Perché quando vediamo solo ciò che ci rende diversi, troppo spesso
ci rendiamo conto di ciò che non va negli altri.
Vediamo solo i loro difetti e le loro debolezze,
interpretando le loro azioni come frutto di malizia o odio piuttosto che di paura.
Anche quando ti sei trovato di fronte al male, Signore,
hai perdonato e ti sei sacrificato piuttosto che cercare vendetta.
Insegnaci a fare lo stesso con la forza del tuo Spirito.

-William Breault SJ, è uno scrittore e artista che risiede in California. Ha pubblicato libri di riflessioni di preghiera.

Giorno 24 Alcuni suggerimenti ignaziani per oggi: Autobiografia: Manresa

Siamo ora in viaggio verso Manresa, con un nuovo abbigliamento e un profondo desiderio interiore di fare tutto per la maggiore gloria di Dio. Tuttavia, sperimentiamo anche con forza che le buone risoluzioni non sono mai facili, anche quando sono prese con le migliori intenzioni del cuore.

«Dopo aver ricevuto il Santissimo Sacramento, partì all'alba. Per evitare di essere riconosciuto, evitò la strada diretta che porta a Barcellona, poiché avrebbe potuto incontrare persone che lo conoscevano e lo onoravano. Prese invece una strada secondaria che lo condusse a una città chiamata Manresa. Qui decise di fermarsi alcuni giorni in ospedale e di scrivere alcuni appunti in un piccolo libro che, per sua consolazione, portava con sé con molta cura. A circa tre miglia da Montserrat, fu raggiunto da un uomo che lo seguiva in gran fretta. Quest'uomo gli chiese se avesse dato dei vestiti a un povero, come lui stesso aveva fatto. Ignazio rispose che li aveva effettivamente dati a un mendicante. Quando seppe che quest'uomo era stato maltrattato perché sospettato di aver rubato i vestiti, gli occhi di Ignazio si riempirono di lacrime di compassione per quel mendicante. E per quanto cercasse di evitare lodi e stima, non ci volle molto perché a Manresa la gente cominciasse a dire grandi cose su di lui a causa di ciò che era accaduto a Montserrat. La sua reputazione cresceva di giorno in giorno. Non passò molto tempo prima che la gente dicesse più di quanto fosse vero, dichiarando che aveva rinunciato a una grande fortuna e altre cose simili che non erano vere.

Ogni giorno chiedeva l'elemosina a Manresa. Non mangiava mai carne né beveva vino, anche se entrambi gli venivano offerti. La domenica non digiunava e beveva con moderazione se gli veniva offerto del vino. In precedenza era stato piuttosto attento alla cura dei suoi capelli e li portava alla moda, come i giovani della sua età. Ora decise di trascurarli e di lasciarli crescere selvaggi, senza pettinarli, tagliarli o coprirli né di giorno né di notte. Per lo stesso motivo, lasciò crescere le unghie delle mani e dei piedi, poiché anche in questo caso la sua cura era stata eccessiva.

I «alcuni giorni» che Ignazio aveva inizialmente previsto di trascorrere a Manresa si trasformarono in più di dieci mesi di crescita personale. Dio non aveva fretta con lui e, grazie a Dio, Ignazio non era troppo ansioso di lasciare questa città che lo aveva accolto a braccia aperte nonostante le sue eccentricità. Il pellegrino ignaziano potrebbe benissimo voler imitare alcune qualità di questo «gentiluomo convertito». Forse è il momento di fermarsi dal barbiere per farsi un bel taglio di capelli.

Giorno 24:

Note: La gioia pasquale continua dentro di noi. Ricordatevi di iniziare con la "preghiera introduttiva" e di concludere con il colloquio finale, e di pregare durante tutta la giornata. Vivete la gioia della Resurrezione di Cristo! Canti, luci, fiori, acqua e amici sono i benvenuti! Il nostro cammino ignaziano ci invita oggi a fare come Ignazio: trascorrere un momento speciale di preghiera con la Vergine Nera di Montserrat.

Grazia: Chiedo a Dio di darmi una conoscenza intima dei molti doni che ho ricevuto. Pieno di gratitudine per questi molti doni, possa io amare e servire la Divina Maestà.

Riflessioni: Il Padre, il Figlio e lo Spirito Santo sono sempre all'opera per condividere se stessi con noi. Questa condivisione ci rende capaci di essere contemplativi nell'azione, trovando Dio in tutte le cose. I gesuiti hanno decretato nella loro 32ª Congregazione Generale che "ogni membro di ogni comunità gesuita deve essere consapevole di ciò che dice Sant'Ignazio sull'amore: che consiste nel condividere ciò che si ha, chi si è e tutti coloro che si amano". Oggi concentreremo la nostra meditazione su questa esperienza dell'amore come scambio di ciò che si è e di ciò che si condivide con la persona amata. Negli Esercizi Spirituali, Ignazio ci invita a comprendere come l'Amore di Dio

ci viene donato e condiviso così generosamente dalla grande bontà di Dio. A questa cascata di doni e grazie, dobbiamo rispondere in modo generoso e amorevole. Seguiremo le indicazioni di Ignazio per lasciare che i nostri cuori si espandano nell'amore di Dio. I passi di questa contemplazione ignaziana sono i seguenti:

CONTEMPLAZIONE PER RAGGIUNGERE L'AMORE.

Due cose vanno notate: la prima è che l'amore si esprime più con le azioni che con le parole. La seconda è che l'amore è una comunicazione tra due persone. È conoscere, dare e comunicare dall'amante all'amato, e viceversa, tutto ciò che si ha o si è in grado di avere. Quindi, se uno ha saggezza, la condivide con chi non ce l'ha, o onori e ricchezze da chi ne ha a chi non ne ha.

Poi torno alla preghiera introduttiva e chiedo che tutto sia diretto alla volontà di Dio. Successivamente mi concentro sulla preghiera. Immagino di trovarmi davanti a Dio Padre, Gesù Figlio e lo Spirito d'Amore che mi ha creato nella mia umanità. Richiamo alla mente il desiderio consapevole di oggi: chiedo al Padre di darmi una conoscenza intima dei molti doni che ho ricevuto affinché, pieno di gratitudine per tutti loro, io possa amare e servire la Divina Maestà in ogni modo.

E inizio la mia contemplazione. **Il primo punto** è richiamare alla mente i benefici ricevuti da Dio: il fatto di essere nato e di essere stato salvato da Gesù, così come tutti quei doni personali di cui godo. Considero tutto ciò che Dio nostro Signore ha fatto per me e quanto Dio ha condiviso con me di Sé stesso. Consapevole di questa realtà, rifletto con molta ragione e giustizia su ciò che potrei offrire e restituire alla Sua Divina Maestà, vale a dire tutti i miei beni e tutto me stesso.

Poi, se lo desideri, considera che chiunque desideri essere più sensibile a Dio farà la seguente offerta di sé: «*Prendi, Signore, e ricevi tutta la mia libertà, la mia memoria, il mio intelletto e tutta la mia volontà, tutto ciò che ho e che mi appartiene. Tu mi hai dato tutto. Quindi te lo restituisco, affinché ne faccia uso secondo la tua volontà. Dammi solo il tuo amore e la tua grazia. Mi bastano.*».

Completando il primo punto, Ignazio propone un **secondo punto**: notare come Dio dimora in tutto il creato e in tutte le creature viventi: dando vita a tutti gli elementi naturali, portando la vegetazione alle piante, il senso agli animali e la comprensione agli esseri umani. Dio mi dà anche la vita, l'incoraggiamento, la guida e la comprensione. Dio fa anche di me un tempio sacro, creato a Sua somiglianza e a Sua immagine divina. Rifletto quindi su me stesso: come vivo, cosa realizzo e come posso servire. Concludo questo punto tornando alla precedente preghiera di offerta di me stesso: «Prendi, Signore, e ricevi...».

Il terzo punto è considerare come Dio opera e lavora per me in tutte le cose create: tutto ciò che è nei cieli e negli elementi, le piante, i frutti, gli animali, ecc. Dio dona e preserva tutta la vita, dando consapevolezza, vegetazione, ecc. Poi penso a me stesso: cosa posso fare per ricambiare l'amore che ho ricevuto? Concludo questo punto tornando alla precedente preghiera di offerta di me stesso: «Prendi, Signore, e ricevi...».

Il quarto: notare come ogni dono buono discenda dall'alto e la mia forza provenga solo dal potere infinito di Dio. Quindi la giustizia, la bontà, la misericordia, tutti gli altri doni buoni che riconosco in me stesso e nel mondo (come i raggi del sole, la nostra riserva d'acqua, ecc.) provengono tutti da Dio. Dopo aver considerato le origini di tutto ciò che è buono, considero me stesso e il modo in cui ricambierò tutto ciò che ho ricevuto. Concludo questa riflessione tornando alla preghiera di offerta di sé sopra riportata: "Prendi, Signore, e ricevi...". Concludi con il solito colloquio e il "Padre Nostro".

Colloquio finale: A questo punto del nostro pellegrinaggio interiore, siamo abituati a camminare con il nostro amico e Signore Gesù Cristo, parlando liberamente come un amico fa con un altro. Concludi con il "Padre Nostro".

Centro dei nostri cuori

O Dio, cosa farai per vincere la spaventosa
durezza dei nostri cuori? Signore, devi darci
cuori nuovi, cuori teneri, cuori sensibili,
per sostituire i cuori di marmo e di bronzo.
Devi darci il tuo Cuore, Gesù.
Vieni, amabile Cuore di Gesù.
Metti il tuo Cuore nel profondo del centro dei nostri cuori e
accendi in ogni cuore una fiamma d'amore
forte e grande quanto la somma di tutte le ragioni che ho per amarti, mio Dio.
O sacro Cuore di Gesù, dimora
nascosto nel mio cuore,
affinché io possa vivere solo in te e solo per te,
affinché, alla fine, io possa vivere con te eternamente in cielo. Amen.

-San Claudio La Colombiere SJ (1641-1682) confessore di Santa Margherita Maria Alacoque. Fu missionario e scrittore ascetico e lasciò un gran numero di scritti.

Giorno 25:

Note: La pratica di questi esercizi spirituali ha già dato a ciascuno di noi un'esperienza personale. Ogni pellegrino ha trovato la propria strada lungo questo "pellegrinaggio interiore". Alla "Grotta di Manresa" troverete molti materiali che possono aiutarvi a continuare a crescere nella spiritualità ignaziana. Cercare tali consigli è sempre utile!

Grazia: Chiedo al Padre di darmi una conoscenza interiore dei molti doni che ho ricevuto da Dio. Pieno di gratitudine per queste benedizioni, prego affinché in tutte le cose io possa amare e servire la Divina Maestà. Prego anche affinché l'esperienza spirituale di Sant'Ignazio di Loyola mi aiuti a guidarmi lungo il mio cammino di vita.

Riflessioni: Oggi ripetiamo la stessa meditazione che abbiamo fatto a Montserrat, concentrandoci questa volta sul pellegrinaggio che abbiamo completato. Il Cammino Ignaziano ci ha sicuramente offerto un'esperienza dell'amore di Dio nelle sue molteplici forme. Trascorriamo quindi il nostro tempo di preghiera utilizzando questa contemplazione dell'amore di Dio per rivedere le varie tappe del nostro viaggio. Ringraziamo Dio per le tante esperienze e benedizioni mentre ci prepariamo a tornare alla nostra routine quotidiana.

CONTEMPLAZIONE PER RAGGIUNGERE L'AMORE nel nostro pellegrinaggio.

Due realtà vanno sottolineate fin dall'inizio: la prima è che l'amore si esprime più con le azioni che con le parole. La seconda è che l'amore è una comunicazione tra due persone. È conoscere, dare e comunicare dall'amante all'amato, e viceversa, tutto ciò che si ha o si è in grado di avere. Quindi, se uno ha saggezza, la condivide con chi ne ha bisogno, o onora e arricchisce chi non ne ha. Poi torniamo alla preghiera introduttiva e chiediamo che tutto possa essere orientato alla volontà di Dio.

Successivamente mi concentro sulla preghiera. Immagino di trovarmi davanti a Dio Padre, Gesù Figlio e lo Spirito d'Amore che mi ha creato in tutta la mia umanità. Oggi chiedo al Padre di darmi una conoscenza intima dei molti doni che ho ricevuto, affinché, pieno di gratitudine per tutti questi, io possa amare e servire la Divina Maestà in tutto ciò che intraprendo.

Comincio la preghiera. Il **primo punto** è richiamare alla mente tutte le benedizioni che ho ricevuto da Dio durante questo tempo di pellegrinaggio. Ricordo sia quelle che mi sono sembrate buone fin dall'inizio, sia quelle che ora mi rendo conto non erano poi così male. Consapevole di questa realtà personale, considero con molta ragione e giustizia ciò che devo dare di me stesso come offerta alla Sua Divina Maestà, vale a dire tutti i miei beni e tutta la mia vita. Inoltre, se lo desidero, considero che chiunque voglia essere più sensibile al Signore darà la seguente risposta amorevole: *«Prendi, Signore, e ricevi tutta la mia libertà, la mia memoria, il mio intelletto e tutta la mia volontà, tutto ciò che ho e che chiamo mio. Tu mi hai dato tutto. A Te, Signore, lo restituisco perché ne faccia ciò che vuoi. Dammi solo il tuo amore e la tua grazia. Questo mi basta».*

Completando il primo punto, Ignazio propone un **secondo punto**: notare come Dio è presente e vivo in ogni incontro ed esperienza, intorno a me e dentro di me mentre penso a me stesso e al modo in cui vivo, in tutto ciò che realizzo e in coloro che servo. Concludi questo punto tornando alla precedente preghiera di offerta di sé: «Prendi, Signore, e ricevi...».

Nel **terzo punto**, considero come Dio abbia operato per me in tutte le cose create e nelle persone che ho incontrato in questo pellegrinaggio. Dopo aver considerato questo punto, mi chiedo cosa posso fare per diventare una persona più amorevole. Concludo questo terzo punto tornando alla preghiera di offerta di me stesso: «Prendi, Signore, e ricevi...».

Il quarto: notare come ogni dono buono discenda dall'alto e la mia forza provenga solo dal potere infinito di Dio. Quindi la giustizia, la bontà, la misericordia, tutti gli altri doni buoni che riconosco in me stesso e nel mondo (come i raggi del sole, la nostra riserva d'acqua, ecc.) provengono tutti da Dio. Dopo aver considerato le origini di tutta questa bontà, rifletto su me stesso e sul modo in cui ricambierò tutto ciò che ho ricevuto durante questo pellegrinaggio. Concludo questa riflessione tornando alla preghiera di offerta di sé sopra riportata: "Prendi, Signore, e ricevi...".

Colloquio finale: riassumi i tuoi pensieri durante questo momento di preghiera, parlando con Gesù come un amico fa con un altro amico. Sii onesto con lui riguardo ai desideri e alle decisioni che hai trovato nel tuo cuore durante questi giorni di pellegrinaggio e preghiera. Concludi con il "Padre Nostro".

Uno spazio vuoto da riempire

Una tazza deve essere vuota prima di poter essere riempita.
Se è già piena, non può essere riempita di nuovo se non svuotandola.
Per riempire qualsiasi cosa, deve esserci uno spazio vuoto.
Altrimenti non può ricevere nulla.
Questo è particolarmente vero per la parola di Dio.
Per riceverla, dobbiamo essere svuotati.
Dobbiamo essere capaci di riceverla, svuotati dal
falso sé e dalle sue infinite richieste. Quando Cristo venne,
non c'era posto nella locanda.
Era piena. La locanda è un simbolo del cuore.
La parola di Dio, Cristo, può mettere radici solo in un cuore svuotato.

-William Breault SJ

Vedere tutto nuovo

Concedimi, o Signore,
di vedere ora tutto con occhi nuovi, di
discernere e mettere alla prova gli spiriti
che mi aiutano a leggere i segni dei tempi, ad
assaporare le cose che sono tue
e a comunicarle agli altri.
Dammi la chiarezza di comprensione che hai dato a Ignazio.

-Pedro Arrupe SJ (1907-91) è stato superiore generale della Compagnia di Gesù dal 1965 al 1983.

Aiutaci a rimanere vicini a te

Signore Gesù, ti chiediamo ora
di aiutarci a rimanere sempre con te,
ad essere vicini a te con tutto l'ardore dei nostri cuori, ad
accogliere con gioia la missione che ci affidi e che è quella
di continuare la tua presenza
e diffondere la buona novella della tua Resurrezione.

-Carlo Maria Martini SJ

Appendice

La leadership eroica guidata dal *magis* è una ricerca personale quotidiana

Il magis spinge una persona verso qualcosa di più, qualcosa di più grande. Chris Lowney descrive ciò che il magis può significare per i leader nella vita quotidiana.

La maggior parte delle persone si interroga sulla propria capacità di agire eroicamente qualora si presentasse improvvisamente un'occasione importante. Gli Esercizi Spirituali di Loyola costringevano invece i recluti a considerare la loro capacità di eroismo nella vita quotidiana. L'eroismo gesuita non è solo una risposta a una crisi, ma un *approccio alla vita* scelto consapevolmente; non viene giudicato in base alla portata dell'occasione, ma alla qualità della risposta all'occasione che si presenta. Per l'insegnante gesuita, ogni giorno presentava una scelta, riassunta da [Pedro] Ribadeneira: o un altro giorno trascorso con dei monelli, "così frivoli, così irrequieti, così loquaci e così riluttanti a lavorare che nemmeno i loro genitori riescono a tenerli a casa", o un altro giorno dedicato a un'attività così vitale che da essa dipendeva "tutto il benessere del cristianesimo e del mondo intero". Ogni attività offre la sua versione della stessa scelta. Il modo in cui si sceglie influisce profondamente sulla soddisfazione personale e sulla qualità delle prestazioni; dopotutto, come si può non essere motivati quando il "benessere del mondo intero" dipende da ciò che si fa?

Questo modo di pensare non era un trucco mentale che si imponevano. Erano consapevolmente impegnati a sfruttare ogni potenziale di ogni momento e avevano la lungimiranza di vedere cosa sarebbe potuto accadere se quell'impegno fosse stato moltiplicato più volte. Così, un insegnante alla volta, uno studente alla volta, un anno alla volta, una scuola alla volta, hanno creato la rete educativa più estesa e di più alta qualità al mondo. Se tutta la politica è locale, come ha osservato una volta Tip O'Neill, educato dai gesuiti, lo stesso vale per tutta la leadership eroica. I grandi risultati emergono un individuo motivato alla volta.

La leadership guidata dal *magis* porta inevitabilmente all'eroismo. L'eroismo inizia con ogni persona che considera, interiorizza e modella la propria missione. Che si lavori all'interno di una grande organizzazione o da soli, nessuna missione è motivante finché non è personale. Ed è sostenibile solo quando si rende la ricerca del *magis* un'abitudine riflessiva e quotidiana. Un leader guidato dal *magis* non si accontenta di seguire la routine o di accettare lo status quo, ma è instancabilmente incline a cercare qualcosa di più, qualcosa di più grande. Invece di desiderare che le circostanze fossero diverse, i leader guidati dal *magis* le rendono diverse o ne traggono il massimo vantaggio. Invece di aspettare opportunità d'oro, trovano l'oro nelle opportunità a portata di mano.

Gli eroi si elevano e si rendono più grandi perseguendo qualcosa di più grande del proprio interesse personale. I nostri classici modelli eroici spesso lo fanno attraverso uno straordinario coraggio in momenti critici unici. Ma l'eroismo non si limita a queste rare e privilegiate opportunità. Sono eroi anche coloro che dimostrano il coraggio, la nobiltà e la grandezza di cuore di perseguire un senso personale di *magis*, di mantenersi orientati verso obiettivi che li migliorano come persone.

(Di Chris Lowney, da *Heroic Leadership: Best Practices from a 450-Year-Old Company That Changed the World*)

Dio vuole la nostra amicizia

(Di William A. Barry, sj. da *A Friendship Like No Other: Experiencing God's Amazing Embrace*;
<http://www.ignatianspirituality.com/ignatian-prayer>)

Cosa vuole Dio nel crearci? La mia posizione è che ciò che Dio vuole è l'amicizia.

Per prevenire immediate obiezioni, vorrei precisare che non intendo dire che Dio sia solo e quindi abbia bisogno della nostra amicizia. Si tratta di un'idea romantica e piuttosto poco ortodossa che rende Dio, in definitiva, incredibile. No, io sostengo che Dio, per l'abbondanza della sua vita relazionale divina, non per alcun bisogno di noi, desidera l'esistenza degli esseri umani per amore dell'amicizia.

Meglio di come viene descritto

Questa tesi può sembrare strana, perché è in contrasto con gran parte dell'insegnamento su Dio. Ad essere sincero, anch'io l'ho messa in discussione quando ho iniziato a rifletterci. Intendiamoci, ho scritto per molti anni sulla preghiera come relazione personale, sostenendo che Dio desidera questo tipo di relazione con noi, e ho usato l'analogia di una relazione personale tra due persone per descrivere il rapporto che si sviluppa tra Dio e noi. Ma l'idea che Dio desideri la nostra amicizia non mi convinceva facilmente. Ogni volta che mi veniva in mente, la liquidavo come una fantasia da non prendere sul serio. Dopotutto, ero stato cresciuto con la risposta standard del catechismo: «Dio mi ha creato per conoscerlo, amarlo e servirlo in questo mondo e per essere felice con lui per sempre nell'altro». Per quanto mi ricordo, nessuno ha mai interpretato questo come un'allusione al fatto che Dio desideri la mia amicizia.

Ma negli ultimi anni, man mano che il mio rapporto con Dio si è approfondito e ho ascoltato le persone parlare di come Dio si relaziona con loro, mi sono convinto che la migliore analogia per il rapporto che Dio desidera con noi è l'amicizia. Ho iniziato a usare questo tipo di linguaggio nei discorsi e negli articoli e ho scoperto che risuonava con gli altri. Spero che anche voi possiate trovare una risonanza simile e che possiate fidarvi più pienamente della vostra esperienza. Non riesco a pensare a nulla che mi renderebbe più felice che sentire che voi, e molti altri, avete scoperto che Dio è «migliore di come viene descritto», come disse una volta mia madre irlandese. Credo che anche Dio ne sarebbe felice.

Paura o amicizia?

Ma per poter fidarci di questa esperienza di Dio come amico, dobbiamo superare i nostri sentimenti di paura nei suoi confronti. L'insegnamento che la maggior parte dei cristiani più anziani ha ricevuto su Dio ha indotto la paura di Dio piuttosto che i sentimenti evocati dal termine *amico*. Incontro ancora più persone che temono Dio piuttosto che provare calore e amicizia nei suoi confronti. L'idea dell'amicizia con Dio figura nella vostra esperienza dell'insegnamento religioso e del culto? Ho il sospetto che non sia così.

L'idea, tuttavia, ha un'antica tradizione. Può essere difesa come ortodossa, forse anche come la migliore interpretazione della rivelazione di Dio contenuta nella Bibbia. Dopo una serie di false partenze, sono stato incoraggiato a intraprendere questo libro dalla lettura di *Friendship: Interpreting Christian Love* di Liz Carmichael, un libro accademico che mostra come esista una tradizione duratura che identifica *la caritas* (amore o carità) con l'amicizia, definendo così Dio come amicizia.

Bastano due esempi di questa tradizione citati da Carmichael. Aelred, abate cistercense inglese del XII secolo di Rievaulx, sviluppò una sua variante del "Dio è amore" di Giovanni (1 Giovanni 4:16): "Devo dire... Dio è amicizia?". Un secolo dopo, Tommaso d'Aquino definì *la caritas* come amicizia con Dio. Entrambi gli scrittori conoscevano il testo della prima lettera di Giovanni nella sua forma latina: «Deus caritas est».

Un'idea il cui momento è giunto

Questa nozione di amicizia con Dio sembra aver avuto alti e bassi nel corso della storia. È possibile che i predicatori e gli insegnanti di religione temano che abbracciare l'idea dell'amicizia con Dio possa portare a cancellare il mistero e la maestosità di Dio, e quindi esitino a parlarne. Ma sono convinto, come Carmichael, che questa sia un'idea il cui momento è giunto, e non troppo presto per il futuro del nostro mondo, come spero diventerà chiaro man mano che procederemo. Da un lato, il timore di Dio ha precluso una relazione più stretta con Dio in molte persone che ho incontrato, e queste sembrano attratte dal concetto di amicizia. In secondo luogo, l'amicizia con Dio porta a una cerchia di amici sempre più ampia, poiché ci rendiamo conto che il desiderio di amicizia di Dio include tutte le persone.

Come già detto, gran parte del nostro insegnamento su Dio ha sottolineato il timore di Dio. E perché no? Il salmista scrive: «Il timore del Signore è il principio della sapienza» (Salmo 111,10). Ma il timore del Signore esaltato nel salmo è ben lontano dal timore instillato dall'insegnamento religioso, che porta le persone a mantenere le distanze da Dio. I salmi non sono stati certamente scritti per allontanare le persone da Dio, ma proprio come le cattive notizie vendono meglio di quelle buone nei media, così anche il fuoco dell'inferno e lo zolfo rendono più avvincente l'insegnamento e la predicazione. Ma Dio, credo, è penalizzato da tali tattiche di insegnamento e predicazione, e lo siamo anche noi.

Il lato negativo della paura

L'enfasi sul fuoco dell'inferno può avere effetti salutari sulla vita spirituale nel breve periodo, ma si può sostenere che gli effetti a lungo termine lasciano a desiderare, soprattutto quando le minacce non sembrano più avere effetto. Si veda ciò che è accaduto alla

la pratica, tra i cattolici romani, del sacramento della riconciliazione (chiamato confessione prima del Concilio Vaticano II): non appena i cattolici hanno appreso dopo il Vaticano II che non sarebbero andati all'inferno così facilmente come era stato loro insegnato e che la confessione era necessaria solo se avevano commesso peccati gravi, si sono allontanati in massa dalla sua pratica e non sono più tornati, nonostante le molte preoccupazioni da parte dei vescovi e dei sacerdoti e i reali benefici che possono derivare da un uso sano di questo bel rito. Se la paura è il fattore principale utilizzato per imporre una pratica religiosa, tale pratica cesserà quando la paura verrà rimossa, e sarà davvero difficile riportarla in auge.

Peggio ancora, l'enfasi sul fuoco dell'inferno e lo zolfo dà a Dio una cattiva reputazione. Si può leggere la Bibbia come una storia della rivelazione progressiva di Dio, un Dio di compassione. L'uso da parte di Gesù della tenera parola *Abba*, "caro Padre", per Dio è il culmine di questa rivelazione progressiva.

Il "timore del Signore" che è l'inizio della saggezza è una sana consapevolezza della grandezza di Dio. Dio è affascinante e maestoso, persino terrificante, come ha affermato il teologo Rudolf Otto. Ma supponiamo per un momento che Dio, che è il Mistero stesso – maestoso, terribile e inoscuro – desideri la nostra amicizia. Allora l'inizio della saggezza potrebbe essere l'accettazione dell'offerta di Dio, anche se accettarla si rivela scoraggiante, impegnativa e persino un po' spaventosa.

Un invito all'amicizia

Ciò che spero troverete in questo libro è un invito a intraprendere un rapporto di amicizia con Dio e un dialogo con me. Nel libro non fornisco risposte, ma piuttosto suggerimenti, e vi chiedo di provare un approccio suggerito o di riflettere sulla vostra esperienza alla luce dei miei suggerimenti. Spero che questo vi aiuti a diventare amici di Dio; il libro non raggiungerà il mio scopo se tutto ciò che ne ricavate sono idee.

Nella prima parte del libro, esaminerò innanzitutto l'amicizia umana come la migliore analogia di ciò che Dio desidera da noi, quindi proporrò alcuni esercizi per aiutarvi a determinare se il concetto di amicizia si adatta al vostro rapporto con Dio o per motivarvi a provare questo modo di relazionarvi con Lui. Nella seconda parte, fornirò alcune meditazioni su domande e questioni che ho dovuto affrontare mentre riflettevo sulla convinzione che Dio desideri la mia amicizia. Spero che vi siano utili nell'affrontare le vostre domande. Infine, nella terza parte, affronterò le domande su dove troviamo Dio e su come distinguiamo l'influenza dello Spirito di Dio sulla nostra esperienza da altre influenze.

Veglia della Madonna seguendo Ignazio

« [A Manresa] Era solito ascoltare la Messa ogni giorno e partecipare ai Vespri e alla Compieta, devozioni dalle quali traeva grande consolazione. Durante la Messa, **leggeva sempre la storia della Passione** e la sua anima era pervasa da un sentimento gioioso di calma ininterrotta. » *Autobiografia di Sant'Ignazio, capitolo 2, 20.*

Preghiera a Montserrat, chiusura della Madonna di Montserrat - la Moreneta (Brunetta)

Camminiamo con Maria e Ignazio seguendo Gesù sulla Via Crucis

(Riflessioni tratte da «La Via Crucis» di Hans-Urs Von Balthasar e dal Collaborative Ministry di www.creighton.edu)

Maria ci accompagna attraverso la Passione di Cristo: ci uniamo a Maria per una riflessione sulle Stazioni, mentre lei ci guida attraverso le Stazioni con i suoi occhi di allora e con i suoi occhi di oggi

PREGHIERA INIZIALE (insieme)

Concedici, o Signore, che nella nostra contemplazione del mistero della tua
Passione non fuggiamo dalle cose essenziali.
Aiutaci a contemplare te, il tuo
amore eucaristico,
il tuo amore crocifisso come la somma realtà necessaria per comprendere tutto il
resto, come l'unica realtà da cui
tutte le altre ricevono luce e chiarezza.

Te lo chiediamo per intercessione
di colei che aveva lo sguardo per vedere tutte le cose essenziali: Maria, tua madre.

-Carlo Maria Martini SJ (1927-2012), Preghiera a Maria per comprendere la croce

PREGHIERA DI APERTURA

Signore Gesù Cristo, ogni giorno riceviamo nella Santa Eucaristia il corpo e il sangue che ci hai lasciato in memoria della tua passione e morte sulla croce. Spesso non consideriamo quanto ti sia costato questo grande dono alla tua Chiesa. Tu ci accogli con lo stesso amore con cui hai abbracciato la croce. Dacci ora il coraggio di seguire con riverenza le tue orme affinché possiamo giungere a condividere i frutti della tua redenzione.

Padre santo e misericordioso, concedici di seguire la via della croce con fede e amore, affinché possiamo partecipare alla passione di Cristo e insieme a lui raggiungere la gloria del tuo regno. Te lo chiediamo per mezzo di tuo Figlio Gesù Cristo. Amen.

Prima stazione: Gesù è condannato a morte

V/ Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

R/ Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.

«Pilato, volendo soddisfare la folla, liberò loro Barabba e, dopo aver fatto flagellare Gesù, lo consegnò perché fosse crocifisso» (Mc 15,15).

Mio Figlio si presentò davanti a Pilato come uomo innocente. Ma, nel corso della sua vita, entrò sempre più profondamente nella condizione della carne peccatrice. Non bastava che fosse nato da una madre umana come me. Crebbe nell'oscurità a Nazareth. E lì lo giudicavano sempre. Giudicavano sempre che non fosse giusto che fosse stato concepito prima che Giuseppe ed io ci sposassimo. Anche quando iniziò il suo ministero pubblico, i capi religiosi non lo accettarono. Il suo riflesso di Dio non corrispondeva alla loro immagine egoistica di Dio. Alla fine, i suoi stessi seguaci lo abbandonarono. Non avrei mai immaginato che avrebbe dovuto sperimentare la solidarietà con i prigionieri picchiati e torturati, ma lo fece. Non dimenticherò mai il sangue che ha versato e il dolore che ha provato per mano delle guardie romane. Gesù ha iniziato questo viaggio diventando uno con ogni persona impotente, derisa e presa in giro dagli altri. Non ha fatto nulla che meritasse la pena capitale o gli abusi che ha subito.

Il suo «sì» – la sua resa alla volontà di Dio – alla fine ha distrutto il potere del peccato e della morte. Mentre cresceva, gli ho detto molte volte quanto fossi stata fortunata a poter dire «sia fatto di me secondo la tua parola». Non avrei mai potuto immaginare che questa sarebbe stata la spada che alla fine mi avrebbe trafitto il cuore: vedere mio Figlio dire Sì a Dio, in modo così completo e totale, per la salvezza del mondo.

Ora che è condannato a morte, riflettete con me su ogni stazione del suo cammino, entrando sempre più completamente nella nostra umanità e nella morte stessa. Chiediamo la grazia di Dio di essere con lui e di accompagnarlo nel suo cammino per comprenderlo più pienamente ed essere più grati per il suo dono.

Silenzio // Padre nostro...

V/ Alla croce, alla sua stazione, stava la Madre addolorata che piangeva, vicina a Gesù fino all'ultimo.

Seconda stazione: Gesù porta la sua croce

V/ Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

R/ Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.

«Usci, portando la sua croce, verso il luogo detto "Il Luogo del Teschio", che in ebraico si chiama "Golgota"» (Gv 19,17)

Mio Figlio fu costretto a portare la croce sulla quale sarebbe stato inchiodato, ridicolizzato e giustiziato. Dobbiamo fermarci qui per ricordare ciò che essa rappresenta. Per questo viaggio, egli si fa carico del peso di tutte le nostre croci, di tutte le nostre sofferenze insensate

sofferenze e il peso di tutti i peccati del mondo: passati, presenti e futuri. Ogni passo che faceva incideva profondamente nelle sue spalle già martorate. Non riuscivo a credere che potesse fare anche solo pochi passi.

Ora possiamo guardare indietro e ricordare che tutto questo è per noi. Ognuno di noi può dire che era "per me". Mentre immaginiamo ogni passo che compie, possiamo fermarci ora per dire "grazie", con le nostre parole, nel profondo del nostro cuore.

Silenzio // Padre Nostro...

V/ Attraverso il suo cuore, condividendo il suo dolore, sopportando tutta la sua amara angoscia,
Ora finalmente la spada era passata.

Terza stazione: Gesù cade per la prima volta.

V/ Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

R/ Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.

«In verità, in verità vi dico: se il chicco di grano caduto in terra non muore, rimane solo; ma se muore, porta molto frutto» (Gv 12,24).

Non riesco quasi a esprimere cosa abbia provato nel vedere mio Figlio cadere sotto il peso di quella croce. Tutto in me voleva fermarli. Era già troppo. Ma non potevo fare altro che guardarlo disteso a terra.

Ora so che, per entrare completamente nelle nostre vite, doveva arrendersi al peso schiacciante dei fardelli che tanti nel loro mondo devono sopportare. Tutti gli uomini della terra oppressi da fardelli ingiusti sapranno sempre che, disteso lì a terra, Gesù conosceva e avrebbe sempre compreso la loro impotenza. Incapace di rialzarsi, ha compreso per sempre la nostra fatica e tutto ciò che ci sconfigge ingiustamente.

Capisco il tuo dolore e il tuo senso di colpa nel riflettere sul cammino di mio Figlio verso il Calvario. Ti prego, sii solo grato. Mio Figlio vuole semplicemente che ricordiamo come ci amava allora e come ci ama ora. Si tratta della sua misericordia e del dono della vita che abbiamo in lui.

Silenzio // Padre nostro...

V/ Oh, quanto era triste e addolorata quella Madre altamente benedetta del Figlio unigenito!

Quarta stazione: Gesù incontra sua madre.

V/ Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

R/ Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.

«Simeone disse a Maria, madre di Gesù: "Ecco, questo bambino è destinato a provocare la caduta e il risorgere di molti in Israele, e a diventare un segno di contraddizione. Sì, una spada trafiggerà la tua anima, affinché siano svelati i pensieri di molti cuori"» (Lc 2,34-35).

Mentre spingevo e mi facevo strada tra la folla per avvicinarmi il più possibile a mio Figlio, arrivammo a un punto della strada dove lui si fermò. Mi vide. E ci guardammo negli occhi. Non volevo che vedesse le mie lacrime o conoscesse il mio dolore, ma avevo accettato da tempo quanto lui mi conoscesse a fondo. L'amore del mio cuore si riversò nell'

unico abbraccio che potevo dargli. Le mie labbra pronunciarono silenziosamente la preghiera che ci aveva insegnato: «Padre, venga il tuo Regno e sia fatta la tua volontà come in cielo così in terra». Lui annuì leggermente, fece un respiro profondo e proseguì su per la collina. La spada che mi trafiggeva il cuore aveva benedetto la sua missione, e sapevo che lui lo sapeva.

Ringraziatelo con me, anche adesso, per aver intrapreso quella missione per noi. Ringraziatelo per aver provato la separazione e la perdita che ogni persona al mondo conosce quando perde una persona cara. E per aver compreso il cuore di ogni madre amorevole che soffre per le sofferenze dei propri figli. È diventato così completamente uno con noi.

Silenzio // Padre nostro...

V/ Cristo è appeso in alto nel tormento,
Lei sotto contempla i dolori del suo
glorioso Figlio morente.

Quinta stazione: Simone aiuta Gesù a portare la croce.

V/ *Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.*
R/ *Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.*

«Costrinsero un passante, proveniente dalla campagna, Simone di Cirene, padre di Alessandro e di Rufo, ad accompagnarli, affinché portasse la sua croce» (Mc 15,21).

Ora riflettete con me su come deve essere stato per mio Figlio non essere più in grado di portare la croce da solo. Ero così sollevata che qualcuno lo aiutasse in quel momento, anche se il mio cuore era con Simone, che era stato coinvolto nel cammino di Gesù.

Guardando indietro, possiamo rendere grazie perché Gesù è entrato nella nostra vita, anche in questo gesto di aiuto. Gesù ha conosciuto l'esperienza di tutti noi che dobbiamo dipendere dagli altri, che non ce la facciamo da soli. Anche in questo viaggio finale, Gesù non avrebbe avuto nemmeno la soddisfazione di poterlo fare da solo.

Fermiamoci un attimo per esprimere a lui, ora, ciò che abbiamo nel cuore. Silenzio // Padre

nostro...

V/ C'è qualcuno che non piangerebbe,
sopraffatto da una miseria così profonda,
vedendo la cara Madre di Cristo?

Sesta stazione: Veronica asciuga il volto di Gesù.

V/ *Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.*
R/ *Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.*

«Non ha né bellezza né maestà. Quando lo guardiamo, non c'è bellezza che ci faccia desiderare lui. Era disprezzato e rifiutato dagli uomini, uomo di dolore, familiare con la sofferenza. Era disprezzato come uno davanti al quale si nasconde il volto» (Is 53,2-3).

Non riesco a descrivere il suo volto, con il sangue e il sudore, i lividi e i gonfiori causati dalle percosse. Come madre, faccio fatica a dirvi che aveva persino dello sputo sul viso. Era il volto della solidarietà con tutti coloro che hanno mai subito abusi e violenze. Poi, dalla folla uscì una donna la cui compassione per mio Figlio era così grande che spinse via i soldati romani e gli asciugò il viso con il suo velo. Oh, quanto l'ho amata per questo.

Lo sguardo tra loro mi ha toccato profondamente. Il suo volto pulito, per un attimo, ha rivelato il volto amorevole del Figlio che amavo.

Mentre sorrideva alla donna e continuava il suo cammino, noi che eravamo lì vicino guardammo il suo velo e vedemmo il dono che lui le aveva fatto. Sul suo velo c'era una somiglianza sorprendente, una vera icona del costo del suo sacrificio e della profondità della sua solidarietà con tutti coloro che soffrono. Questa immagine è il suo dono per noi per sempre, per contemplare sempre la sua somiglianza, la sua unione con noi nel nostro peggior rifiuto e nella nostra peggiore sofferenza.

Mentre ricordiamo insieme come il suo volto fosse così segnato dalla punizione e dalla violenza, rendiamo grazie per la sua solidarietà con noi in ogni aspetto della nostra vita.

Silenzio // Padre nostro...

V/ Può il cuore umano trattenersi
dal partecipare al suo dolore, al
dolore indicibile di quella Madre?

Settima stazione: Gesù cade per la seconda volta.

V/ Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

R/ Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.

«Gesù disse loro: "La mia anima è profondamente triste, fino alla morte". ... Gesù si allontanò un po' e cadde terra e pregò che, se fosse stato possibile, quell'ora passasse da lui» (Mc 14,34-35).

Quando mio Figlio cadde per la seconda volta, il mio cuore si spezzò perché sembrava aver perso il controllo, inciampando e crollando a terra. Nel vederlo cadere in ginocchio sulle pietre dure, sentii un dolore lancinante in tutto il corpo. Incapace di aiutarlo, mi chiesi di nuovo se ce l'avrebbe fatta.

Guardando indietro con voi oggi, immagino che questa caduta lo abbia messo al fianco delle persone con disabilità, di coloro che soffrono di ogni tipo di malattia fisica che li indebolisce e di tutti coloro che stanno invecchiando e devono confrontarsi con i limiti del proprio corpo. La mia preghiera è che tutto il popolo di Dio che conosce la sofferenza di queste disabilità possa sapere che può sempre rivolgersi a mio Figlio per trovare comprensione e conforto.

Con gratitudine nei nostri cuori, prendiamo qualche momento per trovare le parole per esprimere i nostri sentimenti a Lui.

Silenzio // Padre nostro...

V/ Ferito, deriso, maledetto, profanato
Ella vide il suo tenero Figlio
tutto lacerato da flagelli sanguinanti.

Ottava stazione: Gesù incontra le donne di Gerusalemme.

V/ Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

R/ Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.

«Lo seguiva una grande folla di popolo, tra cui anche donne che lo piangevano e lo compiangevano. Ma Gesù, voltandosi verso di loro, disse: "Figlie di Gerusalemme, non piangete per me, ma piangete per voi stesse e per i vostri figli"» (Lc 23, 27-28).

Questa scena commovente riempì il cuore di mia madre di ancora più amore per lui. Come l'avevo visto confortare tanti gruppi di persone durante la sua vita, ora egli conforta questo gruppo di donne e bambini a Gerusalemme. Non sono qui per condannarlo. Che incontro straordinario. Cercano di confortarlo, mentre lui li guarda con amore e compassione. Durante il suo ministero era giunto a piangere per Gerusalemme. Ora, mio figlio assegna loro una missione speciale. Presto avrebbero capito che questa sofferenza a cui avevano assistito da vicino era per loro. Presto avrebbero assistito alla sofferenza di Gerusalemme e avrebbero avuto la possibilità di trasmettere la loro compassione e la loro fede ai loro figli e alla gente della loro città.

È bene riflettere qui, con lui, sulla missione che ciascuno di noi ha e che può essere plasmata da questo incontro con la sua sofferenza, morte e risurrezione "per me". Ringraziamolo per questo breve momento per ricordare il dono che abbiamo ricevuto. Silenzio //

O Maria nostra madre,
anche tu hai pianto e ti sei
lamentata sul Calvario con le
donne
di Gerusalemme.

Tu non piangi per te stessa, perché,
nella fede e nell'obbedienza, hai fatto la
volontà del Padre;
né ti sei lamentata per la
morte di tuo Figlio,
l'innocente e il santo.

Tu piangi invece per i peccati dei
tuoi figli.
Abbiamo visto le tue lacrime,
ascoltato i tuoi avvertimenti e le tue
suppliche:
«non sopprimete la verità,
non perseguitate gli innocenti,
non soffocate l'amore".

Padre nostro...

V/ Lasciatemi condividere con voi il
suo dolore Colui che per tutti i miei
peccati è stato ucciso Colui che per
me è morto nel tormento.

Nona stazione: Gesù cade per la terza volta.

V/ Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

R/ Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.

«Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi, e io vi darò ristoro. Prendete il mio giogo su di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per le vostre anime. Il mio giogo infatti è dolce e il mio carico leggero» (Mt 11,28-30).

Ricorderò per sempre questa caduta finale. Dopo aver sopportato un tale pestaggio e aver perso così tanto sangue, mio figlio semplicemente crolla. Lo vidi disteso a terra e pensai che fosse morto. Con le braccia aperte e il volto nella polvere, Gesù si trovò in solidarietà con tutti coloro che cadono in qualsiasi modo.

Contemplando il modo in cui i soldati hanno tirato su Gesù con violenza e lo hanno costretto a compiere gli ultimi passi verso il Calvario, prenditi qualche momento per parlare con lui, esprimendogli la tua gratitudine per la sua comprensione di ogni debolezza o fallimento che hai mai sperimentato.

Silenzio // Padre nostro...

V/ O mia Madre, piena d'amore, tocca il mio spirito dall'alto; rendi il mio cuore conforme al tuo.

Decima stazione: Gesù viene spogliato.

V/ Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

R/ Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.

«Dopo averlo crocifisso, si divisero le sue vesti, tirando a sorte su di esse, ciò che ciascuno avrebbe preso» (Mc 15,24).

La spada mi trapassò nuovamente il cuore nel vedere mio figlio così violato. Volevano umiliarlo ancora di più giustiziandolo nudo. Dovevano semplicemente spogliarlo di ogni dignità che un essere umano potesse avere. Ricordo di aver guardato quel corpo che avevo lavato e curato, ora con tutte le sue ferite riaperte e sanguinanti, così esposto agli occhi di tutti. Ora vedo tutte le persone nel mondo che sono vulnerabili e senza alcuna difesa, tutte quelle la cui dignità è violata, e vedo questo atto di spogliarlo come un modo per mettere mio figlio completamente al fianco di coloro che soffrono. La sua incarnazione stava per essere completa.

Fermati un attimo per esprimere ciò che hai nel cuore e per ringraziarlo che tutto questo è affinché tu possa essere libero dal potere del peccato e della morte.

Silenzio // Padre nostro...

V/ Fammi sentire ciò che hai sentito tu, fa' che la mia anima si illumini e si sciolga con l'amore di Cristo mio Signore.

Undicesima stazione: Gesù è inchiodato alla croce.

V/ Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

R/ Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.

«Era l'ora terza, e lo crocifissero. Sopra di lui era scritto il titolo del suo delitto: "IL RE DEI GIUDEI". 27 Con lui crocifissero due ladroni, uno alla sua destra e uno alla sua sinistra» (Mc 15, 25-27).

Oggi, mentre lo ricordo disteso sulla croce, con le braccia aperte, è il rumore del martello che batte i chiodi che mi rimane impresso. Ricordo di aver estratto la prima di molte schegge di legno dalle sue dita quando da bambino lavoravo nella bottega di Giuseppe. Contro le sue mani e i suoi polsi preziosi, che avevano toccato e guarito così tante persone, fu piantato un chiodo, e un martello lo conficcò nella sua carne e nel legno della croce. Il suono – metallo contro metallo – quel tintinnio – e l'espressione sul suo volto – lo spasmo di tutto il suo corpo – non li dimenticherò mai. Poi, l'altra mano e infine i piedi furono inchiodati alla croce.

Trascorrete un po' di tempo con lui ora, immaginando come lo sollevarono sulla croce, inchiodato lì, affinché voi poteste essere liberi.

Silenzio // Padre nostro...

V/ Santa Madre, trafiggimi; nel mio cuore rinnova ogni ferita del mio Salvatore crocifisso.

Dodicesima stazione: Gesù muore sulla croce.

V/ Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

R/ Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.

«Quando fu l'ora sesta, si fece buio su tutta la terra fino all'ora nona. All'ora nona Gesù gridò a gran voce: "Eloi, Eloi, lama sabachthani?", che tradotto significa: "Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato?". Alcuni dei presenti, udito ciò, dicevano: "Ecco, chiama Elia". Uno corse a riempire una spugna di aceto, la mise su una canna e gliela porse da bere, dicendo: «Lasciatelo stare. Vediamo se Elia viene a prenderlo». Gesù gridò a gran voce e rese lo spirito. Il velo del tempio si squarciò in due da cima a fondo. Il centurione, che gli stava di fronte, vedendo che aveva gridato così e aveva esalato l'ultimo respiro, disse: «Veramente quest'uomo era Figlio di Dio!» (Mc 15,33-39)

La spada dell'impotenza mi spezzò il cuore in due mentre lo guardavo lottare per respirare, sollevandosi per far uscire l'aria dai polmoni. Con incredibile coraggio e compassione, parlò di misericordia e amore. Lì, su quella croce, mi ha dato a Giovanni e mi ha dato alla Chiesa piena di Spirito che sarebbe nata a Pentecoste. Poi, dopo essersi affidato alle mani di Dio un'ultima volta, ha esalato l'ultimo respiro ed è morto. È indimenticabile vedere la vita lasciare il corpo di una persona che ami.

Ai piedi della sua croce oggi, ascolta mio figlio che ti parla del suo amore per te. Parlagli con il cuore. Silenzio //

Santa Maria, Vergine della croce:
presso l'albero della vita, tu sei l'umanità stessa:
obbediente e fedele, ricettiva alla parola, risoluta e
diligente, aperta allo Spirito.

Rivelateci il mistero dell'«Ora» di vostro Figlio:
della sua gloria nella
disgrazia, della sua maestà
nel servizio, della nostra
vita nella sua morte.

Ma è anche la tua "Ora", o Vergine Maria:
l'ora della nascita - nella fede, nel dolore, nello Spirito;
per quella nuova nascita, Gesù, morendo sulla croce,
disse: "Donna, ecco tuo figlio".

Padre nostro...

V/ Per i peccati della sua stessa
nazione Lei lo vide appeso nella
desolazione Finché il suo spirito non
lasciò il corpo.

Tredicesima stazione: Gesù viene depresso dalla croce.

V/ Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

R/ Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.

«Ma presso la croce di Gesù stavano sua madre, la sorella di sua madre, Maria moglie di Clèopa, e Maria Maddalena... I soldati vennero e spezzarono le gambe al primo e all'altro che era stato crocifisso con lui; ma quando giunsero a Gesù, vedendo che era già morto, non gli spezzarono le gambe. Tuttavia uno dei soldati gli trafisse il costato con una lancia, e subito ne uscì sangue e acqua... Dopo questi fatti, Giuseppe d'

Arimatea, che era discepolo di Gesù, ma segretamente per paura dei Giudei, chiese a Pilato di poter prendere il corpo di Gesù. Pilato glielo permise. Egli quindi venne e portò via il suo corpo» (Gv 19,25.32-34.38).

Abbiamo aspettato quello che ci è sembrato un tempo interminabile prima di ottenere il permesso di togliere il suo corpo senza vita dalla croce. Ci è voluto molto tempo per rimuovere i chiodi e finalmente abbassare il suo corpo a terra. Qualcuno gli tolse quella terribile corona di spine dalla testa. Gli tirarono indietro i capelli e gli pulirono il viso prima di lasciarmi tenere il suo corpo un'ultima volta. Mi era stato dato solo per un breve periodo. Quando tre anni prima aveva lasciato casa, ero così orgoglioso di lui ed entusiasta di vedere cosa Dio avrebbe fatto attraverso di lui. Lì, ai piedi della croce, con il cuore straziato dal dolore, ma sempre fiducioso nella promessa di Dio, chiesi solo di essere servitore di Dio per ciò che mi aspettava. Dopo l'Ascensione, quando ci riunivamo nelle case per la Frazione del Pane, tenni di nuovo tra le mani il suo corpo spezzato, ora pieno di consolazione perché la sua promessa era stata mantenuta: sarebbe sempre stato con noi.

Lasciatevi coinvolgere da me nel ricevere questo mistero della morte di Gesù così reale e completa. Conoscendo il resto della storia, unitevi a me nel parlare con lui, cuore a cuore, della nostra gratitudine per come ha trasformato il potere della morte.

Silenzio //

Santa Maria,
nel tuo seno verginale
giace il tuo Figlio morto;
tu sei la *pietà* vivente, che
abbraccia maternamente tutti
i tuoi figli perduti,
i feriti e i morti.

Insegnaci, o Maria,
come mostrare vera compassione,
una compassione alimentata
solo dall'amore;
quella compassione immensa
che non conosce limiti;
compassione attiva che,
guardando alla sofferenza
umana,
alza gli occhi supplichevoli al cielo.

Padre nostro...

V/ Lasciami mescolare le mie lacrime alle tue
Piangendo colui che ha pianto per me, Per
tutti i giorni che mi restano da vivere.

Quattordicesima stazione: Gesù è deposto nel sepolcro.

V/ Ti adoriamo, o Cristo, e ti benediciamo.

R/ Perché con la tua santa croce hai redento il mondo.

«Dopo averlo saputo dal centurione, concesse il corpo a Giuseppe. Egli comprò un lenzuolo di lino, lo depose dalla croce, lo avvolse nel lenzuolo e lo depose in un sepolcro scavato nella roccia. Rotolò una pietra contro la porta del sepolcro. Maria Maddalena e Maria, madre di Giuseppe, videro dove era stato deposto» (Mc 15,45-47).

Nessuna madre dovrebbe mai seppellire un figlio. Poco prima di quel giorno, Gesù aveva guardato nella tomba di Lazzaro. doveva sapere che presto sarebbe stato deposto in una tomba simile. E quando ringraziò Dio per aver ascoltato la sua preghiera,

doveva sapere che il Padre che lo aveva mandato gli avrebbe dato una vita che non sarebbe mai morta. In pochi giorni, quella tomba sarebbe stata vuota e per sempre un segno della resa di Gesù alle forze del peccato e della morte, per noi.

Mentre immaginiamo questa scena, poniamo davanti ai nostri occhi l'immagine della tomba vuota. Ogni volta che siete tentati di stare fuori da una tomba e piangere, ricordate questa tomba vuota e sappiate che, attraverso gli occhi della fede, tutte le tombe sono vuote. Oggi, unitevi a me nel rendergli grazie. Unitevi a me nel segnarcisi con il segno della sua croce, nel nome del Padre e dello Spirito Santo. Amen.

Silenzio // Padre nostro...

V/ Mentre il mio corpo qui si decompone,
possa la mia anima lodare la tua bontà, al
sicuro in paradiso con te. Amen.

Preghiere di chiusura (insieme)

Santa Maria, mia Regina, mi affido
alla tua benedetta protezione e alla tua speciale custodia,
e al seno della tua misericordia,
oggi e ogni giorno e nell'ora della mia morte. Ti affido la
mia anima e il mio corpo.
Affido a te la mia speranza e la mia consolazione,
la mia angoscia e la mia miseria, la mia vita e la sua fine.
Attraverso la tua santissima intercessione
e attraverso i tuoi meriti, possano tutte le mie azioni
siano orientate secondo la tua volontà e quella di tuo Figlio. Amen.



Mia Madre, di San Luigi Gonzaga SJ (1568-91) proveniva da una famiglia nobile e divenne gesuita. Durante i suoi studi chiedeva l'elemosina per i malati di peste e lavorava direttamente con loro. Morì dopo essere stato contagiato dalla malattia.

