

INDICAZIONI PER COLTIVARE LA RELAZIONE CON IL SIGNORE

La preghiera personale

Il nucleo centrale della nostra esistenza cristiana è quello di una conoscenza sempre più approfondita e affettuosa della persona di Gesù (il suo stile, la sua mentalità, le sue scelte, i suoi criteri, la sua relazione col Padre); conoscenza che pian piano ha la forza di trasformare la nostra vita.

La preghiera quotidiana sulla parola di Dio, accolta, ascoltata e fatta risuonare dentro di noi con affetto, cioè gustata interiormente, ci consente di frequentare e contemplare la persona del Signore, per assimilarci sempre di più a Lui e far crescere così la nostra familiarità-frequentazione-discepolato con Lui.

E' bene allora abituarsi a leggere tutta la Scrittura, non solo i passi del breviario o della S. Messa, per abituarci ad amare, conoscere e far nostra tutta la Parola di Dio.

Sarà bene prendere sempre nota, nel nostro diario spirituale, del nostro vissuto durante la meditazione: queste note sono la nostra riserva di luce e la custodia di ciò che il Signore ci ha rivelato e ci ha detto nel cuore; inoltre, luogo prezioso per scoprire, attraverso il discernimento, le chiamate di Dio.

L'Esame Spirituale di Coscienza

Diventati contemplativi nell'azione, vivendo in continuo dialogo con Dio, l'esame spirituale di coscienza, come ci viene suggerito da S. Ignazio guardando la giornata appena trascorsa, resta comunque il momento quotidiano in cui fare assieme a Lui il punto della situazione, per considerare come affrontare le varie situazioni che la vita ci presenta o per rivedere se, nell'affrontarle, il nostro atteggiamento è stato espressione del suo amore.

L'accompagnamento spirituale

Nessuno è un buon maestro per se stesso, per questo la Chiesa raccomanda di avere un padre/una madre spirituale con cui confrontarsi periodicamente ed essere aiutati a discernere quanto sta accadendo nella nostra vita.

Gli esercizi annuali di sette-otto giorni ... o almeno di qualche giorno

Chi desidera progredire nel Signore sente il bisogno (al di là del fatto che in molti casi è "prescritto") di avere un tempo di solitudine ed intimità col Signore, per rivedere tanti aspetti della vita e riaffermare che Gesù è davvero il mio Signore.