Esercizi spirituali

In vista degli esercizi spirituali parrocchiali il 27-29/11/2015, sull'Agenda parrocchiale di questa domenica e della prossima, proponiamo due riflessioni: la prima su cosa sono gli esercizi spirituali; la seconda sul come si inseriscono nel percorso della nostra parrocchia.

Gli *Esercizi Spirituali* sono un'opera di Sant'Ignazio di Loyola, il fondatore della Compagnia di Gesù, in cui il grande santo riversa tutta la sua esperienza riguardo alla vita spirituale e al discernimento interiore. Attraverso un metodo molto rigoroso, fatto di piccole meditazioni e di veri e propri esercizi dello spirito, lungo un itinerario che dura ben quattro settimane, l'autore propone un percorso di purificazione e di vera e propria rinascita, in modo da poter seguire Gesù Risorto senza catene e con maggiore autenticità e slancio.

I Gesuiti propongono ancora oggi gli esercizi spirituali nella forma classica, fatta di quattro settimane consecutive di ritiro e di profonda meditazione, anche se c'è una versione "aggiornata" in cui si possono fare le quattro settimane separatamente, nel corso di un anno o più.

Da questa ricchissima tradizione spirituale, la Chiesa ha ricavato un metodo, che è diventato una via privilegiata per la formazione spirituale di tutti, presbiteri e religiosi, ma anche laici.

In genere, quando oggi si parla di esercizi spirituali, si intende un periodo prolungato (può essere una settimana o qualche giorno) di meditazione e preghiera in un clima di silenzio costante, in modo da poter conservare la massima concentrazione e permettere alla Parola di Dio di risuonare in tutte le sue vibrazioni.

Negli ultimi decenni, il Card. Carlo M. Martini, è stato

insuperabile maestro di un ulteriore rinnovamento del metodo e della forma degli esercizi spirituali. Martini ci ha insegnato a meditare, interrogare la nostra vita e pregare a partire dall'ascolto attento della Bibbia, facendo sintesi tra la lunghissima tradizione della *Lectio Divina* (di origine monastica) e la grande sapienza di Sant'Ignazio riguardo alla vita interiore e al discernimento spirituale.

In questa esperienza, come si vede, risulta fondamentale la guida di una persona esperta, un "maestro" nella vita dello Spirito e nella predicazione.

Da questo tesoro della vita ecclesiale si sono moltiplicate svariate esperienze che cercano di tradurre l'intuizione degli esercizi spirituali nella vita concreta delle persone e delle comunità parrocchiali. Non tutti infatti sono abituati a prendersi due o tre giorni di ritiro, a meditare il Vangelo nel silenzio e a pregare a lungo… e non tutti, semplicemente, possono farlo in mezzo ai tanti impegni della vita quotidiana, del lavoro o della famiglia.

Perciò la nostra parrocchia ha deciso di proporre un'esperienza calibrata sulle esigenze di tutti, in cui poterci mettere in ascolto e chiedere allo Spirito Santo di farci fare "un po' di strada" sia personalmente, che come comunità.

Si tratterà di due momenti di meditazione guidata e di preghiera personale, il venerdì sera e la domenica pomeriggio, più – per chi vorrà – uno spunto personale per la giornata del sabato, dove ci daremo appuntamento per la preghiera dei Primi Vespri, che sono anche l'inizio del nuovo anno liturgico.

Domenica prossima proveremo a condividere qualche riflessione su come si inserisca questa proposta nel nostro cammino personale e parrocchiale.

Don Davide

e l’Azione Cattolica parrocchiale