

# Un'esperienza da custodire nel cuore

Recentemente, mi sono fatta un bellissimo regalo: tre giorni di esercizi spirituali con una trentina di fratelli della mia comunità a Marola nell'ex-seminario, una struttura veramente confortevole.

Sono partita per seguire un desiderio profondo del mio cuore: staccare la spina dagli impegni e dalla routine quotidiana per fermarmi a riflettere sulla mia vita e, nel Silenzio, accogliere l'abbraccio del Signore.

Appena arrivata, mi ha sorpreso scoprire che un'abbondante nevicata ci aveva preceduto... essere accolta da tanta bellezza ha certamente contribuito a farmi entrare meglio in un atteggiamento di gratitudine.

Il Silenzio, non sempre facile da rispettare, è stato sicuramente un elemento fondamentale di quei giorni perché ci ha aiutato ad entrare in noi stessi per iniziare un cammino di ricerca alla luce della Parola di Dio che don Carlo ci ha spiegato, a più riprese, svelandone aspetti nascosti e per certi versi sorprendenti.

Il tema delle meditazioni, sviluppate a partire dal Vangelo di Luca, era "L'amore di sé". Don Carlo ci ha aiutato a comprendere, seguendo i passi di Maria e di Gesù, l'importanza di intraprendere un cammino di ricerca della nostra identità più profonda per poter arrivare ad amarci pienamente ed amare così Dio e gli altri.

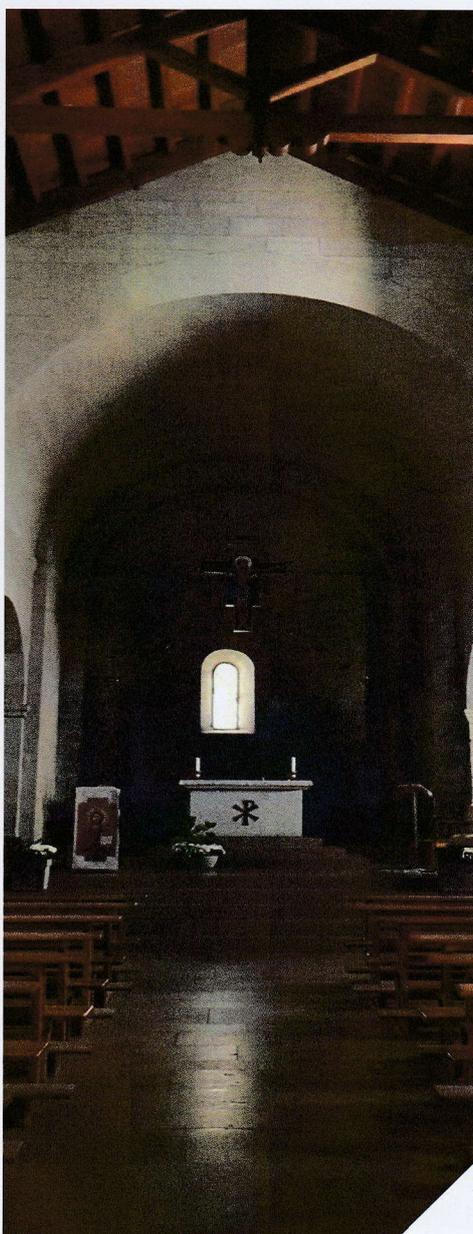
Gli spunti offerti alla nostra meditazione sono stati davvero molteplici e profondi e hanno stimolato un lavoro che è necessario continuare anche a casa. Ho apprezzato molto le passeggiate in solitudine avvolta dallo splendore del creato, la preghiera silenziosa e prolungata in cappella davanti al tabernacolo ma anche la celebrazione comunitaria della Liturgia delle Ore e la S. Messa celebrata ogni giorno.

Mi sono sentita un po' come i discepoli sul monte Tabor e avrei voluto che molti dei miei amici e dei miei cari

fossero con me per condividere questa esperienza unica... li ho così portati nel cuore e affidati al Signore nella preghiera. Il momento culminante che ha concluso il nostro percorso è stata la celebrazione Eucaristica della domenica in cui abbiamo potuto ottenere l'indulgenza plenaria essendoci accostati, il giorno precedente, al sacramento della confessione.

Tutti noi siamo così rientrati a casa con il cuore grato e pieno di gioia per aver vissuto questo momento di grazia e con il proposito di tener accesa la luce che abbiamo ricevuto in dono, ricordandoci di cantare ogni giorno, come Maria, il nostro Magnificat.

Laura Grisendi



## IL SILENZIO COME SCOPERTA

E' giovedì sera: torniamo a casa dal lavoro, cena velocissima, prepariamo in fretta le valigie, un abbraccio a nostro figlio che ci guarda incuriosito e poi partenza per Marola a fare gli esercizi spirituali. Nessuno dei due ha chiaro che cosa siano tali esercizi però la curiosità ha fatto da padrona. Arriviamo a destinazione. Avevamo dei ricordi del seminario di Marola come di un luogo freddo e buio, con stanzoni enormi e odore di minestrone. In realtà la location è assolutamente piacevole. Poi breve momento introduttivo mentre gli sguardi dei partecipanti si incrociano come per dire: "Anche tu qui? Ma ve chi c'è!". In seguito il Don con fare pacato ci invita al silenzio. Ecco: il SILENZIO. Parola che si usa spesso ma io il suo significato vero l'ho scoperto solo adesso. Il silenzio, quello vero, disarmo, ti mette faccia a faccia con la parte più intima di te, ti sveste dal di dentro e fa affiorare la tua vera essenza. Il silenzio smuove anche tutte quelle paure e pensieri che hai, per sopravvivenza, nascosto chissà dove. Dopo questo primo step, per noi tutt'altro che scontato, arriviamo al cuore degli esercizi: le meditazioni. Riassumere in poche righe il percorso spirituale che ci è stato proposto durante le meditazioni è, a nostro avviso, impossibile. Restano però indelebili nel nostro cuore e nel nostro cervello alcuni "passaggi" che ci hanno colpito: -il volersi bene non fine a se stesso ma come percorso di scoperta di un Altro che è fondamento del nostro essere e di tutte le qualità che ci caratterizzano; - la centralità dei legami che fanno fiorire la Bellezza di ciascuno e che ci fanno capire chi siamo e qual è il nostro posto nel mondo. Il paesaggio innevato, che ci ha colpiti all'arrivo a Marola, ci ha accompagnato tra una meditazione e l'altra fino alla domenica quando, rotto il silenzio, siamo ritornati alle nostre case con la timida consapevolezza di esserci avvicinati al mistero grande della nostra persona.

Roberta Cottafava