
Azione Cattolica Italiana
Delegazione Regionale delle Marche



Palazzo Apostolico,
Piazza della Madonna n. 105 - Loreto
casella postale 46, 60025 Loreto
Fax: 071-978746
Email: acmarche@teletu.it.



Azione Cattolica Italiana
Delegazione Regionale delle Marche

ESERCIZI SPIRITUALI



Alla luce del quotidiano

Aprile 2011

Introduzione



La proposta degli Esercizi spirituali in casa, oramai al suo terzo anno di vita, è rivolta ad adulti, giovani, coppie e famiglie. La proposta degli Esercizi spirituali in casa non è un semplice esercizio di lettura, né un impegno gravoso. A quanti scelgono questa proposta chiediamo di ritagliarsi dei tempi minimi per un "esercizio" quotidiano dello Spirito.

Certo non vi lasciamo soli con il foglio di carta, ma su ciascuno invociamo lo Spirito Santo che insieme "all'esercitante" è il vero autore degli Esercizi spirituali. Il luogo in cui andremo a vivere questa esperienza sono i tempi ordinari della nostra vita (addormentarsi, svegliarsi, alzarsi, ...), con una particolare attenzione alle diverse luci del giorno e della notte che danno loro il giusto "colore".

La settimana che proponiamo è dal 03 (sera) al 10 aprile 2011 (ma ciascuno, secondo le proprie necessità personali e familiari, può anche scegliere un'altra settimana).

Consideriamo che la Quaresima è il tempo di preparazione del cuore al grande annuncio della Resurrezione che la Pasqua porta con sé. Non vogliamo arrivare alla domenica di Pasqua senza aver esercitato e temprato la nostra anima nell'ascolto della Parola, nella preghiera, nel silenzio e nella meditazione personale.

Gli Esercizi spirituali in casa sono un percorso che ci aiuta in tutto questo.

Il titolo degli Esercizi spirituali è: "Tu sei la luce del Mondo".

Gli esercizi si aprono con i secondi vesperi della IV domenica di Quaresima, in cui, secondo il ciclo A, troviamo il Vangelo del cieco nato. In esso Gesù si proclama la luce del mondo. Chi è l'uomo senza Gesù Cristo che ci ha visitati dall'alto come sole che sorge? Egli è tenebra, e vive nelle tenebre. Per il dono della fede nella quale ha ricevuto i sacramenti dell'iniziazione cristiana, egli è un illuminato, diviene astro che risplende qui sulla terra.

Il ciclo si conclude con la V domenica di Quaresima, in cui Gesù si proclama la risurrezione e la vita e richiama all'esistenza l'amico Lazzaro. La luce del sole non solo illumina, ma attiva la vita sulla terra. Cristo è la nostra unica luce non solo perché ci permette di vedere, ma perché immette in noi con il soffio dello Spirito la sua vita. Egli ci fa vivere in pienezza e sostiene continuamente la nostra esistenza. Questo percorso di esercizi vuole essere un piccolo aiuto per vivere tutto alla luce di Cristo.

Le Giornate:

Le giornate saranno scandite dal Vangelo che abbiamo scelto per il Suo particolare riferimento alla luce e all'atteggiamento di vita che in quella giornata vogliamo.

Per ogni giornata la proposta conterrà: un brano del Vangelo, una piccola riflessione, una testimonianza ed un esercizio.

Di fronte alla proposta ciascuno si senta libero di vivere ciò che può, nella responsabilità che sia il massimo e nella consapevolezza che lo Spirito Santo, grande autore insieme a ciascuno di noi, trasformerà ogni attimo donato alla contemplazione del Signore in Grazia per la nostra vita quotidiana. È lasciata, infine, alla libertà di ciascuno la possibilità di recitare, con tutta la Chiesa, la liturgia delle ore o il Santo Rosario o partecipare all'Eucarestia giornaliera.

Loreto, 14 marzo 2011

La Delegazione regionale