

IL CAMMINO DEL CUORE NEL MESE IGNAZIANO 2020 - CAPIAGO (CO)

La prima cosa che mi ha colpito quando sono arrivato alla Casa Incontri Cristiani era la calma dell'ambiente. Infatti questo ha suscitato in me una grande gioia per il fatto che mi avrebbe aiutato a fare silenzio dentro di me.

Mi sono piaciute anche la disponibilità e la gioia con cui lavorano i membri della comunità, i dipendenti e le volontarie. Vorrei mettere in evidenza la testimonianza di Fratel Mario la cui semplicità mi ha toccato particolarmente.

Nonostante tutte le misure che bisognava prendere per assicurare la salute di ognuno, sono molto contento dell'esperienza fatta. Per questo, vorrei in modo speciale ringraziare coloro oppure la persona che ha suggerito di organizzare quel bel incontro con Il Signore. Il periodo di crisi causato dalla pandemia ha suscitato tante cose in me a volte dispiacevoli. Avevo veramente bisogno di ritirarmi per capire ciò che succedeva in me, ma non sapevo come farlo dato che la possibilità di viaggiare non si vedeva. Quando ho sentito l'annuncio dal superiore della mia comunità che c'era la possibilità di fare il ritiro ignaziano questo anno, ero proprio contentissimo e provvidenzialmente, il mio accompagnatore spirituale mi ha chiamato e mi ha incoraggiato di fare l'esperienza del mese ignaziano perché normalmente, il mio gruppo dovrebbe farlo l'anno prossimo. Durante tutto il tempo del mese, c'era questa gioia interiore che mi accompagnava; questo ha fatto sì che non sentissi la fatica di fare gli esercizi proposti per poter ascoltare Dio che mi parlava attraverso i miei sentimenti.

Insomma, è stata una bellissima esperienza, direi che alcune misure di sicurezza favorivano in qualche modo il silenzio esteriore che non viene scontato per quello interiore. Questa esperienza mi fa riprendere con gioia e convinzione le parole con cui Sr. Gabriella conclude sempre le sue mail : "Proprio tutto è grazia!" Grazie di cuore!

Christopher OMI

Ringrazio il Signore di avermi condotto quest'anno a vivere l'esperienza degli esercizi spirituali ignaziani. Un Balsamo e un momento di Grazia. La pandemia ha risvegliato in tutti noi tante paure, sentimenti di solidarietà e di profonda incertezza. Gli esercizi sono stati un grande dono per fare ordine interiormente, per mettere al primo posto il Signore e questo aiuta a riconsiderare e a guardare a tutto il resto della propria vita con più verità e libertà. Sono un'esperienza spirituale che consiglio a tutte le persone che mi conoscono e mi chiedono come sto e come è andata.

Don Luca

Ho conosciuto il Mese Ignaziano in occasione di una settimana di esercizi spirituali sulle Beatitudini, tenuti da sr. Gabriella ed équipe a Capiago, ripromettendomi subito di organizzarmi appena possibile per iniziare a frequentarlo: sono mamma di famiglia e figlia, e al momento non mi sento di lasciare le mie responsabilità per un periodo troppo lungo, ma considerando che Capiago si trova a mezz'ora da casa mia, mi è subito sembrato di poterlo frequentare almeno a tappe.

L'anno scorso ho potuto frequentare la prima settimana; il Signore trova sempre il modo di parlarci attraverso le persone che incontriamo, gli eventi che ci accadono, basta anche un ramo di mandorlo ... ma rimanere in contatto con Lui per giorni interi per me è stata un'esperienza grandiosa di intimità e abbandono: mi sono sentita una figlia amata, accompagnata lungo un sentiero a tratti inaspettato, ma con la profonda certezza e fiducia che andasse bene così, anche se io non vedevo oltre.

Uno dei tanti doni inaspettati, è stato il legame che si è formato con i compagni di ritiro, benché non ci conoscessimo e non avessimo potuto mai parlarci, un legame affettuoso fatto solo di sguardi (spesso penserosi) e di sorrisi, ma soprattutto di profonda comunione, nella consapevolezza che ognuno di noi, con le proprie vite così differenti e sconosciute agli altri era invece così vicino e conosciuto, in quanto fratello alla ricerca del Padre comune.

Quest'anno ho iniziato con gioia la mia seconda settimana, ma ho dovuto presto interromperla per motivi familiari; mi è dispiaciuto ma va bene lo stesso, sono una mamma e mi sento bene a stare al mio posto quando c'è bisogno di me: l'anno prossimo, a Dio piacendo, ricomincerò la seconda settimana!

Elisabetta

È stato un mese speciale nella mia vita, che mi ha guarita e trasformata. Un mese ricco della presenza di Dio in un periodo difficile dal punto di vista sanitario a livello mondiale a causa del COVID 19. Un mese che non solo mi ha permesso di incontrare il Signore, che ha confermato la mia scelta di seguirlo per sempre con i voti perpetui nella Congregazione delle Figlie dei Sacri Cuori di Gesù e di Maria, ma mi ha anche aiutata a vivere una vita di fraternità unica nel silenzio e nel praticare strettamente le misure di prevenzione di Covid 19 per proteggere me e gli altri dal virus.

Un grazie immenso a tutta l'equipe, guide e volontarie, che sono stati strumenti di cui Dio si è servito per trasformare la mia vita e il mio cuore con la sua Parola.

Sr. Pelagie

L'esperienza della tappa del mese ignaziano per me è stata veramente bella, anche se il caldo e il fatto del papà mi ha un po' distolta dalla concentrazione. Per essere sincera quando sono arrivata lì, tutto mi sembrava impossibile da vivere, le ore di meditazione, gli orari di pasti, la Messa, l'incontro con la guida, ... avevo deciso di chiamare don Antonio per dirgli che sarei tornata a casa. La domenica sera pensavo di parlare anche con sr. Gabriella per dirle di questa mia decisione. Probabilmente era una tentazione. Chiedevo al Signore cosa fare.

Poi ho "scoperto" la bellezza dell'ora dedicata alla contemplazione, un'esperienza che non avevo mai vissuto, essere partecipe e vivere l'incontro con il Signore così da vicino. Un po' alla volta è stato come se tutto prendesse il posto giusto e le giornate si svolgessero in una sequenza logica e tranquilla. Quando mi hanno avvisato per mio papà ho chiamato casa solo due sere, non c'era bisogno di altro perché ero comunque serena, vi sentivo tutti vicini e partecipi della mia preoccupazione. Qualcuno mi ha chiesto se gli esercizi ignaziani, anche a tappe, siano un'esperienza da consigliare ... certamente, anche se non sono per tutti, credo che ci debba essere un desiderio di fondo che viene dal Signore, diversamente non si regge. Io continuo la mia preghiera soprattutto con gli EVO, ma ancora più arricchita da questa nuova esperienza.

Marisa

Credo di non essere esagerato nell'affermare che il Mese Ignaziano è stata una delle esperienze più dirompenti di tutta la mia vita. Sono un seminarista del quinto anno, a pochi mesi dalla fine del mio percorso di formazione in Seminario, eppure mi sembra di aver conosciuto qualcosa di Dio soltanto in questi trenta giorni.

Cos'è accaduto di così strabiliante in questo mese? Il Signore ha voluto rivelarsi a me in un modo diverso, nuovo. Tutto ciò che ho dovuto fare per far avvenire questo incontro è stato questo: non fare niente! Ho dovuto impegnarmi per mettere da parte il mio "io", la mia smania volontaristica di fare tutto da solo, di gestire le mie meditazioni, i miei pensieri, la mia preghiera, il mio incontro con Dio.

Ho messo da parte l'io per far spazio a Dio. Ecco tutto.

Quanto era ingombrante il mio io! Appena l'ho messo un po' da parte, il Signore si è mostrato in tutta la sua grandezza, in tutta la sua splendida tenerezza. Mi sono reso conto che in tutti questi anni ho conosciuto Dio soltanto con la testa e poco con il cuore. Gli studi e la formazione che ho ricevuto mi hanno insegnato che il cuore è volubile, che andare dietro ai sentimenti è pericoloso. Hanno confuso il cuore con la pancia! Lungi dal seguire l'istinto e le sue passioni, i sentimenti ci dicono dov'è orientato il nostro cuore! Benedetti sentimenti!

Durante questo mese ho compreso che non sono le idee né le convinzioni a cambiare noi stessi e il mondo: sono i desideri! I desideri sono il motore più potente, l'unico capace di muovere la nostra volontà parcheggiata chissà dove con il freno a mano ben tirato.

Durante la prima settimana sono stato smontato interiormente pezzo per pezzo, ma proprio quando credevo che il mio peccato e le mie fragilità fossero troppo grandi, è arrivato il giorno della confessione generale. Mi sono presentato con una lista molto lunga di peccati. Al termine della confessione, il Signore, nella persona del confessore, ha preso quei fogli e li ha strappati, sono diventati coriandoli (si fa festa quando il figlio prodigo torna a casa), e me li ha restituiti dicendomi: "Questo è ciò che il Signore ha fatto con te! Ecco, si è gettato alle spalle il tuo peccato. Ora prendi questi brandelli e conservali, questo è il tuo lettuccio! Ora va' prendi il tuo lettuccio e torna a casa tua". E come il paralitico del Vangelo di Marco, mi sono sentito rinato, un uomo totalmente nuovo, un neonato. Ora, però, dovevo imparare di nuovo a camminare.

Ed è questo che è accaduto nelle settimane successive: il mistero dell'incarnazione, l'infanzia, la vita nascosta e il ministero pubblico di Gesù, la sua passione, morte e risurrezione. Sono sceso in profondità e ho assistito al lavoro dello Spirito Santo in me. Ho visto come mi ricostruiva da capo dopo avermi smontato, ho visto come mi ha ricostruito dopo avermi demolito. Nessuna violenza né prepotenza, soltanto un amore e una tenerezza difficilmente descrivibili attraverso delle parole.

Solo un amore così straripante è capace di riversarsi autonomamente all'esterno, nella quotidianità, nelle scelte e nelle relazioni che ci circondano. Questa è l'esperienza dell'elezione: fare delle scelte significative per la propria vita perché ci si sente così tanto amati da sentire l'esigenza interiore di fare qualcosa, qualunque cosa, soltanto per dire grazie!

A questo proposito, ringrazio infinitamente il Signore per l'opportunità che mi ha dato durante il Mese Ignaziano e ringrazio Lui anche per le persone che mi ha messo accanto durante quest'esperienza: suor Gabriella, don Cesare, don Francesco, suor Natalina, e tutti gli uomini e le donne che, anche se in silenzio, hanno camminato accanto a me in questi giorni così intensi e decisivi per la mia vita spirituale.

Antonio

Mi ha fatto molto bene entrare nella modalità di Esercizi *personalmente guidati*, perché mi sono reso conto più consapevolmente che ero atteso dal Signore e anche dalla guida. Ogni giorno mi aspettava una traccia di meditazione alla quale la guida, don Cesare, mi introduceva e mi consegnava. Forse oggi posso dire che quei “personaggi” dei vangeli che mi hanno accompagnato in realtà sono “persone” che ho incontrato, porte aperte verso il mio cuore perché possa aprirsi sempre meglio alla Grazia: la samaritana, il samaritano in viaggio e l'uomo ferito e curato, Giovanni Battista davanti a Gesù nel Giordano, Zaccheo, Bartimeo, il padre che ama i suoi due figli, gli sposi di Cana. Con loro ho vissuto uno scendere progressivo, giorno dopo giorno, fino al punto più basso; per poi essere accompagnato alla Risurrezione, che sta tra il fare ciò che dice Gesù e la gioia del servizio quotidiano.

Il percorso che ho fatto è stato un “Mese ignaziano ristretto” che mi ha invitato a non dimenticare il Signore e quello che mi ha detto e che mi ha fatto nel “Mese integrale” dell'anno prima, a rinnovare la mia scelta di lui e del sacerdozio. Basta poco, infatti, per oscurare la mano forte e tenera di Dio su di sé, per perdere il desiderio di Lui e la conoscenza del suo amore.

Pensavo dunque al Mese Ignaziano vissuto per intero nell'agosto 2019 e mi guardavo nella settimana di Esercizi di quest'anno: era davvero passato un anno e mi vedevo diverso perché internamente attraversavo altri pensieri, altri stati emotivi rispetto all'anno prima; e ne ero consapevole.

Sono stato grato al Signore e alle guide che ci hanno affiancati: mi è più chiaro che fare gli Esercizi Spirituali non è “un lusso” per pochi, né qualcosa da sperimentare “ogni tanto” se c'è tempo; ma è un vero tempo di allenamento che possiamo darci per abitare meglio presso noi stessi nell'alleanza con il Padre della vita e il Signore dei cammini; è una scuola di ascolto vero e di accoglienza di Dio, di sé e degli altri attorno; è una purificazione della propria sensibilità esterna e interna che aiuta a maturare e che può insegnare a stare meglio nella realtà e ad amare.

Don Alberto

L'esperienza vissuta mi ha dato modo di rivedere la mia fede, di rappacificarmi, di trovare ascolto e confronto sereno con la mia guida, che di cuore ringrazio.

Ho ritrovato la gioia di essere figlia di Gesù, e ritrovato in Sant'Ignazio un aiuto grande per approfondire la mia spiritualità di stampo ignaziano. Aiutata dall'ascolto paziente e partecipe della mia guida, ho potuto richiamare punti di contatto importanti che da anni leggo negli scritti del mio padre fondatore, don Pietro Leonardi, che ora sono in grado di gustare meglio. Ringrazio di cuore anche per la gradualità con cui si è iniziato il mese.

Sr. Maria Lea

Racconto la mia esperienza di Mese ignaziano a distanza di circa tre mesi dal suo termine, pur avendo tentato, pensato e ripensato di completarlo prima. La verità è che ho avuto bisogno di tempo, non solo per rileggere l'esperienza ricca di frutti spirituali ed interiorizzarla per me, ma per ripeterla e quindi poterla rivivere ancora più in profondità, tentando ora di comunicarla in queste righe. Al termine del Mese ho chiesto alla mia guida di seguirmi in una ripetizione di tutto il percorso fatto nella preghiera, che si riattualizzasse ed approfondisse spiritualmente nel tempo, durante questo anno particolare per il modo in cui le nostre vite, i progetti, le relazioni si sono dovute modificare, almeno in parte, a causa della pandemia.

Credo che l'opera che il Signore ha fatto in me durante il Mese sia avvenuta come per un terreno che viene dissodato per poterci collocare la sostanza dei semi di Grazia di cui avevo bisogno, affinché trovassero accoglienza, mi rendo conto oggi della loro presenza e del loro sviluppare radici più profonde durante la preghiera quotidiana. Nel corso del Mese gli snodi significativi sono stati più di uno, perché il Signore ha illuminato dove c'era da illuminare, ha consolato dove ha scelto di riversare il Suo Amore ed ha fatto intendere, anche con il silenzio, dove ancora posso chiedere che si manifesti la Sua Grazia nella mia esistenza, secondo un magis desiderato da entrambi.

Il percorso di prima settimana ha permesso di aumentare la mia consapevolezza delle fragilità, di quei miei "no" al Signore più o meno coscienti, che hanno ostacolato -ed in parte ancora riescono a farlo - la crescita del dono della Fede, ossia dove la menzogna è più facile che si insinui nella relazione con Lui e che limiti la manifestazione del Suo Volto nel mio. Durante la seconda settimana, uno dei momenti di maggiore consolazione spirituale mi è stato donato contemplando la Gloria di Dio nella Natività del Signore, che oggi, durante questo Avvento, si sta riattualizzando nella preghiera con un sapore tutto nuovo. E' stato bello non aspettarsi in modo predeterminato che il Signore avrebbe "posto l'accento" su alcune cose piuttosto che su altre e potersi invece lasciare sorprendere da Lui: anche questo è stato il mio Mese e sento di ringraziare ancora chi ha espresso preghiere di intercessione per noi esercitanti.

Il Mese ha consentito di approfondire il mio percorso di discernimento, contribuendo a dare gli strumenti per il "termometro" della mia vita spirituale, ossia lo stato in cui in quel momento mi trovavo nella relazione con il Signore. Infatti, nel riflettere su di me al termine delle varie tappe del cammino e nella richiesta insistita della Grazia propria di ogni tappa, ho vissuto nella preghiera la costanza della Sua presenza, percependo me stessa in relazione con Lui durante lo scorrere delle settimane e quando non ero altrettanto "pronta" ad esserlo. Le luci non sono mancate, come nel silenzio della preghiera nel mattino del Sabato e come la il Risorto ha illuminato e raccolto nella Sua luce l'intero percorso fatto. La guida che la Chiesa mi ha donato, aiutandomi a discernere nella verifica della preghiera, ma anche la riflessione personale durante i momenti di riposo e le preghiere di considerazione proposte, hanno contribuito a mettere in evidenza durante il Mese la fisionomia della relazione con il Signore nella gioia dell'incontro e nella azione risanatrice della Grazia. Oggi mi accorgo di questo, tra preghiera e vita di tutti i giorni, assistendo ad una ripresa del vigore ed una ristrutturazione passo passo di quei piccoli tasselli della relazione di Amore con il Signore che ne avevano più bisogno.

Benedico il Signore e benedico l'Amore nel cuore di coloro che hanno reso possibile questa esperienza per me, che hanno sostenuto le difficoltà visibili e quelle meno visibili, non facili anche date le restrizioni oggettive di una pandemia. Per me è stato un tempo di serenità e di riposo nello Spirito, proprio quel terreno di incontro con il Signore che avevo desiderato e chiesto all'inizio di questa fruttuosa esperienza. Grazie!

Anna

"Io credo in Dio, Padre onnipotente, Creatore del cielo e della terra. E in Gesù Cristo, Suo unico Figlio, nostro Signore, il quale..., fu crocifisso, morì e fu sepolto; discese agli inferi; il terzo giorno risuscitò da morte".

Pensavo di scrivere questa testimonianza dopo poche settimane dalla fine del mese ignaziano, per poter mettere nero su bianco quanti più ricordi possibili: pensieri, emozioni, intuizioni, tutto ciò che il Signore ha suscitato in me e mi ha donato. Invece mi ritrovo a scrivere dopo cinque mesi, venendo da un periodo di tempo carico di impegni onerosi e di esami universitari, che prendono molto spazio alla memoria. Ciò che mi rimane adesso del mese ignaziano, penso dunque sia solo l'essenziale, e ringrazio per questo. Sì, ringrazio, perché ora so di poter scrivere nero su bianco solo ciò che per me è stato prezioso e significativo.

I frutti di questa esperienza, ciò che è stato per me vitale, sono due consapevolezza: una a livello generale, l'altra a livello più puntuale.

La prima è l'aver compreso con maggiore verità che è proprio Dio Padre il creatore di tutto ciò che esiste. Lo dico da frate minore, quarantenne, dopo aver recitato innumerevoli volte il Credo. Prima del mese ignaziano lo sapevo, ma solo nella testa; dopo il mese questa conoscenza è scesa nel cuore ed è divenuta consapevolezza, con tutta la pace che questo porta con sé. Sono appassionato ed entusiasta delle immense possibilità che l'uomo ha di scoprire e generare a sua volta, ma questa passione stava sempre più offuscando in me la certezza dell'esistenza di un Padre creatore di tutto, me compreso. A ben guardare, non credevo pienamente a questa verità! Durante il mese ignaziano, nella preghiera, nelle catechesi, nei momenti riflessivi, questa realtà si è incarnata in me: sono una creatura immersa in un universo anch'esso creato assieme a tutte le cose e persone visibili e invisibili in esso contenute. C'è realmente un Creatore Trinità, che ha voluto tutto questo; anche le immense possibilità date alla libertà e all'intelligenza dell'uomo sono create da Dio Amore. Questa è la mia perla preziosa, che mi fa credere ad un Padre che mi ha voluto, per gioire di Lui e con Lui, assieme alle sorelle ed ai fratelli donatimi.

L'altra cosa più puntuale che mi ha donato il mese è la reale consapevolezza della discesa negli inferi durante il Sabato Santo di Gesù Cristo. Anche questa parte del Credo l'ho recitata molte e molte volte, ma penso di non averne mai compreso realmente il significato, né pertanto di averci mai creduto. Quando abbiamo meditato sul Sabato Santo, per me è avvenuta una folgorazione: una lama di luce è entrata nel profondo del mio essere. Dopo la morte, Gesù divenuto il Cristo, non ha esitato a scendere negli inferi e a salvare tutte le persone vissute prima di Lui, incondizionatamente! Con la sua Risurrezione egli è divenuto il Vivente presente in eterno, che non ha paura di scendere negli inferi di tutti, sempre a patto che glielo si conceda. Gesù Cristo desidera che io gli consegna senza timore le cose più infime e puzzolenti della mia vita, tutto ciò a cui non vorrei nemmeno pensare, perché Lui è morto per questo. Lui sa che ogni esistenza inevitabilmente porta con sé del sudiciume; e se ho il coraggio di dirmelo con verità, comprendo che piano piano questi inferi mi soffocano e mi tolgono linfa vitale, con innumerevoli conseguenze. Cristo, l'innocente, con la Sua morte obbrobriosa da Lui scelta in obbedienza alla volontà del Padre ma in libertà, vuole farsi carico ora dei miei inferi. Egli li ha già distrutti con la sua vita terminata come fosse un maledetto da Dio, un rinnegato, perché riconosceva in questa Sua fine la sola possibilità di rendere benedetta la mia vita. Gesù è morto per me! Lui solo è capace ora di portare il peso del mio letame, dei miei fallimenti, che neanch'io riesco a sostenere. E io riconosco che solo a Lui eventualmente riesco, seppur con immensa fatica, a consegnare i più inquinanti rifiuti della mia vita.

Sì, ho un Padre, che ha creato me e con me tutto ciò che mi circonda, e questo mi rende sereno e un po' più libero. Egli poi ha donato il Suo Primogenito, il Quale ha detto sì fino in fondo al Suo disegno di amore, per potergli consegnare oggi e sempre i miei peggiori inferi. E questo mi fa vivere la dignità di un'esistenza filiale salvata!

Frate Christian



Quelli che hanno fatto tutto il Mese con le guide



Quelli che hanno fatto il Mese e la prima tappa con le guide e le volontarie



Quelli che hanno fatto il Mese e la seconda tappa con le guide e le volontarie



Quelli che hanno fatto il Mese e la terza tappa con le guide e le volontarie



Equipe prima tappa con le guide e le volontarie



Equipe fine Mese con le guide, le volontarie e i responsabili della Casa e collaboratori