# Esercizi Spirituali

29-07-2017

**Roma 22-29 luglio 2017**
A guidare gli esercizi è stato DON BRUNO LANCUBA, biblista della Diocesi di Vallo della Lucania (SA).

Findal primo incontro ciascuna, delle circa 40 suore, si è sentita accolta e accompagnata per mano. Tutto ha riacquistato senso a partire dal segno della Croce dove, in questo segno, è coinvolto il cuore,la mente, le braccia.

La mente: per pensare bene.

Il cuore: per amare,difficile da gestire, infatti spesso ci porta su strade che non sono in sintonia con il Signore ed ecco perché bisogna “chiedere a Gesù di avere suoi stessi sentimenti”.

Le braccia: per agire ed abbracciare tutte le dimensioni umane.

Con l’Amen si vuol unificare la nostra persona, le nostre azioni, essere come dire, persone unite e non disgregate.

Gli esercizi Spirituali, sono stati come vivere un viaggio breve, ma intenso, per leggere la nostra vita alla luce del vangelo.Sette giorni per cercare di incontrare noi stessi ed anche per lasciarci cercare e trovare da Lui. Sette giorni per dare un addio a quello che è stato il passato e vivere il presente permettendo al Signore di accompagnarci. Con i personaggi biblici come Abramo, abbiamo imparato a fidarci di Dio: “esci dalla tua terra.....” e la promessa a noi “Io sono con voi tutti i giorni.....ed ancora “se dovessi camminare in una valle oscura, non temerei alcun male,.... perché Tu sei con me”.Con Paolo, è arrivata la conferma per noi “ti basta la mia grazia”

Una settimana vissuta intensamente per fare un'esperienza con Gesù.“Gustate e vedete quanto buono”. Fare esperienza di Lui.

Mettere il Figlio al centro di tutta la nostra vita, perché il Figlio ci rivela chi siamo noi. Sette giorni per fissare lo sguardo su Gesù, così come dice Luca (4,14-22): “gli occhi di tutti erano fissi su di Lui”. Ci siamo lasciate condurre da Lui, sostando davanti a lui: “Venite in disparte e riposatevi un poco”. Sette giorni per tener conto ciò che diceva un Monaco:FUGGI -TACI - CRESCI.

FUGGI: Saper prendere le distanze, per guardarci meglio, come ha fatto Gesù..TACI: Far tacere le nostre parole per fare spazio all’unica Parola quella di Cristo. CRESCI: Far tacere tutto, trovando la pace e la serenità.

In questi giorni abbiamo potuto rivalutare il tempo come “dono di Dio”, lo abbiamo visitato in compagnia di Gesù e sempre insieme a Gesù abbiamo riletto la storia personale. Ci siamo riappropriate delle parole che reggono la vita personale e comunitaria come: TEMPO, MEMORIA, PENTIMENTO, PERDONO, GRATITUDINE, PREGHIERA, CONTEMPLAZIONE,CONDIVISIONE, EUCARESTIA…

Don Bruno, come buon padre, ci ha fatto rinnamorare della preghiera, quella preghiera che ci permette di puntare in alto e di guardare la nostra vita dall'alto, per capire che la nostra vita tassello per tassello è stata un’ opera di Dio. E’ stato positivo soffermarci sul vangelo di Giovanni e meditare su Lazzaro, il Cieco nato, la Samaritana. Gli Esercizi ci hanno fatto bere non un’acqua qualsiasi, ma l’acqua che zampilla per la vita eterna.Spesso anche noi siamo in situazione di buio, quindi prendere consapevolezza di chiedere al Signore che ci fa vedere di nuovo è opera solo divina. E ci capita spesso che anche noi siamo chiusi nei nostri sepolcri e Gesù ci libera. In questi sette giorni abbiamo anche visto la malattia del tempo presente racchiusa nell’espressione “non ho tempo”. Dire non ho tempo è un peccato, perché il tempo è quello che vivo, quello che Dio mi ha dato e spesso lalamentela prevale sul ringraziamento.

Come MARTA , a volte, noi diamo il tempo alle cose URGENTI e non viviamo quello che è IMPORTANTE.

Dobbiamo pensare all'ESSENZIALE e dobbiamo preoccuparci di essere AUTENTICHE.

Come per Gesù, anche per noi, servono le soste, per recuperare rapporti autentici. Gesù ha voluto la sosta al pozzo, perché Gesù ama le persone concrete, si ferma a gustare l'acqua della vita.C’è stato quindi un invito a recuperare e dare il tempo alle relazioni.

“Gesù ha posto la sua tenda in mezzo a noi...”

Dobbiamo trovare il tempo per dire le cose, per dire tvb, sono fiero di te,ti sono vicina.Prendersi cura l'una dell'altra. Dobbiamo sorprendere l'altra magari con una telefonata, un abbraccio, una carezza.... le cose più preziose possono andare perdute se non ce ne prendiamo cura.

ESSERE FELICI: facciamo rifiorire dentro di noi la felicità. Scopriamo il mondo come un bambino che vede il sole dappertutto.

LA PAURA che non ci fa stare bene, perché non ci permette di fare scelte giuste, ci tiene prigioniere. La paura è mancanza di rispetto per la nostra vita. Mettiamo la mano in quella del Signore che ci dice: “coraggio, non temere, sono con te, quindi va sereno, va avanti”.

Impariamo a dire di sì ad occhi chiusi perché ci fidiamo del Signore.

La vita ha un valore infinito quindi portiamo rispetto difronte ad ogni vita, del santo come del peccatore.

“Come il Padre che fa piovere sui giusti....”.

Egli è autore della vita. Il cristiano deve amare la vita. Essere disposti a dare la vita. Il Signore non ci crea direttamente ma ci ricrea attraverso una parola, con questa parola crea l'uomo. Questo significa che noi siamo parola. Questo vuol dire che ogni persona è un messaggio. Ogni persona è parola. E' parola di Dio. Quindi quando incontro una persona devo chiedere cosa vuol dirmi il Signore attraverso questa persona.“I cieli e la terra passeranno....”. Siamo una parola pronunciata per l'eternità.

Questo corpo mortale, non passa perché diventa corpo immortale. Siamo stati creati per l'eternità e il Signore non viene meno alla sua parola..

Don Bruno più volte ha sottolineato che noi siamo relazione. Noi siamo creati per la relazione, non siamo fatti per la solitudine.Facciamo l'uomo a nostra immagine. Dio è relazione, perché è uno e trino.

Il miracolo della vita avviene solo quando si entra in relazione. Il mio corpo è epifania del mio essere. Quindi riappropriamoci delle quattro relazioni fondamentali: con se stesso, con l’altro, con la natura, con Dio.

Dire in sintesi ciò che è stato vissuto è difficile, ma ripercorrere brevemente i contenuti arricchisce la vita, così come i numerosi segni e gesti compiuti da Don Bruno hanno colorito di entusiasmo la vita di tutte ed hanno ravvivato la gioia di appartenere al Signore.

Un grazie a Don Bruno per la sua disponibilità e per aver donato a tutte noi un po’ del suo tempo prezioso. Un grazie particolare da parte di noi che a settembre celebreremo il nostro 25° di consacrazione religiosa nella Congregazione delle Suore dell’Apostolato Cattolico (Pallottine).

***Suor Cicily Muttungal***

-
-

-

-

-

-

-

-