



## Esercizi Spirituali

Una sosta importante nella "Palestra dello Spirito"

Martedì 21 Marzo - 2° giorno

### 2. INVIATI PER IL REGNO

La missione e l'annuncio (Lc 9, 1-6)

#### ♪ LUCE DI VERITÀ

*Rit. Luce di verità, fiamma di carità. Vincolo di unità,  
Spirito Santo Amore. Dona la libertà, dona la santità fa dell'umanità il tuo canto di lode*

1. Ci poni come luce sopra un monte: in noi l'umanità vedrà il tuo volto  
Ti testimonieremo fra le genti: in noi l'umanità vedrà il tuo volto (Spirito, vieni). *Rit.*
2. Cammini accanto a noi lungo la strada, si realizzi in noi la tua missione.  
Attingeremo forza dal tuo cuore, si realizzi in noi la tua missione (Spirito vieni). *Rit.*

#### - ENTRARE IN PREGHIERA

*Guida: Mentre essi parlavano di queste cose, Gesù in persona stette in mezzo a loro.*

**Letto 1:** Padre buono, desidero contemplare il tuo amore per me. Tu hai mandato il tuo Figlio, Gesù, perché ci parlasse del tuo perdono, della tua attenzione per ogni uomo e della tua tenerezza. Aiutami questa sera a comprendere più a fondo la grazia di questa notizia, che un giorno mi ha raggiunto, e di gioirne nella gratitudine.

**Letto 2:** Gesù, desidero conoscerti di più. Tu hai camminato a lungo sulle strade del mondo e ci hai rivelato il mistero dell'amore di Dio avvicinandoti all'uomo, piegandoti sulle sue ferite, ascoltando il suo dolore e donando una parola di pace. Sei rimasto con noi nell'Eucaristia e nella Parola. Donaci la grazia di poterti in qualcosa imitare, dopo averti a lungo contemplato, per la nostra felicità e perché altri fratelli possano conoscerti.

**Letto 3:** Spirito santo, vieni ad abitare il mio cuore. Tu vieni in soccorso alle nostre fragilità e desideri riempirci dei tuoi doni, che sono pace, bontà, benevolenza. Tu solo ci permetti di vivere l'amore vero, quello di Gesù. Tu solo ci doni la possibilità di comunicare qualcosa dell'immenso mistero di Dio. Vieni e abita il mio cuore, affinché io possa contemplare il volto del Signore e portare un po' della sua luce nel mondo.

**Ingresso della Parola** ♪ Luce in noi sarà

**Rit. Luce in noi sarà questa tua parola, Signore,  
e ci guiderà con sapienza e verità.**

1. Beato l'uomo che ascolterà la tua Parola Signore:  
nella tua legge cammina già e conforme al tuo cuore vivrà. *Rit.*

#### IN ASCOLTO DELLA PAROLA

Dal Vangelo secondo Luca (Lc 9,1-6)

Convocò i Dodici e diede loro forza e potere su tutti i demòni e di guarire le malattie. E li mandò ad annunciare il regno di Dio e a guarire gli infermi. Disse loro: «Non prendete nulla per il viaggio, né bastone, né sacca, né pane, né denaro, e non portatevi due tuniche. In qualunque casa entriate, rimanete là, e di là poi ripartite. Quanto a coloro che non vi accolgono, uscite dalla loro città e scuotete la polvere dai vostri piedi come testimonianza contro di loro». Allora essi uscirono e giravano di villaggio in villaggio, ovunque annunciando la buona notizia e operando guarigioni.

## IN DIALOGO CON IL SIGNORE

Signore hai scelto anche me, per poterti stare più vicino e conoscerti più a fondo. La testimonianza di altri mi ha permesso di conoscere te e il tuo modo di amare. Desidero ringraziarti per tutti coloro che mi hanno permesso di sapere di te, per il dono della Parola che ogni giorno mi permette di scoprire qualcosa di nuovo sulla tua persona e dell'Eucarestia, tua presenza reale e vicina.

In maniera ancora più grande e incomprensibile, tuttavia vera, Tu invii proprio me *ovunque*, nei luoghi della mia quotidianità, delle amicizie, negli incontri di ogni giorno, per essere testimone di questo tuo amore. Desidero ringraziarti per la fiducia che mi doni, affidandomi il messaggio più importante che si possa mettere nelle mani dell'uomo.

L'annuncio dell'amore di Dio può avvenire attraverso parole semplici che rispondono alla domanda sulla mia fede, ma ancor più attraverso la vita, i gesti di carità, i pensieri benevoli che traspaiono nel

perdono e nella bontà. Ti chiedo, Signore, la grazia di poter convertire qualche tratto del mio carattere più duro o chiuso, perché possa, con parole e azioni più simili alle tue, essere segno dell'amore del Padre. Desidero avere fede che la tua potenza può fare questo in me!

Lo stile del testimone è essenzialità e sobrietà nelle cose materiali ma anche nell'immagine di sé. In particolare la missione richiede un certo distacco dai propri progetti sugli altri. Mi chiedo se sono capace di portare l'annuncio di gioia del Vangelo con gratuità, senza pretendere che sia subito accolto, con la pazienza di chi sa lasciare libero l'altro di rispondere secondo il suo cuore, la sua storia e le sue scelte. Questa forse è la povertà più difficile da vivere, tuttavia necessaria. L'annuncio più vero viene dalla gioia di una vita vissuta per Dio e nell'amore, e l'amore chiede di permettere al fratello di rispondere nella sua libertà.

### Riflessione di Massimo Salani

Silenzio

## I SALMI, PREGHIERA DEL POPOLO

**Guida:** *Nel suo nome saranno predicati a tutti i popoli la conversione e il perdono dei peccati.*

Il Salmo 67 esprime il desiderio del credente: la lode universale al Signore. Tutti i popoli potranno lodare Dio quando avranno conosciuto la sua salvezza e la sua benedizione, che risplendono sul volto di chi confida in lui.

*Insieme: Dio abbia pietà di noi e ci benedica,  
su di noi faccia splendere il suo volto;  
perché si conosca sulla terra la tua via, la tua salvezza fra tutte le genti.  
Ti lodino i popoli, o Dio, ti lodino i popoli tutti.  
Gioiscano le nazioni e si rallegrino, perché tu giudichi i popoli con rettitudine,  
governi le nazioni sulla terra.  
Ti lodino i popoli, o Dio, ti lodino i popoli tutti.  
La terra ha dato il suo frutto.  
Ci benedica Dio, il nostro Dio, ci benedica Dio  
e lo temano tutti i confini della terra. (Sal 67 [66])*

### ♪ UBI CARITAS

*Ubi caritas et amor, ubi caritas Deus ibi est. (3v)*

## LA TESTIMONIANZA DELLA SANTITÀ

**Guida:** *Piccola sorella Magdeleine di Gesù è la fondatrice della Fraternità delle Piccole Sorelle di Gesù. Nata a Parigi nel 1898, fin da giovane età si trova a sperimentare la sofferenza nella morte delle persone più care e nella malattia fisica. Consolata dalla lettura degli scritti su Charles de Foucauld, si sente attratta e chiamata a vivere come lui. Dopo molti anni di attesa e grazie anche ad una malattia, riceve dal padre spirituale il*

*permesso di partire alla volta del deserto, proprio come lei desiderava. Questo è l'inizio di un cammino che dal deserto la porterà in tutto il mondo, per la fondazione, in pochi anni, di numerosissime fraternità. La consapevolezza del suo essere un nulla in mano al Signore, il suo desiderio ardente che le Piccole Sorelle potessero vivere un annuncio silenzioso — mescolate nel mondo come povere tra i più poveri — e tuttavia luminoso per la forza della contemplazione del Modello unico Gesù, sono i fondamenti della sua corsa per il mondo.*

**Letto**re 1: È opera sua. Lasciate che ve lo dica e ve lo ripeta questa sera. Egli mi ha scelto come suo strumento, perché ero senza forze e senza resistenza e soltanto lui poteva farmi camminare a suo piacimento. E, fin dal primo giorno, non ho fatto che seguirlo in un lungo e doloroso tunnel dove entravo ad occhi chiusi perché, fin dal primo giorno, il Signore mi aveva fatto dono di una fede folle, la fede che ha promesso di ricompensare con uno spostamento di montagne e di rocce e perché ero sicura che all'estremità del tunnel avrei trovato sempre la piena luce [...].

È opera sua, io non ho fatto che seguire e quando mi si guardava con timore camminare così in fretta, è perché egli mi trascinava al suo ritmo che era follia agli occhi del mondo. E quando mi si condannava e mi si scherniva, e quando io lo supplicavo di fermarmi perché cadevo per la fatica lungo la strada, egli accelerava ancora il suo ritmo come per sfidare ogni prudenza umana.

È opera sua. Non è stata, fin dall'inizio, opera di nessun altro al mondo. Voi sapete già e saprete ancor di più un giorno quale è stata la solitudine dell'inizio, incoraggiata da queste sole due frasi: «Nessuno può assumere la responsabilità di una simile opera. Camminate: Se viene da Dio, riuscirà, altrimenti scomparirà».

**Letto**re 2: Egli ha custodito divinamente la sua opera e, quando la piccola pianta così fragile cominciò a verdeggiare e a promettere delle gemme, ha tro-

vato tali appoggi che le hanno permesso di crescere e di svilupparsi. [...]

Non abbiate paura... Il Signore è con voi fino alla fine dei secoli. Chiedetegli una fede da trasportare le montagne e da sradicare le rocce, fondata sulla sua potenza e sul suo amore... ma con una totale diffidenza di voi stesse che deriva dalla vera conoscenza di sé, con quella fede umile che commuove sempre il Cuore del Signore... Ditegli spesso: «Io non sono nulla, ma tu sei tutto. Non ho nulla, ma tu possiedi tutto. Non posso nulla, ma tu puoi tutto. Quanto ti chiedo oggi è molto più facile che trasportare una montagna e tu hai promesso di concederlo come ricompensa a una fede grande come un granello di senape».

Che il vostro cuore si rinfranchi e si dilati sulle dimensioni del mondo. E solo questo che ha diritto di crescere dentro di voi perché cresca tutti i giorni il vostro amore. Per tutto il resto siate molto piccole. Se crescete, rischierete cadute ben più pesanti.

Amate soprattutto i poveri e i peccatori, quelli che si disprezzano e che tuttavia sono l'incarnazione più viva del Signore, le pecorelle più amate e care del suo gregge. Amatele come sono sotto le loro apparenze di miserie e di peccati. E il loro più grande titolo per il vostro amore. Il Salvatore è venuto, non per i giusti, ma per i peccatori...

Conservate la vostra gioia, anche se ci sono occasioni di lacrime: il vostro sorriso di bimbo aprirà tutti i cuori.

## ♪ UBI CARITAS

*Ubi caritas et amor, ubi caritas Deus ibi est. (3v)*

### Preghiera:

**Guida:** Se mi hai chiamato a seguirti, Signore,  
è perché hai avuto fiducia di me.  
Se io ho accettato la tua proposta  
è perché sei apparso ai miei occhi,  
e più ancora al mio cuore assetato di assoluto,  
come persona dai grandi ideali.

**Letto**re 3: Aiutami, Signore, a non abbandonarti

perché il viaggio con te è faticoso,  
a non tornare indietro rimpiangendo  
la monotonia piatta e banale del passato.

Come il rocciatore tiene l'occhio  
rivolto alla vetta della montagna,  
e non si volge mai indietro,  
fa' che abbia sempre il cuore  
non rattristato per ciò che ho lasciato,  
ma gioioso per ciò che in te ho trovato.

Insieme: *Fa' che i nostri sguardi siano attratti  
più dalle gemme che nascono sugli alberi  
che dalle foglie ingiallite che cadono.  
Aiutaci, Signore, a spendere le nostre giornate  
non in funzione del tramonto  
ma perché c'è stata la sorprendente  
novità di un'alba.  
Amen.*

## Riflessioni di Papa Francesco, quando era ancora Vescovo a Buenos Aires

### LO SPIRITO NELLA CHIESA

#### Sguardi che illuminano e sguardi che oscurano la città

**Letture 3:** Sin dall'inizio lo «specifico cristiano» viene concepito come «lievito che sta già fermentando la massa». Ciò equivale a sentirci «premiati» da un Dio che sta già vivendo nella città, vitalmente mescolato in mezzo a tutti e unito a ciascuno. [...]

Dio vive già nella nostra città e ci spinge - proprio mentre ci riflettiamo - a uscire incontro a lui per scoprirlo, per costruire relazioni di prossimità, per accompagnarlo nella sua crescita e per incarnare il fermento della sua Parola in opere concrete. Lo sguardo di fede cresce ogni volta che mettiamo in pratica la Parola. La contemplazione migliora nel mezzo dell'azione. Agire da buoni cittadini — in qualunque città — migliora la fede. Paolo raccomandava sin dall'inizio di essere buoni cittadini (cfr. Rm 13, 1). E l'intuizione del valore dell'inculturazione: vivere a fondo l'umano, in ogni cultura, in ogni città, migliora il cristiano e feconda la città (dandole un cuore).

**Letture 4:** Il pastore che guarda alla sua città con la luce della fede combatte la tentazione del «non guardare» e del «non vedere». Il «non vedere», che il Signore rimprovera con tanta insistenza nel Vangelo, presenta molte forme: quella della cecità ostinata degli scribi e dei farisei, [...] ma anche della stessa rivelazione con cui si tentano gli apostoli «dietro apparenza di bene»; c'è poi anche il non guardare di coloro che «passano oltre»... [...] In termini di vita, potremmo dire che il «non guardare» riguarda un soggetto «astratto» (non vivo) che guarda cose astratte, a partire da paradigmi astratti. Al contrario, lo sguardo della fede è quello di un soggetto vivo - il popolo di Dio in cammino, come dice il papa - che guarda ecclesialmente delle realtà vive, in mezzo alle quali Dio si trova egualmente a vivere.

Ciò che intendo dire è che quello del «non guardare» è uno sguardo di «non-soggetti» e la città, al pari della Chiesa, ha bisogno dello sguardo di soggetti (ecclesiali e civili, a seconda del caso).

Jorge Mario Bergoglio

### Benedizione

#### Congedo

#### ♪ VIENI E SEGUIMI

Lascia che il mondo vada per la sua strada.

Lascia che l'uomo ritorni alla sua casa.

Lascia che la gente accumuli la sua fortuna.

Ma tu, tu, vieni e seguimi, tu vieni e seguimi.

Lascia che la barca in mare spieghi la vela.

Lascia che trovi l'affetto chi segue il cuore.

Lascia che dall'albero cadano i frutti maturi.

Ma tu, tu, vieni e seguimi, tu vieni e seguimi.

*E sarai luce per gli uomini e sarai sale della terra  
e nel mondo deserto aprirai una strada nuova. (2v)*

E per questa strada va, va

e non voltarti indietro, va e non voltarti indietro, va

