

Prefazione

Siamo state invitate a scrivere la prefazione a questo bel volume, e lo facciamo volentieri per la stima e l'amicizia che ci legano all'Autore, ma soprattutto per il bene ricevuto attraverso queste meditazioni che hanno costituito per la nostra Comunità un corso di Esercizi Spirituali ricco e fruttuoso.

Vorremmo innanzitutto riprendere una citazione di Origene che apre la meditazione «La lettera alle sette chiese»: «Osserva quali grandi cose avvengono presso le acque per essere invitato anche tu tutti i giorni a venire alle acque del verbo di Dio e a stare presso i suoi pozzi». Ci lasciamo prendere da queste due suggestioni: *venire* e *stare*.

L'esperienza degli Esercizi Spirituali può senz'altro essere descritta come una *statio* amante, un rimanere ai piedi del Maestro Interiore – secondo una felice intuizione del santo padre Agostino – che parla al cuore e alla vita di ciascuno. Ma questo *stare* non può essere pensato come un fatto episodico. È piuttosto il «lavoro» – e la gioia! – di ogni giorno della vita del cristiano: è questo il senso del ripetuto invito di papa Francesco a tenere sempre in tasca un piccolo Vangelo e a leggerne ogni giorno un brano, e riscoprire così la fonte d'acqua viva per la sete di ogni uomo.

Lo stare, il sostare, permette poi non solo di dissetarsi, ma anche di gustare la freschezza dell'acqua, la dolcezza della fonte. Siamo

certe che, sotto questo profilo, le meditazioni di mons. Marini e la sua capacità – derivante evidentemente da una vita di preghiera – di «spezzare» la Parola a chi ha fame saranno un valido aiuto per gustare la ricchezza del dono che viene a noi dal testo biblico.

Queste meditazioni offrono un percorso, esse si presentano come altrettanti pozzi a cui *venire* nell'ideale – ma non per questo meno reale – pellegrinaggio dell'uomo incontro alla pienezza promessa. Siamo infatti tutti in cammino verso la Patria eterna, la Gerusalemme del cielo, la gioia piena e senza fine, ma camminiamo per ora nella fatica: i pozzi ci danno ristoro, ci confermano sulla strada percorsa, ci incoraggiano a proseguire la via.

E così di pozzo in pozzo, *di gloria in gloria* – dice san Paolo – *veniamo trasformati in quella medesima immagine* – nella cui somiglianza siamo stati creati – *secondo l'azione dello Spirito* (cfr. 2Cor 3,18), il grande Regista del nostro andare, il Garante della nostra possibilità di arrivare. Il percorso, lo sappiamo tutti, non è sempre lineare, e a volte sembra, dopo un interminabile viaggio, di essere riapprodati al punto di partenza. Ma anche allora siamo invitati a *venire* ad attingere nuovamente quell'acqua il cui sapore – meraviglia! – non è mai lo stesso.

Il percorso tracciato da mons. Marini parte da una Voce che chiama e ci invita a *venire* incontro all'Amore. È questo l'unico punto di partenza possibile: la gioia di una chiamata, che è per tutti e per ciascuno chiamata alla vita, e alla vita in pienezza. È infatti *l'Amore* che *ci sospinge*, che ci precede e ci attira, che ci chiede una risposta, un sì, che è di ogni giorno e per tutti i giorni.

Da questo sì, per quanto timido e incerto, prende avvio anche per noi il mistero e il dono indicibile dell'incarnazione del Dio-con-noi. È mistero il voler venire a noi di Dio, nella nostra fragilità e miseria, là dove noi stessi non vorremmo mai trovarci. Ed è dono indicibile il Suo condurci attraverso e oltre il nostro peccato continuando a donarci il Suo amore che fa nuove tutte le cose. Tutto ciò accade nella fede e per la fede che – come ricorda a più riprese l'Autore – è

la misura della potenza di Dio in un'anima. E accade nella misura in cui l'incarnazione avanza in noi, e Cristo diventa la nostra vita.

Il cammino dunque si snoda attraverso la presa di coscienza e il riconoscimento del nostro limite e peccato, della potenza della misericordia, della dolcezza della lode per le grandi opere di Dio e della bellezza della possibilità che ci è data di imitare l'Amore: «Va', e anche tu fai lo stesso!».

Le ultime tappe parlano di una realtà – quella ecclesiale – che sostiene e sostanzia il percorso di ogni singolo. In questa Chiesa, continuamente plasmata dallo Spirito, è dato a ciascuno di noi di camminare per giungere felicemente alla meta del nostro pellegrinaggio. E anche laddove il volto di questa Madre sembri ferito o sfigurato, pure essa non smette di esserci madre e di condurci a pienezza.

Perciò per concludere vogliamo riprendere l'invito di Gesù su cui si sofferma l'ultima meditazione scritturistica: «Venite e vedrete!» (Gv 1,39). Venite, vorremmo dire ad ogni lettore, venite alla fonte del Verbo – come invitava Origene – e vedrete, e gusterete, stando su questi ricchi testi, la bellezza della vita alla quale siamo chiamati.

*Le Monache Agostiniane
dell'Eremo di Lecceto*

Introduzione

Leggere, ascoltare e meditare la Parola di Dio è un'esperienza fondamentale della vita cristiana, perché possa dirsi tale e portare frutto. L'obiettivo di questo volume è offrire degli spunti per questo essenziale e ineludibile confronto con la Parola.

Le meditazioni offerte in queste pagine sono nate in occasione di una settimana di esercizi spirituali vissuta da una comunità religiosa, e sono valide per qualsiasi credente che voglia fare, nel particolare momento della sua vita, un'esperienza di lettura e verifica guidata della propria esistenza e del proprio rapporto con Dio.

È chiaro che un percorso individuale di lettura, vissuto da soli, non può essere paragonato a un vero corso di esercizi. Ma è anche vero che regalare a se stessi un tempo e uno spazio, nelle proprie giornate, per nutrire la propria relazione con il Signore leggendo un libro come questo può essere un'occasione di rinnovamento autentico e ristoro spirituale.

Per questo motivo può non essere superfluo proporre, all'inizio del cammino che queste pagine propongono, alcune indicazioni su cosa sono e come vanno vissuti gli esercizi spirituali. Specialmente le cinque condizioni spirituali che sono spiegate nel corso del capitolo come necessarie per vivere gli esercizi, se assunte e fatte proprie per la lettura delle meditazioni che seguono, potranno davvero fare la differenza circa l'effetto che confrontarsi con queste pagine potrà avere nella vita.

Che cosa sono gli esercizi spirituali?

La domanda può sembrare scontata, perché si può supporre che chi decide di fare gli esercizi spirituali sappia di che cosa si tratta. Però è importante entrare nel tempo degli esercizi con le idee chiare.

Dobbiamo anzitutto ricordarci che gli esercizi non sono un tempo per l'aggiornamento o per la formazione permanente, in cui accrescere le nostre conoscenze. Può darsi che questo avvenga, ma è un'appendice. D'altra parte, gli esercizi non sono neppure un tempo di riposo, perché sono un tempo di lavoro interiore, di impegno serio. Gli atleti, per ottenere determinati risultati, devono esercitarsi, impegnarsi, allenarsi anche otto o dieci ore al giorno, sottoponendo il proprio stile di vita a una disciplina ferrea. Infatti san Paolo ci dice: *«Ogni atleta è disciplinato in tutto; essi lo fanno per ottenere una corona che appassisce, noi invece una che dura per sempre»* (1Cor 9,25); se gli atleti fanno tanta fatica per arrivare a una meta semplicemente umana, non dobbiamo noi fare fatica per arrivare alla meta di Dio? A volte dovremmo arrossire, se confrontassimo gli sforzi e le fatiche delle persone che hanno degli obiettivi umani con quanto ritroviamo noi stessi così poco impegnati in ciò che costituisce la vera grandezza della vita, la via di orientamento a Dio.

Per arrivare al cuore di ciò che sono gli esercizi spirituali possiamo ricordare un passo molto noto del profeta Osea: *«Perciò ecco la attirerò a me, la condurrò nel deserto e parlerò al suo cuore»* (Os 2,16). Gli esercizi sono un tempo dell'esperienza dell'amore, di Dio per noi e di noi per Dio. Sono come una rinnovata luna di miele nella nostra vita; sono un tempo nel quale Dio si dedica completamente a noi e noi ci dedichiamo completamente a lui, per rinnovare una storia di amore.

Nel libro dell'Apocalisse, l'angelo dice alla Chiesa di Efeso: *«Ho però da rimproverarti che hai abbandonato il tuo amore di prima. Ricorda dunque da dove sei caduto, ravvediti e compi le opere di prima»* (Ap 2,4-5). Durante gli esercizi siamo chiamati a ricor-

darci dell'amore di un tempo, cioè di tutto quello che il Signore ha fatto per noi, di come e quanto ci ha amato, di quanto lo abbiamo corrisposto, di come e quanto lo amiamo e soprattutto di quanto vogliamo di più amarlo; dunque un tempo davvero di amore. Questo amore deve essere oggetto della triplice domanda classica, che poneva sant'Ignazio: «Che cosa ho fatto fino adesso per Dio? Che cosa sto facendo per Dio? Che cosa voglio fare per Dio?»; o, traducendola secondo lo schema dell'amore: «Come ho amato fino adesso il Signore? Come lo sto amando? Come lo voglio amare nella mia vita?».

Gli strumenti a disposizione

Per vivere gli esercizi spirituali si hanno a disposizione alcuni strumenti. Colui che li predica è uno tra essi ed è importante che sia considerato così, come un aiuto che si pone a fianco di ciascuno perché possa emergere il vero protagonista, il vero soggetto degli esercizi che è il Signore. Il predicatore degli esercizi può essere contento solamente se, durante il cammino, il suo ruolo è stato far emergere Dio e nascondersi dietro di lui. Questo avviene soprattutto attraverso la Parola. Fare gli esercizi significa mettersi a confronto con la Parola del Signore, che ha il primato: su di essa si lavora, davanti ad essa si rimane in ascolto. Davanti alla Parola, l'atteggiamento giusto è questo: non siamo noi che giudichiamo quello che ascoltiamo, ma è ciò che ascoltiamo che mette a giudizio noi, il nostro stile di vita, il nostro cuore, gli atteggiamenti interiori, i programmi, le scelte, il modo di considerare la vita.

Altro aiuto, o ingrediente necessario, degli esercizi è certamente la liturgia, da vivere con una rinnovata consapevolezza del fatto che in essa il Signore è il vero protagonista e tutto ci parla della sua Presenza e del suo Amore. Il grande protagonista di ogni gesto, di ogni parola, di ogni momento dell'atto liturgico è il Signore

vivo, presente, per noi adesso. In modo del tutto particolare si vive l'Eucaristia, celebrata e anche adorata, presenza da cui non si può prescindere, presenza innamorata del Cuore di Gesù e di fronte alla quale rimaniamo esposti alla grazia, alla bellezza, alla forza dell'amore.

Il grande Maestro del cuore è lo Spirito Santo, che viene chiamato anche il «Maestro dell'Ora», ovvero colui che sa che cosa dirci, come istruirci e il momento in cui farlo. Mettersi in atteggiamento di ascolto, durante gli esercizi spirituali, è mettersi all'ascolto del grande Maestro della nostra vita interiore. D'altronde, lo sappiamo, lo Spirito determina un passaggio fondamentale nella nostra vita, dal disordine all'ordine. Come all'inizio della creazione è stato lo Spirito a trasformare il caos delle origini nel cosmo, cioè in una realtà ordinata e bellissima, così è la sua opera nella vita di ciascuno, facendoci passare dal caos del cuore, a cui tante volte la vita ci porta, a quel cosmo ordinato che realmente è opera di Dio in noi. Agli esercizi spirituali tutti, sia che facciamo vita attiva sia vita contemplativa, arriviamo un po' disordinati; abbiamo bisogno che lo Spirito metta ordine nella nostra vita, nel nostro cuore, nel nostro modo di guardare dentro e fuori di noi.

Guardando la Madonna, modello e maestra nella via della santità, comprendiamo che cosa e chi dobbiamo diventare. Maria è con noi come esempio, ma anche come Madre che ci educa alla vita della grazia e dunque ci dona la vita della santità.

Infine, abbiamo la compagnia dei santi, che ci aiutano, nell'amore diffuso della Chiesa celeste, assistendoci nel nostro cammino.

Lasciare tutto

Ci sono poi cinque condizioni spirituali di fondo necessarie per entrare negli esercizi spirituali e viverli bene.

La prima: essere disponibili a lasciare tutto. Tutto, non qualcosa. Tutto. Deve risuonare nelle nostre orecchie la parola che Abramo ha ascoltato da Dio quando lo invitava a lasciare la sua terra: «*Vattene!*» (Gen 12,1). Quell'imperativo deve imprimersi nel cuore di ciascuno e deve trovarci nella disponibilità ad andare ovunque, a lasciare qualunque cosa. Sant'Ignazio di Loyola ha definito questa condizione come «principio e fondamento»: «È necessario renderci indifferenti verso tutte le realtà create (in tutto quello che è lasciato alla scelta del nostro libero arbitrio e non gli è proibito), in modo che non desideriamo da parte nostra la salute piuttosto che la malattia, la ricchezza piuttosto che la povertà, l'onore piuttosto che il disonore, una vita lunga piuttosto che una vita breve, e così per tutto il resto, desiderando e scegliendo soltanto quello che ci può condurre meglio al fine per cui siamo creati» (*Esercizi spirituali*, 23). Non deve interessarci nulla se non quanto il Signore vuole da noi; questa è la disponibilità di fondo che dobbiamo generare nel cuore, prima e durante gli esercizi: non ci sono miei progetti, non ci sono miei programmi, c'è solo il desiderio di fare della mia vita il progetto di Dio, il programma di Dio, quello che lui vuole da me, non altro.

Non si tratta di lasciare qualcosa che costa poco, si tratta di lasciare tutto in quel qualcosa che ci costa di più. Nella tradizione spirituale si insegna che dobbiamo fare attenzione al «difetto dominante». Il difetto dominante deve diventare l'oggetto preferito della nostra ascesi, e prima ancora della nostra preghiera, perché senza la grazia non possiamo fare nulla. Durante gli esercizi dobbiamo andare in profondità, non rimanere in superficie; non aver gli occhi mezzi chiusi su di noi, ma averli totalmente aperti per spogliarci di tutto. San Giovanni della Croce usava l'immagine del passero che se è legato anche solo da una cordicella sottile non può prendere il volo; è questa cordicella che dobbiamo andare a scoprire, e soprattutto a tagliare.

Il coraggio di partire

La seconda condizione spirituale: il coraggio di partire senza sapere dove il Signore ci condurrà. È l'avventura stupenda della fede: lasciarsi portare dal Signore, senza pensare a quale sarà il percorso che egli ci vorrà far fare; è il segreto dell'amore, perché l'amore va, senza essere interessato a dove, va perché va amando.

Il combattimento spirituale

Terza condizione: il combattimento spirituale. Non c'è vita spirituale senza lotta. Può tornarci utile richiamare alla memoria quando Giacobbe passa un'intera notte a lottare con Dio (cfr. Gen 32,25-33). Noi siamo dei lottatori dello Spirito; negli esercizi in qualche modo dobbiamo lottare con Dio, perché quando andiamo in profondità nel rapporto con lui comincia una lotta. Dio è più grande di noi, non possiamo conoscerlo fino in fondo, a volte ci chiede cose che non corrispondono a quello che desideriamo; la relazione con Dio quando è vera porta anche una lotta, e dobbiamo predisporci ad essa.

È una lotta *contro il mondo*; sarebbe facile se il mondo fosse soltanto una realtà esterna dalla nostra vita; il grande problema è che è anche presente nella nostra umanità. La mondanizzazione della nostra vita è un pericolo sempre presente, fino all'ultimo giorno della vita; lottare contro il mondo che è dentro di noi significa scoprirlo, riconoscerlo, chiamarlo per nome, cacciarlo, sconfiggerlo.

È una lotta *contro il rumore che ci abita*. Gli esercizi sono un tempo di silenzio. Di silenzio esteriore, che ci aiuta, ma soprattutto di silenzio interiore. E se a volte un po' faticoso può essere il silenzio esteriore, molto più lo è il silenzio interiore, perché siamo abili a riempire la mente e il cuore di pensieri, immagini, distrazioni, cose e persone. Talvolta possiamo anche essere nel silenzio assoluto al di

fuori di noi, ma la nostra intimità viene abitata, ed è nella confusione più grande. Così per fare silenzio dobbiamo lottare: lottare con noi stessi, lottare con i rumori che, soprattutto nel silenzio esteriore, si faranno sentire nel nostro cuore. Dobbiamo lottare perché sappiamo che soltanto il silenzio è la vera patria di Dio. Non c'è parola che Dio pronunci che non debba essere percepita e accolta nel silenzio.

È una lotta *per la preghiera prolungata*. Fare in modo che la nostra sia una giornata orante a volte può essere faticoso, ma dobbiamo lottare contro la nostra mediocrità, contro la nostra stanchezza. Il cuore deve essere in Dio, la giornata deve essere orante, tutta; dice il salmo: «*Anche di notte il mio cuore mi istruisce*» (Sal 15,7). L'orazione dalla giornata passa anche alla notte, nella misura in cui la giornata è stata tutta in Dio: il cuore batte nell'ascolto di Dio anche se gli occhi si chiudono.

È una lotta *per la verità della propria vita*; guardarsi con verità, senza sconti, necessita di una lotta con noi stessi. Siamo capaci di mascherarci, di cambiare molte cose per non vederle come in realtà sono, ma gli esercizi, in cui siamo davanti al Signore, sono un tempo nel quale dobbiamo ritrovarci nella verità davanti a noi stessi, perché soltanto se ci chiamiamo col nostro autentico nome possiamo operare una conversione. La conversione richiede che il punto di partenza sia vero, perché altrimenti non è possibile nessun itinerario di cambiamento. Dobbiamo chiamare per nome le cose belle che abbiamo, che certamente sono molte e sono doni di Dio, però anche le nostre infedeltà, i vizi, le debolezze, le cadute. Scopriamo ciò che siamo davanti a Dio, che ci porta verso di sé.

Fare un programma

La quarta condizione interiore è l'intenzione di fare un programma per il futuro. Non è possibile concludere gli esercizi senza aver formulato un programma, col quale diciamo a noi stessi davanti al Signore:

«Così dovrà essere la mia vita, d'ora in avanti». Gli esercizi devono sfociare in un progetto di santità nuovo, concreto, non astratto ma pratico, con delle mete da raggiungere. Giacobbe, quando concluse la notte del combattimento con Dio, trovò un segno su di sé, un segno fisico, che portò tutta la vita. La lotta degli esercizi deve lasciare un segno indelebile: negli occhi, nel cuore, nella mente, si deve vedere che abbiamo fatto gli esercizi spirituali.

Non disperare della santità

La quinta condizione è non disperare mai della santità. La tentazione è quella di dire: «Ho provato già tante volte, ho già fatto gli esercizi altre volte e mi trovo ancora così; ma davvero vale la pena, davvero posso cambiare?». Dobbiamo avere nel cuore la consapevolezza che l'appuntamento con il Signore avviene quando meno ce lo aspettiamo, ma dobbiamo dargli le chiavi della vita. San Bernardo diceva che il verbo chiave, nel cammino della santità e nella vita spirituale, è *ricominciare*; il santo è colui che ha sempre il coraggio, la forza e la fiducia di ricominciare il suo cammino; è colui che non si dà per vinto, che è così innamorato da rituffarsi in questa storia d'amore anche se si ritrova traditore, infedele, povero, disgraziato. D'altronde «*nulla è impossibile a Dio*» (Lc 1,37). Gli esercizi vanno vissuti con questa carica interiore: «Riparto per la santità». È un atto di giovinezza interiore e di fede in ciò che Dio può fare in noi e nella nostra vita.

Il traguardo

Qual è il traguardo degli esercizi spirituali? Il padre gesuita Raoul Plus, famoso predicatore di esercizi, era solito introdurre così la settimana: «Vedete, tutto il cammino degli esercizi consiste in questo: nel

verificare che siamo in due, io e un altro, e nel buttare via uno dei due e tenere l'altro». È vero, siamo in due: dentro di noi c'è uno che vuole seguire il Signore fino in fondo, ma c'è un altro che non vuole. Dobbiamo accorgercene ed eliminare quello che non vuole.

Paolo, nelle sue lettere, usa dei termini bellissimi in riferimento a Gesù: radicati in Cristo (cfr. Col 2,7), afferrati da Cristo (cfr. Fil 3,12), vissuti da Cristo (cfr. Gal 2,20). Questo è l'itinerario che dobbiamo percorrere, lì vogliamo andare: vogliamo essere radicati in Gesù, afferrati da Gesù, vissuti da Gesù. San Nicola di Flùe ha scritto una bellissima preghiera:

*Mio Signore e mio Dio
togli da me
tutto quello che mi divide da Te
Mio Signore e mio Dio
dammi tutto
quello che mi conduce a Te
Mio Signore e mio Dio
toglimi a me
e dammi tutto a Te.*

Questo è il fine degli esercizi spirituali: essere totalmente del Signore, solo suoi.