

Invocazioni
A Gesù Maestro Via Verità e Vita

Gesù Maestro,
santifica la mia mente
ed accresci la mia fede.
Gesù, docente nella Chiesa,
attira tutti alla tua scuola.
Gesù Maestro,
liberami dall'errore,
dai pensieri vani e dalle tenebre eterne.

O Gesù, via tra il Padre e noi,
tutto offro e tutto attendo da te.
O Gesù, via di santità,
fammi tuo fedele imitatore.
O Gesù via,
rendimi perfetto come il Padre che è nei cieli.

O Gesù vita,
vivi in me, perché io viva in te.
O Gesù vita,
non permettere che io mi separi da te.
O Gesù vita,
fammi vivere in eterno il gaudio del tuo amore.

O Gesù verità,
che io sia luce del mondo.
O Gesù via,
che io sia esempio e forma per le anime.
O Gesù vita,
che la mia presenza
ovunque porti grazia e consolazione.

In Gesù Via
sulle orme del buon Pastore

Itinerario Spirituale per la Famiglia Paolina
Anno 2017

Presentazione

Nell'anno 2016-2017, durante gli Esercizi spirituali, la Famiglia Paolina in Italia sosterà sull'immagine biblica del Pastore, lasciandosi condurre ancora una volta dalla Parola di Dio a un incontro autentico con il Maestro divino: l'incontro con il Signore della vita e della storia, quando è autentico, rinnova la vita personale, risana le relazioni interpersonali e comunitarie, dà slancio alla missione, dà efficacia all'apostolato.

Riflettendo su alcuni passaggi giovannei, mi piace evidenziare la profonda unità esistente tra l'icona di Gesù Pastore e quella di Gesù Maestro.

- Il Pastore *conosce le sue pecore* (verità): essere apostoli significa prima di tutto essere persone che sanno discernere e ascoltare: Dio, le domande dell'uomo contemporaneo, le sfide culturali e religiose del tempo in cui viviamo.
- Il Pastore *spinge fuori le sue pecore* (via): Gesù non ama i recinti. Questi rischiano di essere luoghi dove viene a mancare l'aria, dove i briganti entrano per rubare e disperdere. Egli le conduce fuori, verso orizzonti ampi; cammina davanti ad esse, vivendo in prima persona quello che insegna, scandendo il passo, investendo totalmente se stesso.
- Il Pastore *dona la vita per le sue pecore* (vita): camminare davanti non significa perdere lo sguardo su chi segue. Al contrario: il Pastore divino è attento a

chi si smarrisce, è pronto a intervenire in soccorso di chi viene aggredito dai lupi, si espone per tutelare la vita dei suoi, pronto a rinunciare alla propria.

Penso che ciascuno di questi aspetti abbia qualcosa di importante da dire alla Famiglia Paolina, chiamata a rivivere queste dimensioni, in un tempo non facile, con lo slancio e il dinamismo dell'apostolo Paolo.

Possano questi giorni immergerci in quella dimensione pastorale che caratterizza la nostra esigente missione a servizio della Chiesa e del mondo.

Don Eustacchio IMPERATO
Superiore Provinciale ssp

Roma, 30 giugno 2016
Solennità di San Paolo Apostolo

Introduzione

Dopo aver vissuto intensamente l'Anno della Vita Consacrata, si è visto opportuno sviluppare per il triennio 2016-2018 il tema **“Una Famiglia di consacrati”**, prolungando negli Esercizi spirituali la riflessione e la preghiera sui tre consigli evangelici di castità, povertà e obbedienza.

Contestualmente, nella convinzione che tali consigli sono «una specifica accoglienza del mistero di Cristo» (VC 16), «supremo consacrato e missionario del Padre per il suo regno» (VC 22), si è voluto associare ad ogni consiglio una dimensione di Gesù Verità, Via e Vita, visto anche nelle funzioni di Maestro, Pastore, Sacerdote.

Un itinerario che si prospetta quanto mai persuasivo, e che consentirà ad ognuno di puntare decisamente alla *“trasformazione nostra in Dio”* (DF 11), quella trasformazione che san Giovanni Paolo II definiva *“immedesimazione conformativa al mistero di Cristo”* (VC 16), vedendola come mirabile punto d'arrivo del cammino spirituale-apostolico di ogni consacrato.

Ne deriva, pertanto, il seguente percorso:

- per l'anno 2016: la contemplazione orante su **Gesù, MAESTRO**, Verità, cui risponde il consiglio evangelico di **obbedienza**, vera risposta all'insegnamento evangelico;
- per l'anno 2017: la contemplazione orante su **Gesù, PASTORE**, Via, cui risponde il consiglio evangelico di **povertà** che sintetizza lo stile di Gesù che percorse per noi la strada della spogliazione;
- per l'anno 2018: la contemplazione orante su **Gesù, SACERDOTE**, Vita, cui risponde il consiglio evangelico di **castità** in quanto offerta di tutto se stessi all'Amore.

L'anno 2019, in cui ricorre il centenario della prima formulazione da parte del Fondatore, il beato Giacomo Alberione, del *Patto o Segreto di riuscita*, sarà dedicato interamente alla contemplazione e preghiera su questa alleanza tra Gesù Maestro e la Famiglia Paolina.

Nell'itinerario di quest'anno ci lasceremo guidare da Gesù Pastore via, verità e vita, che rivela pienamente **l'essere pastore di Dio**, il suo "prenderci cura" di ogni sua creatura.

Il percorso proposto per questi Esercizi spirituali si dispiega *dall'Antico al Nuovo Testamento*, scandito nelle tre tappe che caratterizzano la proposta alberioniana (purificazione – illuminazione – unione). Seguiremo **"le orme del pastore"** *dalla Genesi all'Apocalisse*.

Al nostro beato Fondatore stava a cuore sottolineare che le due definizioni cristologiche **"Io sono il buon pastore"** (Gv 10,11) e **"Io sono la via, la verità e la vita"** (Gv 14,6) si illuminano a vicenda.

In una meditazione del 1942 alle Pastorelle poneva questa domanda: "Chi è il buon pastore?", e subito precisava: «È colui che si fa per il suo gregge, ad imitazione di Gesù Cristo, via, verità e vita. Mi direte: "Ma perché noi onoriamo Gesù sotto l'aspetto di Pastore e non di Maestro come le altre Famiglie Paoline?". Perché dovette fare le Pastorelle! Gesù è sempre lo stesso, ma voi dovete formarvi per le anime e, come Gesù, saper dare la vita per le pecorelle. Egli ha detto: "Fate come Io ho fatto: *exemplum dedi vobis!*". Ci ha dato l'esempio nelle virtù di casa, nelle virtù religiose: povertà, castità e obbedienza nel vostro lavoro di Pastorelle» (PP I,7).

Don Alberione interpreta Gv 10 alla luce di Gv 14,6. Lo si evince chiaramente anche da ciò che dice alle Pastorelle in data 1959: «Il vostro spirito è incentrato in Gesù buon pastore... Però Gesù disse anche: "Io sono la via la verità e la vita". Se da una parte vi è lo spirito pastorale, dall'altra questo spirito pastorale si ha da vivere completamente» (AAP, 1959, 226-227).

«Lo **spirito pastorale** e il metodo Gesù Maestro via, verità e vita, non sono affatto in contraddizione: l'uno serve particolarmente come indirizzo e l'altro come realizzazione» (AAP 1959, 264-265).

Occorre dunque approfondire questa visione globale del Cristo Pastore via verità e vita. Cristo pastore è "sceso" fino agli inferi per strapparmi dalla morte.

- È il **pastore** che si è fatto **agnello**, che ha dato la sua vita per salvare la mia.
- È il **pastore** che non si stanca di *cercarmi*, che mi *chiama per nome*, che mi fa “uscire” dal chiuso del mio “io” ripiegato su di sé, che mi porta a fare “esodo” (dal mio Egitto, dalla mia Babilonia), che mi *libera* e mi invita a *seguirlo* sulla via dell’amore.
- È il **pastore** che *mi conduce* ai pascoli della vita, che mi *nutre* di sé e mi *abbevera* alle sorgenti d’acqua viva del suo Spirito.
- È il **pastore** che si fa “porta” e che mi “porta” al Padre, nella sua dimora, nel grembo della Trinità Santa.

Come vivere l'esercizio di preghiera

Condizione fondamentale per rendere l'itinerario degli Esercizi spirituali vero momento dello Spirito è accogliere l'invito a vivere intensamente l'esperienza della preghiera: ascolto orante, approfondito e coinvolgente della Parola, per essere in grado di discernere dove ci conduce lo stesso Spirito del Signore.

La preghiera è la storia di una relazione cosciente tra Dio e l'uomo. Chi prega ha di mira un frutto concreto che è quello di «infiamarsi d'amore per la Santissima Trinità» (*Ignazio di Loyola*). La preghiera è il luogo privilegiato per il dialogo del cuore con lo Spirito.

Di qui l'importanza degli "esercizi di preghiera", che scandiscono il ritmo della giornata, e delle modalità con le quali essi si vivono.

Facciamo nostri alcuni suggerimenti pratici, che ci vengono dai maestri di spirito specialisti in materia:

- > scelgo il *luogo* della preghiera (l'ambiente – cappella o camera – che meglio favorisce l'ascolto di Dio);
- > in preghiera presento a Dio il *desiderio* che porto in cuore (questo per stabilire l'incontro dialogico con il Signore¹, mancando il quale tutto potrebbe ridursi ad esercizio intellettuale);
- > consegno tutta la mia persona a Gesù Maestro Pastore, in *ascolto e dialogo*:
 - leggo il brano proposto, lo rileggo, cerco di capire *che cosa* il Signore mi vuole comunicare: è l'incontro della mente con Gesù-Verità;
 - rileggo il brano evidenziando *come* il Signore mi parla, fino a quando qualche parola mi coinvolga pienamente: è l'incontro del cuore con Gesù-Vita;
 - chiedo al Signore di indicarmi *la modalità* per aderire a quanto mi sta comunicando: è l'incontro della volontà con Gesù-Via;
- > *ringrazio*, con Maria, con San Paolo, con don Alberione, con...

¹ Scrive Teofane il Recluso: «Quando pronunciate la vostra preghiera, cercate di fare in modo che esca dal cuore. Nel suo vero senso, la preghiera non è altro che un sospiro del cuore verso Dio; quando manca questo lancio, non si può parlare di preghiera» (cf T. Spidlik, *L'arte di purificare il cuore*, Lipa, p. 79).

- **verifico** l'esercizio di preghiera. Se mentre prego presto attenzione a ciò che accade, costruisco col Signore un dialogo aperto, che si muove e cresce in base ai suoi suggerimenti e ai miei atti di amore accogliente. Una proposta di annotazione-verifica può essere quella che segue:

Pensieri	Sentimenti
<p>A. In questa preghiera il Signore mi voleva dire:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>suscitando in me i seguenti sentimenti:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>B. Durante la preghiera mi venivano in mente i seguenti pensieri:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>che suscitavano in me i seguenti sentimenti:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>C. Si presentavano anche le seguenti tentazioni o distrazioni:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>	<p>che suscitavano in me i seguenti sentimenti:</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p> <p>_____</p>
<p>NB. A volte il dinamismo è inverso: da un sentimento sono suscitati dei pensieri. Per A, B, C meglio annotare solo gli aspetti essenziali.</p>	

- Al termine dell'esercizio, verificando il pensiero e il corrispondente sentimento, **mi chiedo** se questi mi stanno conducendo verso la consegna di me stesso a Gesù, per lasciarmi trasformare in Lui.

Questo sussidio propone per ogni giorno:

- L'indicazione pedagogica del *“Donec formetur”*, riportata all'inizio di ogni tappa.
- I brani biblici scelti per la riflessione che *evidenziano il percorso di fede alla scuola di Gesù Via nella sua qualità di Pastore*. Il breve commento evidenzia l'importanza e l'orientamento del tema di riflessione.
- La parola del Fondatore, tratta dalle meditazioni e riflessioni tenute alle Suore di Gesù buon Pastore (le indicazioni sono sempre poste alla fine di ogni brano).
- Una preghiera, tratta da *Le preghiere della Famiglia Paolina* e dal *Salterio*.

Preambolo

PRESA DI COSCIENZA DELLA NOSTRA IDENTITÀ

Sapete che siete il tempio di Dio?

(cf 1Cor 3,16)

Condotti dalla Provvidenza del Padre siamo giunti a questi Esercizi spirituali e, riconoscendo per il dono di grazia che ci viene offerto, desideriamo entrare in questa rinnovata esperienza dello Spirito con il sentire spirituale del beato Alberione: *Mi avete condotto in questo deserto per parlarmi!*

In questo percorso è fondamentale iniziare dalla realtà “autentica”, e cioè non semplicemente guardando al nostro “io” per chiederci “chi sono”, ma guidati dallo Spirito domandarci *“chi sono per Dio”*.

In questo cammino don Alberione ci suggerisce le coordinate fondamentali della nostra vera identità di cristiani e di consacrati “paolini”, immergendo il nostro spirito nella consapevolezza che la Trinità ci ha convocati ed accolti tutti e ciascuno personalmente e ci assicura che soltanto in questa luce trinitaria *ci vediamo* come Dio ci vede e cioè *nella verità e nell’amore*.

1. Ripercorriamo con rinnovata fede queste coordinate:

- *Gesù è Colui-che-vive-in-noi*: Cristo non vuole le mie cose, il mio lavoro... vuole me; desidera che io sia la sua “nuova umanità aggiunta” in cui incarnarsi (beata Elisabetta della Trinità)!
- *Lo Spirito Santo è Colui per opera del quale Gesù è stato concepito*: lo Spirito è già in me con discreta dolcezza, segnando il fondo della mia anima con i suoi gusti divini. Io sono il suo scrigno vivente!

- *Il Padre è Colui-che-ci-ama e pone, con le altre Persone, la sua dimora in noi* ed io sono il figlio prediletto del Padre: amato, pensato, voluto, chiamato, consacrato, guidato. Sono nelle braccia del Padre di Gesù!

2. Alcuni consigli pratici per iniziare bene gli Esercizi spirituali (DF 13): *arrivare con lo spirito pronto e deciso*, colmo di fiducia nel Signore, che ci dà grazia per fare una nuova esperienza di liberazione; *scrollarci la tristezza* e lo scoraggiamento che ci paralizzano e distolgono il nostro sguardo dallo sguardo di Dio; *evitare la superficialità* di chi pensa che, in fondo, va benissimo così com'è; *superare l'atteggiamento curioso* di chi vuol solo sentire o imparare cose nuove...

Lo sguardo di Dio su di noi è “profetico”, non si ferma ai piccoli dettagli dell’oggi, ai nostri bilanci: Egli vede *ciò che saremo*.

Egli sa che in noi potrà rivivere il Prediletto. Si tratta allora di *«far vivere in noi Gesù Cristo»* (DF 9). A questo sono finalizzati gli Esercizi spirituali: a discernere lo sguardo, il desiderio di Dio su di me *per assecondarlo*.

3. Don Alberione ci ha consegnato una grande lezione di metodo: per lasciarci lavorare dallo Spirito e dalla Parola dobbiamo aprire una porta. «Ecco, sto alla porta e busso», dice il Maestro (Ap 3,20). Questa *porta* ha due “ante” che vanno spinte insieme: la *Scuola di Nazaret* e la *Chiave della vita*.

4. La Scuola di Nazaret (DF 14) è l'*habitat* privilegiato che consente al Cristo di crescere dentro di noi. In questo mistero di umiltà e obbedienza bisogna inoltrarsi per lasciarsi contagiare. Non c'è altra via. Entrare a Nazaret per don Alberione significa:

- *rifiutare la mentalità mondana* che mette al primo posto carriera, notorietà, potere; è il “lievito di Erode” che fermenta spesso in ciascuno di noi (cf Mc 8,14-16).
- *Non correre il rischio di mettere Dio al secondo posto*. “Mortificarsi” serve proprio ad evitare che la vita di Dio in noi venga offesa, silenziata, devitalizzata. Si tratta di

“lasciar morire” pensieri, abitudini, affetti che smentiscono la nostra scelta vocazionale.

- Ciò non è possibile senza l'*orazione*, senza quell'aprire le labbra per chiedere luce, forza, abbandono. Non si tratta solo di “dire preghiere” ma di mettere il cuore del mendicante dentro la preghiera. Gesù, come ogni bambino ebreo, ha imparato dalla madre Maria i salmi; anche lui ha invocato «*Indicami, Signore, la tua via e la seguirò sino alla fine*» (Sal 118,33).

A Nazaret Gesù cresceva armoniosamente in sapienza e grazia. Anche noi possiamo crescere a patto di non essere degli improvvisatori. Paolo ci ricorda che consegue il premio solo «chi combatte secondo le regole» (2Tm 2,5). Occorre assecondare lo Spirito con un'obbedienza quotidiana e intelligente dopo essersi decisi per la santità. Bisogna ripeterselo: «Io scelgo la santità!». La santità nell'*intelligenza* (quali pensieri voglio coltivare?); nella *volontà* (per cosa posso decidermi?); nel *cuore* (da cosa voglio lasciarmi appassionare?).

5. La *chiave della vita* (DF 16). Gesù non si è fermato a Nazaret. Si è incamminato con passo certo verso Gerusalemme. Ad attenderlo la morte, passaggio obbligato alla pienezza della risurrezione. Una verità elementare ma sovente taciuta (purtroppo anche negli ambienti religiosi): andiamo verso la vita senza fine; e perciò è necessario passare nella morte. Il problema è tutto nel *saper trasformare la “fine” in un “confine di luce”*.

Don Alberione desiderava come Paolo «essere sciolto dal corpo per essere con Cristo» (Fil 1,23). Nulla di triste. Nulla di scandaloso. Entra nella vita spirituale, quella vera, solo chi sa di dover morire e si prepara, con intenso desiderio, ad inabissarsi per sempre nella Trinità. Chi riconosce questo fatto elementare sa fino in fondo *per Chi vivere e da Chi lasciarsi amare*. È pronto al Paradiso (quanto poco usiamo questa parola!) il credente che «sa a chi ha dato fiducia» (2Tm 1,12). Chi gioca ad essere eterno non si fida dell'Eterno!

1° giorno

“Dio è stato il mio Pastore da quando esisto fino ad oggi”



Iniziamo il nostro percorso dalla Genesi, dall'esperienza fondamentale di Giacobbe che, giunto al termine della sua vita, può attestare che Dio ha sempre camminato al suo fianco, lo ha difeso e custodito: «È stato **il mio pastore** da quando esisto fino ad oggi».

La spiritualità del pastore ci pone in cammino, in situazione permanente di esodo e di sequela.

Facendo nostra l'esperienza di Giacobbe, rivisitiamo la nostra vita con sguardo contemplativo, dando spazio alla memoria del cuore. In che modo Dio mi ha guidato, come si è preso cura di me, come è stato “il mio pastore”?

Impegno: faccio memoria grata contemplando nella mia vita la presenza del Pastore.

Gen 48,1-16

¹Dopo queste cose, fu riferito a Giuseppe: «Ecco, tuo padre è malato!». Allora egli prese con sé i due figli Manasse ed Èfraim. ²Fu riferita la cosa a Giacobbe: «Ecco, tuo figlio Giuseppe è venuto da te».

Allora Israele raccolse le forze e si mise a sedere sul letto. ³Giacobbe disse a Giuseppe: «Dio l'Onnipotente mi apparve a Luz, nella terra di Canaan, e mi benedisse ⁴dicendomi: “Ecco, io ti rendo fecondo: ti moltiplicherò e ti farò diventare un insieme di popoli e darò questa terra alla tua discendenza dopo di te, in possesso perenne”. ⁵Ora i due figli che ti sono nati nella terra d'Egitto prima del mio arrivo presso di te in Egitto, li considero miei: Èfraim e Manasse saranno miei, come Ruben e Simeone. ⁶Invece i figli che tu avrai generato dopo di essi apparterranno a te: saranno chiamati con il nome dei loro fratelli nella loro eredità. ⁷Quanto a me,

mentre giungevo da Paddan, tua madre Rachele mi morì nella terra di Canaan durante il viaggio, quando mancava un tratto di cammino per arrivare a Èfrata, e l'ho sepolta là lungo la strada di Èfrata, cioè Betlemme».

⁸Israele vide i figli di Giuseppe e disse: «Chi sono questi?». ⁹Giuseppe disse al padre: «Sono i figli che Dio mi ha dato qui». Riprese: «Portameli, perché io li benedica!». ¹⁰Gli occhi d'Israele erano offuscati dalla vecchiaia: non poteva più distinguere.

Giuseppe li avvicinò a lui, che li baciò e li abbracciò. ¹¹Israele disse a Giuseppe: «Io non pensavo più di vedere il tuo volto; ma ecco, Dio mi ha concesso di vedere anche la tua prole!». ¹²Allora Giuseppe li ritirò dalle sue ginocchia e si prostrò con la faccia a terra. ¹³Li prese tutti e due, Èfraim con la sua destra, alla sinistra d'Israele, e Manasse con la sua sinistra, alla destra d'Israele, e li avvicinò a lui. ¹⁴Ma Israele stese la mano destra e la pose sul capo di Èfraim, che pure era il più giovane, e la sua sinistra sul capo di Manasse, incrociando le braccia, benché Manasse fosse il primogenito.

¹⁵E così benedisse Giuseppe:

«Il Dio, alla cui presenza hanno camminato
i miei padri, Abramo e Isacco,
il Dio che è stato il mio pastore
da quando esisto fino ad oggi,

¹⁶l'angelo che mi ha liberato da ogni male,
benedica questi ragazzi!

Sia ricordato in essi il mio nome
e il nome dei miei padri, Abramo e Isacco,
e si moltiplichino in gran numero in mezzo alla terra!».

Testi di approfondimento

- Gn 49,22-24: Germoglio di ceppo fecondo è Giuseppe.
- Sal 80,2-4: Tu, pastore d'Israele, ascolta.
- Sal 123: A te alzo i miei occhi, a te che siedi nei cieli.

Parola del beato Giacomo Alberione

“Rivestirci di Gesù buon Pastore”

Che cosa sono gli esercizi? Sono tempo di otto giorni in cui si rifà la vita spirituale. Il corso si compone di considerazioni per ravvivare la nostra fede nel paradiso che ci aspetta, nel giudizio cui dobbiamo presentarci, nell'eternità, ecc. Ravvivare la fede nella divina eucarestia, in Gesù buon Pastore, nell'ufficio dei sacerdoti e delle pastorelle a loro fianco.

Gli esercizi sono per l'esame di coscienza e la confessione. Meditare la nostra vita passata per emendarci, confermare, migliorare. Fare i propositi della confessione; questo sacramento è detto della misericordia che seppellisce. Quindi silenzio e spiritualità più forte. Tutta la giornata sarà occupata in pratiche di pietà abbondanti: per ottenere più grazie per un anno e per la vita. Più preghiera, più pietà, più confidenza.

Gli esercizi hanno un fine: il cambiamento per migliorare la vita, per rivestirci di Gesù buon Pastore, i suoi pensieri, le sue parole, la sua condotta, il suo modo di conversare. Perciò cambiamento di idee, di parole, di vita. Per le giovani prendere tutte le abitudini, i modi dell'istituto. Da buone cristiane diventare buone religiose. Chi è tiepido diventi fervoroso; chi è fervoroso, santo. È importante fare gli esercizi, non ho bisogno di dirlo a voi, che già vi siete preparate e li avete sospirati da tempo.

Gli esercizi sono i più importanti giorni dell'anno. Negli esercizi sant'Ignazio si fece santo, altri santi li fecero anche più lunghi come san Benedetto nella spelunca, san Paolo nel deserto dell'Arabia. Cosa c'è di più necessario e importante del farci santi?

Siano questi giorni di calore spirituale, di luce dove l'anima si lascia entusiasmare e non guarda che al paradiso e a Gesù.

Prediche alle Suore Pastorelle, libri grigi, vol. III [1948], pp. 222-223

Vi saluto e vi benedico per tutta la vostra buona volontà, i vostri desideri di passare santamente questi giorni riguardo allo spirito e quindi riguardo alla santificazione. Eh, ieri eravate in varie case e in tante funzioni, in tante opere, studi, ecc. Ecco, ora siete tutte adunate qui, davanti al buon Pastore eucaristico che vi aveva atteso e che ora vi accoglie e vi prepara tutte le grazie.

Don Alberione alle Suore di Gesù Buon Pastore, libri rossi, 1965, pp. 102

Affidamento al Pastore

(Salmo 23)

Il Signore è il mio pastore:

non manco di nulla.

Su pascoli erbosi mi fa riposare,

ad acque tranquille mi conduce.

Rinfranca l'anima mia,

mi guida per il giusto cammino

a motivo del suo nome.

Anche se vado per una valle oscura,

non temo alcun male, perché tu sei con me.

Il tuo bastone e il tuo vincastro

mi danno sicurezza.

Davanti a me tu prepari una mensa

sotto gli occhi dei miei nemici.

Ungi di olio il mio capo;

il mio calice trabocca.

Sì, bontà e fedeltà mi saranno compagne

tutti i giorni della mia vita,

abiterò ancora nella casa del Signore

per lunghi giorni.

*Trasformo
la Parola in preghiera*



1ª tappa

RITORNO AL PADRE MISERICORDIOSO

Dio, ricco di misericordia... ci ha fatto rivivere
con Cristo: per grazia siete salvati

(cf Ef 2,4-5)

1. La prima tappa degli Esercizi spirituali serve a far verità. Verità sulla mia storia, sulla mia situazione personale (*perché vivo?, come vivo?*). Ma la mia storia è intrecciata inestricabilmente con la storia degli uomini e delle donne del nostro tempo, con quella della Famiglia Paolina, nella quale compiamo la missione affidataci dal Padre.

E il nostro tempo può essere sapientemente valutato solo misurandoci con *la nostra origine e il nostro destino*. Non saprò mai in profondità chi sono se non mi apro a Dio.

2. Conosciamo noi stessi mettendoci in relazione: con gli altri, con il mondo, con Dio. Un utile esercizio è quello di metterci a confronto (DF 17-18): «*Che sono io fra tutti gli esseri?*», in confronto al gran numero di uomini che sono esistiti, che esistono e che saranno? Di fronte all'immensità del cosmo creato? A paragone degli spiriti celesti? E se poi mi metto davanti alla fonte della vita, al Creatore di tutto, al Dio infinito ed eterno, che tutto sostiene con amore, chi sono io?

In questo modo scopro la verità di me stesso, il mio giusto posto: «*sono il nulla*». Ma un nulla conosciuto, voluto e amato da Dio, un nulla ricco di Lui. Così arriviamo all'umiltà del cuore.

3. «Questa è la vita eterna: che conoscano te, l'unico vero Dio» (Gv 17,3). *Conoscere Dio è l'unica cosa essenziale*, è

questione di vita... o di morte. «Il Paradiso è tutto e solo il nostro destino» (DF 24). «Il non lavorare per il cielo significa perdersi» (DF 21).

Il tempo degli Esercizi è prezioso proprio perché mi aiuta a staccarmi da tutto ciò che non è Dio per entrare più intimamente in relazione con Lui, in una più piena e perfetta conoscenza, lode e amore.

4. Riscoprendomi creatura di Dio, chiamata a partecipare per sempre alla sua felicità, *ritrovo il senso autentico della mia vita e del mio "oggi"*. «Si vive e si muore una sola volta» (DF 30); per questo non possiamo sciupare la nostra esistenza o sprecare il tempo che ci è stato messo a disposizione.

Di fronte all'Eterno, *tutto diviene relativo*, ha cioè significato solo in relazione a Lui: le mie scelte, le mie esperienze, le mie relazioni, le mie capacità, i mezzi di cui dispongo e anche i doni di grazia. Tutto questo è al servizio di Dio? Mi porta a Lui o me ne distoglie?

5. In questa tappa degli Esercizi *occorre prestare particolare attenzione all'esame di coscienza*. Don Alberione afferma che al Giudizio finale si troverà bene «chi è diligente nell'esame; chi è molto schietto nella vita, e chi cura più l'interno che l'esterno» (DF 33). Anzi, arriva a dire che «vi possono essere delle indisposizioni che ci scusano da tutte le pratiche di pietà, ma non dall'esame di coscienza» (DFms 39).

Non si tratta di un autoesame, ma è esercizio orante e dialogico con il Signore, alla luce del quale comprendiamo lo stato di salute della nostra anima e la rettitudine del nostro percorso di vita.

6. Se abbiamo almeno un poco gustato la gioia di stare con Dio, prendiamo maggiore *consapevolezza del grave danno di ciò che ce ne separa*: il peccato, e dell'importanza della conversione.

Il sacramento della Riconciliazione a conclusione di questa tappa degli Esercizi costituisce un'esperienza particolare di grazia. Proprio perché è collocato in un contesto di grande raccoglimento e preceduto da un vero lavoro spirituale, la misericordia infinita del Padre può penetrare nelle pieghe della nostra vita, illuminare gli angoli bui del nostro cuore, sanare le ferite delle nostre contraddizioni, in particolare quelle dell'anno appena trascorso.

7. Purificati dalla grazia divina, inabissati nella sua misericordia, la nostra *mente* può «pensare come Dio in Gesù Cristo» e vedere, giudicare, ordinare ogni cosa in Lui (DF 26); la nostra *volontà* è maggiormente determinata a fare solo ciò che piace a Dio, prendendo come *legge suprema e massimo atto d'amore* la volontà di Dio, anzi a far di Lui «il gran sole cui l'anima, come girasole, deve sempre star rivolta» (DF 20); il nostro *cuore* è pacificato e tende all'amore di Dio sempre più puro, poiché «l'amore perfetto scaccia il timore... e chi teme non è perfetto nell'amore» (1Gv 4,18).

2° giorno

Dio ascolta il grido del suo popolo e “scende” per far “uscire”



Il Pastore di Israele non è solo il compagno di viaggio. È anche e soprattutto il Dio che ascolta il gemito degli oppressi e scende per strapparli dalla mano del Faraone. È Lui che fa per primo l'esodo (dall'alto al basso) e apre il cammino di liberazione.

Chi fa uscire Israele dall'Egitto è indubbiamente Dio, ma ciò non si realizza senza la mediazione umana: «Guidasti come gregge il tuo popolo, per mano di Mosè e di Aronne» (Sal 77,21). Oltre a Mosè e Aronne, il profeta Michea ricorda anche una donna, Miriam: «Popolo mio ti ho fatto uscire dall'Egitto, ti ho riscattato dalla casa di schiavitù e ho mandato davanti a te Mosè, Aronne e Miriam (Mi 6,3-4).

Impegno: *smascheriamo le nostre schiavitù.*

Es 3,1-10

¹Mentre Mosè stava pascolando il gregge di Ietro, suo suocero, sacerdote di Madian, condusse il bestiame oltre il deserto e arrivò al monte di Dio, l'Oreb. ²L'angelo del Signore gli apparve in una fiamma di fuoco dal mezzo di un rovetto. Egli guardò ed ecco: il rovetto ardeva per il fuoco, ma quel rovetto non si consumava.

³Mosè pensò: «Voglio avvicinarmi a osservare questo grande spettacolo: perché il rovetto non brucia?».

⁴Il Signore vide che si era avvicinato per guardare; Dio gridò a lui dal rovetto: «Mosè, Mosè!». Rispose: «Eccomi!».

⁵Riprese: «Non avvicinarti oltre! Togliti i sandali dai piedi, perché il luogo sul quale tu stai è suolo santo!». ⁶E disse:

«Io sono il Dio di tuo padre, il Dio di Abramo, il Dio di Isacco, il Dio di Giacobbe».

Mosè allora si coprì il volto, perché aveva paura di guardare verso Dio.

⁷Il Signore disse: «Ho osservato la miseria del mio popolo in Egitto e ho udito il suo grido a causa dei suoi sovrintendenti: conosco le sue sofferenze. ⁸Sono sceso per liberarlo dal potere dell'Egitto e per farlo salire da questa terra verso una terra bella e spaziosa, verso una terra dove scorrono latte e miele, verso il luogo dove si trovano il Cananeo, l'Ittita, l'Amorreo, il Perizzita, l'Eveo, il Gebuseo. ⁹Ecco, il grido degli Israeliti è arrivato fino a me e io stesso ho visto come gli Egiziani li opprimono. ¹⁰Perciò va'! Io ti mando dal faraone. Fa' uscire dall'Egitto il mio popolo, gli Israeliti!».

Testi di approfondimento

- Is 63,11: Allora si ricorderanno dei giorni antichi.
- Sap 18,14-16: Mentre un profondo silenzio avvolgeva tutte le cose...
- Sal 77,16-21: Guidasti come un gregge il tuo popolo.
- Sal 78: Ma lui, misericordioso, perdonava le colpe.
- Sal 114: Muta la rupe in un lago, la roccia in sorgenti d'acqua.

Parola del beato Giacomo Alberione

“Una grande fede e una grande umiltà”

Due sono i mezzi e si arriverà a compiere la missione nostra secondo i disegni di Dio: una grande fede e una grande umiltà.

Un'*umiltà* per cui conosciamo le nostre debolezze e le accusiamo davanti a Dio e davanti agli uomini. Riconosciamo la nostra incapacità. E dall'altra parte la fiducia in Dio che tutto può. Il quale manda una persona a compiere un ufficio, quando dà una vocazione procura i mezzi, dà la grazia necessaria per compierla.

Ma c'è sempre questo spirito di umiltà? Di riconoscere che poco siamo, poco abbiamo e quel che siamo e quel che abbiamo è già di Dio, che è suo dono.

Riconoscere questo fino al fondo e d'altra parte aver fiducia nel Maestro divino, in Gesù buon Pastore, in Maria nostra madre, madre del divin Pastore, e nei protettori celesti san Pietro e san Paolo.

Una *fede* grande! Può essere che una persona venga destinata a un ufficio, a un incarico, a compiere in sostanza qualche cosa che è utile sia per la sua santificazione e perfezione e sia per l'apostolato. Non sconsigliarsi, non abbattersi.

Fidarsi di Dio. Se si legge la Scrittura, quando ci narra la storia di Mosè, di Giosuè, di Abramo, di Isacco, di Giacobbe... Iddio parla a questi santi, dà i suoi ordini e sempre dice così: «Io sarò con te» (Es 3,12). Il Signore si esprime in questo modo. Dà un ordine e poi aggiunge il Signore: «Io sarò con te e ti benedirò».

Il Signore è con voi e vi benedirà. Non è solo scritto sul marmo, ma bisogna che sia scritto nel cuore: «Io sarò con te». E san Paolo dice: «Quando il Signore è con noi, chi può stare contro di noi (cf Rm 8,31), chi può resistere a noi?».

Resistere. Ci possono essere sempre gli ostinati che possono resistere, ma noi avremo compiuto bene la nostra missione e avremo il premio e nonostante le difficoltà saremo fedeli fino alla morte... E se uno si ostina Iddio non toglie la libertà all'uomo. E allora la

perdizione dipende da te, ecco. La perdizione dipende da te: chi si ostina.

Questi pensieri sono contenuti nel patto *Segreto di Riuscita* che avete nel libro delle orazioni. Oh, sempre si è detto e sempre si è ripetuto questo patto ogni giorno, nella visita specialmente al santissimo Sacramento. Ma può essere anche recitato individualmente e può essere anche recitato in altre ore della giornata fuori dell'ora di visita.

Don Alberione alle Suore di Gesù Buon Pastore, libri rossi, 1960, pp. 211-213

Cristo eucaristico si offre al Padre in perpetuo olocausto. Anche la nostra giornata deve essere offerta al Padre in Cristo. Dobbiamo essere un'ostia di ringraziamento e di offerta nell'obbedienza al Padre.

Adorare, ringraziare, riparare, supplicare in unione con Gesù buon Pastore eucaristico: ecco la vostra liturgia. In ogni parrocchia c'è Gesù buon Pastore e vicino a Lui la Pastorella, che con Lui si immola. Ci può essere una Pastorella che passa la sua vita in un letto, ma che compie ugualmente la sua liturgia con Gesù buon Pastore; non sono necessarie molte attività, quello che conta è lo spirito.

Vedete di entrare sempre più in questo spirito eucaristico pastorale, che è comprendere lo spirito di Gesù buon Pastore.

Alla Sorgente, Meditazioni del Primo Maestro, [dic. 1947], p. 71

Noi intendiamo riparare le offese

(Le preghiere della Famiglia Paolina, p. 198)

O Gesù Buon Pastore,
Via, Verità e Vita delle nostre anime,
volgi uno sguardo misericordioso sulle tue pecorelle.
Illuminaci con la sapienza del tuo Vangelo,
fortificaci con i tuoi esempi,
nutrici con l'Eucaristia,
riempici di zelo per la gloria di Dio
e la salvezza degli uomini.

Noi intendiamo di riparare le offese
che ti si fanno nei pastori della Chiesa
con la docilità e cooperazione
ai loro insegnamenti e al loro zelo,
con la preghiera e le opere secondo la nostra vocazione.

Manda, Gesù Pastore, il tuo Spirito
che accresca in noi la fede, la speranza e la carità.
Ci infonda il vero spirito religioso,
ci conceda la semplicità, la prudenza, la fermezza,
la temperanza degli apostoli Pietro e Paolo.

O Maria, madre del buon Pastore,
tienici la santa mano sul capo
perché ti possiamo imitare nella vita spirituale
e apostolica e giungere all'eterna gloria in cielo.
Amen.

*Trasformo
la Parola in preghiera*



3° giorno

“Guai ai pastori che pascono se stessi! Ecco, io stesso cercherò le mie pecore”



I pastori del popolo, destinatari dell'invettiva del Profeta, hanno gravemente trascurato il loro compito, non hanno avuto alcuna sollecitudine per i deboli e gli infermi, per quanti avevano bisogno della loro cura, rendendosi colpevoli della dispersione del gregge. Il Profeta smaschera l'arroganza, la violenza, i soprusi..., e denuncia soprattutto le "omissioni": ciò che si doveva compiere in forza del proprio ministero e che invece non si è fatto: non avete *rinforzato*, non avete *curato*, non avete *cercato*, non avete *ricondotto*...

L'intervento salvifico del Dio pastore si dispiega invece esattamente in senso contrario: «Andrò in cerca della pecora perduta e ricondurrò all'ovile quella smarrita, fascierò quella ferita e curerò quella malata...» (Ez 34,16).

Impegno: *purificazione dalla volontà di potenza, di supremazia e di dominio.*

Ez 34,1-31

¹Mi fu rivolta questa parola del Signore: ²«Figlio dell'uomo, profetizza contro i pastori d'Israele, profetizza e riferisci ai pastori: Così dice il Signore Dio: Guai ai pastori d'Israele, che pascono se stessi! I pastori non dovrebbero forse pascere il gregge? ³Vi nutrite di latte, vi rivestite di lana, ammazate le pecore più grasse, ma non pascolate il gregge. ⁴Non avete reso forti le pecore deboli, non avete curato le inferme, non avete fasciato quelle ferite, non avete riportato le disperse. Non siete andati in cerca delle smarrite, ma le avete guidate con crudeltà e violenza. ⁵Per colpa del pastore si sono disperse e sono preda di tutte le bestie selvatiche: sono sbandate. ⁶Vanno errando le mie pecore su tutti i monti e su ogni colle elevato, le mie pecore si disperdono su tutto il territorio del paese e nessuno va in cerca di loro e se ne cura.

⁷Perciò, pastori, ascoltate la parola del Signore: ⁸Com'è vero che io vivo - oracolo del Signore Dio -, poiché il mio gregge è diventato una preda e le mie pecore il pasto d'ogni bestia selvatica per colpa del pastore e poiché i miei pastori non sono andati in cerca del mio gregge - hanno pasciuto se stessi senza aver cura del mio gregge -, ⁹udite quindi, pastori, la parola del Signore:

¹⁰Così dice il Signore Dio: Eccomi contro i pastori: a loro chiederò conto del mio gregge e non li lascerò più pascolare il mio gregge, così non pasceranno più se stessi, ma strapperò loro di bocca le mie pecore e non saranno più il loro pasto. ¹¹Perché così dice il Signore Dio: Ecco, io stesso cercherò le mie pecore e le passerò in rassegna. ¹²Come un pastore passa in rassegna il suo gregge quando si trova in mezzo alle sue pecore che erano state disperse, così io passerò in rassegna le mie pecore e le radunerò da tutti i luoghi dove erano disperse nei giorni nuvolosi e di caligine.

¹³Le farò uscire dai popoli e le radunerò da tutte le regioni. Le ricondurrò nella loro terra e le farò pascolare sui monti d'Israele, nelle valli e in tutti i luoghi abitati della regione. ¹⁴Le condurrò in ottime pasture e il loro pascolo sarà sui monti alti d'Israele; là si adageranno su fertili pascoli e pasceranno in abbondanza sui monti d'Israele. ¹⁵Io stesso condurrò le mie pecore al pascolo e io le farò riposare. Oracolo del Signore Dio. ¹⁶Andrò in cerca della pecora perduta e ricondurrò all'ovile quella smarrita, fascereò quella ferita e curerò quella malata, avrò cura della grassa e della forte; le pascerò con giustizia.

¹⁷A te, mio gregge, così dice il Signore Dio: Ecco, io giudicherò fra pecora e pecora, fra montoni e capri. ¹⁸Non vi basta pascolare in buone pasture, volete calpestare con i piedi il resto della vostra pastura; non vi basta bere acqua chiara, volete intorbidire con i piedi quella che resta. ¹⁹Le mie pecore devono brucare ciò che i vostri piedi hanno calpestato e bere ciò che i vostri piedi hanno intorbidito. ²⁰Perciò così dice il Signore Dio a loro riguardo: Ecco, io giudicherò fra pecora grassa e

pecora magra. ²¹Poiché voi avete urtato con il fianco e con le spalle e cozzato con le corna contro le più deboli fino a cacciarle e disperderle, ²²io salverò le mie pecore e non saranno più oggetto di preda: farò giustizia fra pecora e pecora.

²³Susciterò per loro un pastore che le pascerà, il mio servo Davide. Egli le condurrà al pascolo, sarà il loro pastore. ²⁴Io, il Signore, sarò il loro Dio, e il mio servo Davide sarà principe in mezzo a loro: io, il Signore, ho parlato. ²⁵Stringerò con loro un'alleanza di pace e farò sparire dal paese le bestie nocive. Abiteranno tranquilli anche nel deserto e riposeranno nelle selve.

²⁶Farò di loro e delle regioni attorno al mio colle una benedizione: manderò la pioggia a tempo opportuno e sarà pioggia di benedizione. ²⁷Gli alberi del campo daranno i loro frutti e la terra i suoi prodotti; abiteranno in piena sicurezza nella loro terra. Sapranno che io sono il Signore, quando avrò spezzato le spranghe del loro giogo e li avrò liberati dalle mani di coloro che li tiranneggiano. ²⁸Non saranno più preda delle nazioni, né li divoreranno le bestie selvatiche, ma saranno al sicuro e nessuno li spaventerà.

²⁹Farò germogliare per loro una florida vegetazione; non saranno più consumati dalla fame nel paese e non soffriranno più il disprezzo delle nazioni. ³⁰Sapranno che io sono il Signore, loro Dio, ed essi, la casa d'Israele, sono il mio popolo. Oracolo del Signore Dio.

³¹Voi, mie pecore, siete il gregge del mio pascolo e io sono il vostro Dio». Oracolo del Signore Dio.

Testi di approfondimento

- Os 4,16: Forse potrà pascolarlo il Signore come agnello in luoghi aperti?
- Is 40,1-11: La bocca del Signore ha parlato.
- Is 49,9-10: Colui che ha misericordia... li condurrà alle sorgenti d'acqua.
- Sir 1,6-7: La radice della sapienza a chi fu rivelata?
- Qo 12,11: Le parole dei saggi...: sono date da un solo pastore.

Parola del beato Giacomo Alberione

“Ecco il compito affidato al pastore e alla pastorella”

C'è un altro pericolo per le pecorelle: che qualcuna si perda. Mentre si trova al pascolo, seguendo gli istinti, andando in cerca dell'erba più abbondante e più fresca, si è allontanata dal gregge; e di balza in balza, di burrone in burrone, è andata a finire nel profondo della valle. Il buon pastore, appena se ne accorge, lascia le altre al sicuro nell'ovile e va fino nell'abisso per trovarla: «*Vadit ad illam, quæ perierat, donec inueniat eam*». E quando l'ha trovata non sfoga contro di lei il suo disappunto, non la spinge su per l'erta della montagna a colpi di bastone, ma la prende amorosamente sulle spalle e la riporta contento all'ovile.

Deve essere virtù propria dei sacerdoti coltivare l'amore ai peccatori ed adoperarsi per ricondurli sulla via del paradiso. Con uguale cuore ed amore lo devono fare anche le Pastorelle, secondo la loro eccelsa vocazione.

Purtroppo queste pecorelle sbandate e randagie non sono una sola, ma mille e mille; sentiamo vivo l'anelito di Gesù: «*et vocem meam audient: et fiet unum ovile et unus pastor*». Ecco il compito affidato al pastore e alla pastorella. Quanto maggiore sarà lo zelo tanto più presto si attuerà questo magnifico ideale dell'unico ovile. Gesù per questo ha pregato in terra e continua a pregare in cielo: «*ut omnes sint unum*»; e mette a disposizione di tutti i suoi tesori di verità, di grazia, di misericordia.

Alla Sorgente, Meditazioni del Primo Maestro, [genn. 1947], pp. 59-60

Vadano le anime al Pastore Eucaristico, quando egli le ha guadagnate, sa come guidarle. Quale meraviglioso complesso di opere si possono fare per collaborare coi sacerdoti e così acquistare ricchezza per l'eternità. Andando in una parrocchia pensa-

re che quelle anime devono essere salvate dal parroco e da noi. La Pastorella sente la bellezza e il vantaggio della vocazione per le anime. Vi sono persone che mirano all'istruzione profana, altre all'igiene. La Pastorella ha un fine tutto soprannaturale. Quale meraviglioso entusiasmo! Come Maria che fu congiunta alla vita di Gesù Pastore.

Prediche alle Suore Pastorelle, libri grigi, vol. III [dic. 1948], pp. 232-233

Abbi pietà di quanti errano

(Le preghiere della Famiglia Paolina, p. 118)

*Ti adoriamo, o Gesù,
Pastore eterno del genere umano.
Tu sei presente nell'eucaristia
per dimorare continuamente in mezzo al tuo gregge.
Tu lo nutri, lo custodisci, lo guidi all'ovile celeste.*

*Non viviamo di solo pane,
ma della tua dottrina di verità e di amore.
Le tue pecorelle ascoltano la tua voce
e la seguono con amore.*

*Abbi pietà di quanti errano,
come gregge senza pastore,
nelle tenebre dell'errore e dell'ignoranza.
Attirali alla tua verità.*

*Moltiplica gli evangelizzatori, i catechisti
e gli apostoli della comunicazione sociale.
Donaci la grazia di ascoltare ed amare
la tua Parola perché produca frutto nei nostri cuori.*

Parla, o Signore, il tuo servo ti ascolta.

*O Gesù buon Pastore, Via e Verità e Vita:
abbi pietà di noi.*

*Trasformo
la Parola in preghiera*



2ª tappa

«PERCHÉ SI INCARNI GESÙ CRISTO IN NOI»

«Figli miei, che io di nuovo partorisco nel dolore
finché Cristo non sia formato in voi»

(Gal 4,19)

1. La grande “svolta” nella storia dell’umanità è stata l’Incarnazione del Verbo divino: «Veniva nel mondo la luce vera, quella che illumina ogni uomo» (Gv 1,9). Il Padre misericordioso ha mandato, infatti, il Figlio amato come nostro Maestro *«a indicare, percorrere, farsi veicolo dell’uomo»* (DF 35), cioè a insegnarci la via della salvezza (Verità), a farsi modello di vita (Via), a comunicarci la vita stessa di Dio (Vita).

Permettere al Cristo, che lo Spirito ha incarnato in noi nel battesimo, di *crescere fino a trasformarci in Lui*: è questo il nostro cammino di santificazione.

2. In questa tappa degli Esercizi confrontiamo la nostra mentalità, il nostro modo di pensare e giudicare alla luce di Gesù-Verità. Solo lui, il Dio fatto uomo, *ci svela la verità di Dio* – smascherandone le immagini false e idolatriche che l’uomo continuamente si costruisce – *e la verità dell’uomo* e del suo destino. Prima ancora che con le parole, con il suo stesso essere: egli è la verità.

Per questo il suo insegnamento non è paragonabile a quello di nessun altro maestro: le sue sono «verità inaudite, nuove al mondo, verità eterne» (DF 50), parole di vita eterna (cf Gv 6,69).

3. Riconosciamo che nella nostra vita e nel nostro apostolato possiamo correre il rischio *di non pensare «secondo Dio, ma secondo gli uomini»* (Mt 16,23). Per questo ci è raccomandata la frequentazione assidua della Parola di Dio, così come la

Chiesa ce l'ha tramandata, innanzitutto per *“correggere tutto il pensiero”*; quindi per evangelizzare-santificare la nostra mentalità e trovare in essa il criterio di discernimento del nostro agire. «Vivi nella mia mente, o Gesù Verità» (DF 39).

4. Il Signore non ha comunicato verità astratte, ma incarnate. Quanto ha insegnato l'ha prima vissuto, sperimentato, preso su di sé: il suo esempio ha sempre preceduto quanto ha chiesto ai suoi discepoli. Per questo è la Via, supremo modello di vita, da cui tutti possiamo imparare.

Don Alberione ci chiede non solo di riflettere, ma di contemplare tutta quanta la vita di Gesù: *i tratti della sua vita terrena, le sue disposizioni interiori, le sue scelte.*

Dimorare in questa attitudine meditativa diventa la nostra massima occupazione quotidiana! Considerando come Gesù inizia e termina la sua esistenza sulla terra, comprendiamo bene che, per entrare nella sua scuola, *i documenti da presentare* sono: «povertà, umiltà, mortificazione» (DF 41).

5. Tutta la «vita di Gesù Cristo si può riassumere in questo titolo: Vita di chi fece perfettamente la volontà di Dio» (DF 44). Per agire da uomini e donne di Dio, fare scelte secondo il Vangelo, santificare la nostra volontà, occorre sempre *cercare, scegliere, amare, fare la Volontà del Padre*, modellandoci al nostro Maestro. «Ciò che vuoi Tu, io voglio: stabilisci la tua volontà al posto della mia volontà» (DF 40).

6. Come possiamo essere sicuri che le nostre opere sono gradite a Dio? Il nostro Fondatore ci fornisce alcune indicazioni:

- a) le opere devono esser *buone in sé*;
- b) fatte con *retta intenzione*, cioè non cercando il proprio tornaconto o un po' di gloria umana (rischio poi non così remoto...), ma solo la gloria di Dio;
- c) eseguite mentre siamo *in stato di grazia*, cioè nell'amicizia e intimità con Dio (che senso avrebbe fare qualcosa di buo-

no per qualcuno se poi non si vive in un buon rapporto con lui?);

d) devono essere compiute *con perfezione*, vale a dire «iniziare offrendo a Dio, tutto accettando dalla mano di Dio, cominciando bene, subito e volentieri; continuare, sotto l'occhio di Dio, con dolce applicazione, con energica costanza; terminando umilmente, compiutamente» (DF 48).

7. Il nostro Maestro non solo ci ha istruito e si è fatto modello, ma ha mostrato la radicalità del suo amore dando la vita per noi. Anzi, facendosi Vita per noi: «Io sono la Vita». Nella sua Passione, ha sanato ogni male che minaccia la vita dell'uomo e ha salvato gli uomini di tutti i tempi e di tutti i luoghi. Innestati in Lui, come tralci alla vite, lasciamo scorrere in noi la divina linfa dello Spirito, grazia increata.

Il cuore dell'uomo, sanato dal peccato, è *santificato e reso capace di amare oblativamente*. «Egli ha fatto tutto per noi e noi possiamo fare tutto in Gesù Cristo» (DF 56).

«Al mio cuore, si sostituisca il tuo: al mio amore a Dio, al prossimo, a me stesso, si sostituisca il tuo. “Vivi in me, o Gesù Vita eterna, vita sostanziale”» (DF 40).

4° giorno

“Io sono la porta! Se uno entra attraverso di me, sarà salvato”



In un singolare intreccio di simboli Gesù si presenta come “porta” e “pastore”: è il “condottiero (*archegos*) della salvezza” (Eb 2,10). La porta dice “passaggio”, possibilità di “entrare” e di “uscire”. Se lasciasse solo entrare e non uscire, non sarebbe porta di libertà ma terribile prigione. Gesù, invece, assicura che passando attraverso di lui si *entra* e si *esce*. Attraverso di lui si può effettivamente uscire dalla prigionia dell’egoismo (generale e collettivo) e dalle varie forme di schiavitù, per entrare nella Terra della libertà. Egli fa *entrare* nella profondità del mistero (umano e divino) e fa *uscire* per comunicare la bella notizia, il vangelo dell’amore.

Impegno: *sforzarsi per entrare attraverso la porta stretta* (cf Mt 7,13).

Gv 10,1-10

¹«In verità, in verità io vi dico: chi non entra nel recinto delle pecore dalla porta, ma vi sale da un’altra parte, è un ladro e un brigante. ²Chi invece entra dalla porta, è pastore delle pecore. ³Il guardiano gli apre e le pecore ascoltano la sua voce: egli chiama le sue pecore, ciascuna per nome, e le conduce fuori. ⁴E quando ha spinto fuori tutte le sue pecore, cammina davanti a esse, e le pecore lo seguono perché conoscono la sua voce. ⁵Un estraneo invece non lo seguiranno, ma fuggiranno via da lui, perché non conoscono la voce degli estranei».

⁶«Gesù disse loro questa similitudine, ma essi non capirono di che cosa parlava loro.

⁷Allora Gesù disse loro di nuovo: «In verità, in verità io vi dico: io sono la porta delle pecore. ⁸Tutti coloro che sono venuti prima di me, sono ladri e briganti; ma le pecore non li hanno ascoltati. ⁹Io sono la porta: se uno entra attraverso di me, sarà salvato; entrerà e uscirà e troverà pascolo. ¹⁰Il ladro non viene se non per rubare, uccidere e distruggere; io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza».

Testi di approfondimento

- Sal 121: Il Signore ti custodirà da ogni male: egli custodirà la tua vita.
- Eb 13,20-21: Il Dio della pace... vi renda perfetti in ogni bene.

Parola del beato Giacomo Alberione

“Esiste un'intima relazione tra il buon Pastore Gesù e le anime”

San Paolo ci presenta Gesù sacerdote. E il Divino Maestro stesso ci si presenta come pastore: «Ego sum pastor bonus». Questa immagine completa l'idea grandiosa del sacerdote Gesù, e ce ne fa conoscere l'azione benefica nelle anime.

È tanto bello studiare il brano evangelico ove Gesù raccoglie il suo insegnamento sulle funzioni del pastore. Lo faremo considerando le parole del testo evangelico.

«Io sono il buon pastore, il buon pastore dà la vita per le sue pecorelle. Il mercenario invece e chi non è pastore, a cui non appartengono le pecore, vede venire il lupo, lascia le pecore e fugge e il lupo le azzanna e le disperde. Il mercenario fugge, perché è mercenario, non gli importa delle pecore. Io sono il buon pastore, e conosco le mie e le mie conoscono me, come il padre conosce me ed io conosco il padre; e per le mie pecorelle do la vita. Ed ho delle altre pecorelle che non sono di questo ovile, anche queste bisogna che raduni e daranno ascolto alla mia voce, e si avrà un solo ovile e un solo pastore».

Era nelle abitudini di Gesù Cristo parlare in parabole; e già il Profeta aveva indicato in questo un segno di riconoscimento del futuro Messia. Per farci intendere il suo ministero apostolico in mezzo al mondo, Egli si valse di questa graziosa parabola.

Gesù è il pastore delle anime. Le anime sono sue e a tanti titoli: Egli ne è il Creatore, e il provvido conservatore; Egli le ha riscattate dalla schiavitù del peccato versando come prezzo il suo sangue prezioso.

Esiste un'intima relazione tra il buon pastore Gesù e le anime. I sacerdoti hanno qui un punto di somiglianza col divino pastore; anch'essi generano le anime alla grazia e le alimentano

con i sacramenti, preoccupandosi di ognuna di loro come di figli carissimi.

Le Pastorelle fanno col sacerdote pastore un'unica missione; hanno le stesse premure, lo stesso fine, gli stessi mezzi.

Alla Sorgente, Meditazioni del Primo Maestro, [genn. 1947], pp. 56-57

Il battesimo è la semente della vita spirituale, della vita della grazia che poi dopo si sviluppa per chi è fedele. Si sviluppa ai sette anni, agli otto anni, ai dieci anni, avanti: per chi corrisponde alla grazia. E avete corrisposto alla grazia fino ad oggi, e oggi con generosità avete promesso, avete preso l'impegno, un impegno sacro, un impegno preso qui alla presenza di Gesù buon Pastore eucaristico.

Qui, questo grande impegno, ecco. Per la salute delle anime nelle parrocchie: Gesù e Maria; il Pastore e la suora. Questi, secondo i disegni di Dio, questi sono secondo la vita soprannaturale. La vita soprannaturale, come dice il san Luigi Grignon de Montfort: ecco noi dobbiamo avere un padre e una madre per la vita naturale, ma dopo abbiamo a considerare un padre e una madre spirituale, spiritualmente. E allora nelle popolazioni, il parroco è il padre, e la suora che fa le parti della madre.

Don Alberione alle Suore di Gesù Buon Pastore, libri rossi, 1964, p. 218

La sovrana bontà del Pastore

(Le preghiere della Famiglia Paolina, p. 118)

*Ti ringraziamo, o Gesù buon Pastore,
disceso dal cielo per cercare il genere umano
e riportarlo sulla via della salvezza.*

In te si adempì la promessa:

*Susciterò in mezzo alle pecorelle disperse
un pastore che le raccolga e le alimenti².*

*Il pastore cammina dinanzi al gregge
e le pecorelle lo seguono
perché ne riconoscono la voce³.*

*Hai dato i tuoi comandamenti,
i tuoi consigli, i tuoi esempi.*

*Chi li ascolta si nutre di un pane che non perisce:
Il mio cibo è la volontà del Padre celeste⁴.*

Abbi pietà di quanti si nutrono di menzogna e vanità.

Richiama sulla tua via i peccatori.

Sostieni i vacillanti, fortifica i deboli.

Tutti ti seguano, o pastore e custode delle nostre anime.

Tu solo sei la Via, tu solo hai parole di vita eterna.

Ti seguirò ovunque.

² Cf. Dt 18,18; Ez 34,23.

³ Cf. Gv 10,1ss.

⁴ Cf. Gv 4,34.

*Trasformo
la Parola in preghiera*



5° giorno

Gesù “Pastore bello” percorre fino in fondo la via dell’amore: dare la vita



Il pastore cammina davanti e le pecore gli vanno dietro, *lo seguono*. Per Giovanni è inconcepibile immaginare un credente che non sia anche un “seguace”. Seguire le orme del Pastore significa fare proprio il suo modo di vivere: «Cristo patì per voi, affinché *ne seguiate le orme*» (1Pt 2,21).

Il buon Pastore non ha altro interesse che quello di promuovere la vita: «Io sono venuto perché abbiano la *vita* e l’abbiano in abbondanza» (Gv 10,10). La sovrana libertà nel donare la propria vita costituisce il “comando” che Gesù ha ricevuto dal Padre e anche il motivo per cui il Padre lo ama. Perché in tal modo il Pastore Gesù introduce i credenti nel rapporto di amorosa reciprocità che egli stesso ha con il Padre.

Impegno: *spiritualità del “deporre” la vita.*

Gv 10,11-18

¹¹ «Io sono il buon pastore. Il buon pastore dà la propria vita per le pecore. ¹²Il mercenario - che non è pastore e al quale le pecore non appartengono - vede venire il lupo, abbandona le pecore e fugge, e il lupo le rapisce e le disperde; ¹³perché è un mercenario e non gli importa delle pecore.

¹⁴Io sono il buon pastore, conosco le mie pecore e le mie pecore conoscono me, ¹⁵così come il Padre conosce me e io conosco il Padre, e do la mia vita per le pecore. ¹⁶E ho altre pecore che non provengono da questo recinto: anche quelle io devo guidare.

Ascolteranno la mia voce e diventeranno un solo gregge, un solo pastore. ¹⁷Per questo il Padre mi ama: perché io do la mia vita, per poi riprenderla di nuovo. ¹⁸Nessuno me la toglie: io la do da me stesso. Ho il potere di darla e il potere di riprenderla di nuovo. Questo è il comando che ho ricevuto dal Padre mio».

Testi di approfondimento

- Mc 6,34: Ebbe compassione di loro.
- Gv 17,9-19: Consacrati nella verità. La tua parola è verità.
- 1Pt 2,21-25: La vostra fede e la vostra speranza siano rivolte a Dio.

Parola del beato Giacomo Alberione

“Dobbiamo precedere le nostre pecorelle con il buon esempio”

Il pastore evangelico non è solamente proprietario del gregge, ma è anche proprietario dell'ovile; e quindi vi entra e vi esce a suo piacimento: *«qui intrat per ostium, pastor est ovium»*.

Gesù è il vero pastore, ma non si è arrogato da sé il titolo di pastore, glielo ha affidato il suo Padre celeste: *«Hoc mandatum accipi a Patre meo»*. Il profeta Ezechiele ci riporta le parole del mandato: *«Suscitabo super eas Pastorem unum, qui pascat eas»*. Così dovrà essere anche per noi.

Dio solo chiama al sacerdozio e alla vita religiosa di Pastorelle: *«Non vos me eligistis, sed ego eligi vos»*.

La prima dote del buon pastore e delle Pastorelle è di conoscere le pecorelle e farsi da loro conoscere. Questa sarà la prova del loro interessamento, questa sarà la condizione perché le pecorelle non temano la loro presenza. Questa dote la riscontriamo perfettamente in Gesù: *«Cognosco meas»*. Ed è da notarsi che le conosce una per una; a tutte ha assegnato il proprio nome e per nome le chiama.

Anche il pastore e la Pastorella devono conoscere il popolo fra il quale operano. Non si tratta di conoscere i corpi che si vedono, ma le anime. Dobbiamo farci conoscere col catechismo, col ministero della parola, che ci è stato affidato dal Maestro.

Un altro prezioso insegnamento di Gesù è questo: dobbiamo precedere le nostre pecorelle col buon esempio. Non dobbiamo comportarci come i sacerdoti dell'antica legge, dei quali Gesù stesso dice: *«Omnia quaecumque dixerint vobis servate et facite; secundum opera vero illorum nolite facere»*.

Le pecorelle sono insidiate dai ladri e dai lupi. I ladri vorrebbero strapparle dal loro ovile e i lupi vorrebbero sbranarle. Toc-

ca a noi difendere il gregge con coraggio e sacrificio. Il buon pastore e la vera Pastorella espongono la loro vita e la sacrificano per la salvezza del gregge: «*Bonus pastor animam suam dat pro ovibus suis*». Gesù insiste sulla grande prova di amore che Egli ha dato alle sue pecorelle; nessuno si è mai trovato nelle sue condizioni, di essere cioè padrone della vita, e di sacrificarla volendola sacrificare.

Per compiere il nostro dovere apostolico, dobbiamo saper andare fino all'estremo, accettando la morte, quando i nemici delle pecorelle e del Pastore divino ce l'infliggevano.

Alla Sorgente, Meditazioni del Primo Maestro, [genn. 1947], pp. 57-59

2. Voi siete nate ed alimentate dal buon Pastore Eucaristico. Nel 1911, secondo il pensiero e il desiderio, un gruppo di sacerdoti stabili di pregare e offrire sacrifici perché la Chiesa avesse presto un istituto che cooperasse allo zelo dei pastori di anime. Dal 1923, poi, siete state nelle intenzioni che io mettevo nelle adorazioni diurne e notturne delle Pie Discepole.

3. Il buon Pastore dall'eucarestia nutre, opera, illumina, santifica agnelli e pecorelle, pastorelle e pastori. Il buon Pastore si può considerare vivente nei pastori e vivente, orante e operante nel tabernacolo: «*Sono con voi sino alla consumazione dei secoli*» (Mt 28,20).

Prediche alle Suore Pastorelle, libri grigi, vol. III [1° genn. 1948], pp. 128-129

Sii benedetto, o Gesù

(Le preghiere della Famiglia Paolina, p. 119)

Sii benedetto, o Gesù, morto per noi sulla croce!

È morto l'innocente

per ridare la vita alle pecorelle colpevoli:

«Sono venuto perché abbiano la vita

e vita più abbondante»⁵.

Ci dai la tua vita nel battesimo,

nella cresima, nella penitenza e nell'eucaristia.

Vivi in tutti gli uomini con il tuo Spirito!

Richiama nel tuo ovile quanti sono separati da te

come tralcio staccato dalla vite.

Ti preghiamo per la Chiesa

acquistata con il tuo sangue:

si dilati in tutto il mondo

e sia per tutti segno di unità e di salvezza.

Vogliamo amarti con tutta la mente,

tutte le forze, tutto il cuore,

e per amor tuo io voglio spendermi

totalmente per il tuo popolo.

⁵ Gv 10,10.

*Trasformo
la Parola in preghiera*



3ª tappa

«TUTTO SI COMPIE NELLO SPIRITO SANTO»

«L'amore di Dio è stato riversato nei nostri cuori
per mezzo dello Spirito Santo che ci è stato dato»

(Rm 5,5)

1. Senza la presenza e l'opera dello *Spirito Santo, Respiro divino che dà vita ad ogni cosa*, la Chiesa sarebbe senz'anima: senza di Lui non c'è vita cristiana, né doni di grazia, né missione ecclesiale, né tantomeno vita consacrata o sacerdozio ministeriale.

Poiché è Lui che incarna il Cristo nella storia e nella nostra vita personale, Lui che porta a compimento il disegno divino di salvezza e il nostro percorso di santificazione, l'ultima tappa degli Esercizi va vissuta nel clima della Pentecoste «per mezzo di Maria Santissima orante», al fine di ricevere «scienza celeste, virtù eroica, zelo apostolico» (DF 60).

2. L'esercitante, che continua a confrontarsi con la Parola di Dio e a ravvivare la scelta di Dio e del suo progetto d'amore su di lui, interiorizzerà maggiormente *nella preghiera la consapevolezza di essere abitato da Dio* e, come san Paolo, accoglierà – custodirà – favorirà la crescita della divina presenza di Cristo in lui: «È Cristo che vive in me» (Gal 2,20).

Salirà allora dal cuore la chiara determinazione di «*voler essere santi, presto santi, grandi santi in Gesù Cristo*», e se ci vediamo ancora nella realtà molto imperfetti, almeno col desiderio vogliamo «essere nel cuore di tutti i Santi; nei desideri di tutti gli angeli; nel cuore stesso di Gesù Cristo» (DF 58).

3. Come Maria Regina degli Apostoli e come il nostro padre san Paolo, anche noi vogliamo – attraverso i diversi e convergenti apostolati della Famiglia paolina – essere strumenti idonei per

portare la vita divina di Cristo, la sua presenza nel nostro mondo inquieto, la sua luce che dà risposta alle questioni e agli interrogativi più profondi dell'uomo. Tutto questo però sarà possibile se tenderemo decisamente alla *mistica paolina*, esperienza nella quale «*il Cristo solo vive, pensa, opera, ama, vuole, prega, soffre, muore e risuscita in noi*» (DF 64).

4. Se la nostra vita e il nostro apostolato sono “*per Cristo, con Cristo e in Cristo*”, non possono che essere per la Chiesa, con la Chiesa e nella Chiesa, suo mistico corpo.

Il senso pienamente ecclesiale della nostra missione ci mette in relazione di autentica e profonda comunione con tutta la comunità credente: il Cristo «forma, di tutti i credenti, un corpo mistico le cui membra sono strettamente unite dalla carità che anima una medesima vita, ove batte un sol cuore, il cuore di Gesù Cristo» (DF 64).

5. Frutto importante di questa tappa degli Esercizi: *vivere e valorizzare* meglio nella vita di ogni giorno i *mezzi di grazia* che ci mettono in comunicazione con le tre divine Persone. In primo luogo la Celebrazione eucaristica, fonte e culmine della vita della Chiesa; poi l'Adorazione eucaristica quotidiana, sempre fortemente inculcata da don Alberione; la preghiera che scandisce i ritmi del giorno e i tempi dell'anno, il sacramento della Riconciliazione e la direzione spirituale.

6. Per essere fedeli a quanto il Signore ha operato, illuminando la nostra vita e rafforzandoci interiormente, sarà *utile formulare un progetto spirituale personale concreto e realistico* (il proposito) che ci accompagni lungo l'anno. È così facile la tentazione dell'amnesia, anche delle realtà divine («*Guardati bene dal dimenticare il Signore, tuo Dio...*»: Dt 8,11)!

Al termine del nostro percorso di Esercizi, guardiamo con fiducia alla vita e alla missione che ci sta davanti. Non siamo soli! Il dono dello Spirito Santo, in cui “*tutto si compie*”, fortifica la nostra testimonianza rendendola franca e coraggiosa, e ci abilita ad essere, come il Maestro, portatori di vita nel mondo a gloria del Padre.

6° giorno

L'Agnello sarà il loro pastore



Una moltitudine immensa, che nessuno può contare. Tutti in piedi, come il Risorto. Avvolti in vesti bianche (la veste bianca allude alla risurrezione), con palme nelle mani (partecipi della vittoria sulla morte). Essi sono direttamente coinvolti nella solenne liturgia celeste, insieme agli angeli, ai vegliardi e ai quattro esseri viventi.

È Dio stesso la sorgente dell'acqua della vita, alla quale l'Agnello Pastore conduce. La vita è quella stessa di Dio, vale a dire lo Spirito indicato simbolicamente dall'acqua.

Impegno: *lasciamoci condurre alle fonti della vita.*

Ap 7,9-17

⁹Dopo queste cose vidi: ecco, una moltitudine immensa, che nessuno poteva contare, di ogni nazione, tribù, popolo e lingua. Tutti stavano in piedi davanti al trono e davanti all'Agnello, avvolti in vesti candide, e tenevano rami di palma nelle loro mani. ¹⁰E gridavano a gran voce: «La salvezza appartiene al nostro Dio, seduto sul trono, e all'Agnello».

¹¹E tutti gli angeli stavano attorno al trono e agli anziani e ai quattro esseri viventi, e si inchinarono con la faccia a terra davanti al trono e adorarono Dio dicendo: ¹²«Amen! Lode, gloria, sapienza, azione di grazie, onore, potenza e forza al nostro Dio nei secoli dei secoli. Amen».

¹³Uno degli anziani allora si rivolse a me e disse: «Questi, che sono vestiti di bianco, chi sono e da dove vengo-

no?». ¹⁴Gli risposi: «Signore mio, tu lo sai». E lui: «Sono quelli che vengono dalla grande tribolazione e che hanno lavato le loro vesti, rendendole candide nel sangue dell'Agnello. ¹⁵Per questo stanno davanti al trono di Dio e gli prestano servizio giorno e notte nel suo tempio; e Colui che siede sul trono stenderà la sua tenda sopra di loro.

*¹⁶Non avranno più fame né avranno più sete,
non li colpirà il sole né arsura alcuna,*

*¹⁷perché l'Agnello, che sta in mezzo al trono,
sarà il loro pastore
e li guiderà alle fonti delle acque della vita.
E Dio asciugherà ogni lacrima dai loro occhi».*

Testi di approfondimento

- Is 49,10: Colui che ha misericordia di loro li guiderà.
- Ger 2,13: Ha abbandonato me, sorgente di acqua viva.
- Gv 7,37-39: Se qualcuno ha sete, venga a me e beva.
- Ap 21,6; 22,17: Chi vuole, prenda gratuitamente l'acqua della vita.

Parola del beato Giacomo Alberione

“Che io ti ami con tutta la mente, il cuore, le forze”

(Ora di adorazione, guidata dal Fondatore)

Gli Angeli stanno accanto all’Ostia Santa. Essi sono purissimi spiriti e si rapiscono continuamente nell’adorazione di Gesù. Domandiamo la grazia di essere pure come gli Angeli, per essere intime con Gesù, per ricevere lumi speciali...

Chiediamo perdono della nostra indifferenza verso Gesù, della tiepidezza nella comunione, nelle visite, della freddezza in generale nel pregare.

Gesù tutto acceso d’amore per noi e noi tante volte fredde come il marmo! Quante volte non abbiamo inteso i palpiti di questo cuore divino, il nostro cuore è rimasto insensibile.

Gesù è presente e ci guarda. Guarda quel che noi pensiamo, legge nella mente e legge nel cuore. Legge i desideri, i propositi, la volontà di amarlo, di essere suoi interamente, oggi, sempre, in morte, nell’eternità.

E più di tutto mettiamoci alla Divina presenza. Guardare Gesù, guardare l’Ostia e pensare che là ci sono due occhi che ci guardano, una mente che ci pensa. (Credo, mio Dio...).

* 1° punto: **Gesù verità.** - Pensiamo che Gesù come Dio da tutta l’eternità ha concepito sopra di noi il desiderio e il volere di creare e di chiamarci allo stato religioso. Il Figliolo di Dio d’accordo col Padre e lo Spirito Santo, hanno pensato non solo a creare l’anima nostra, ma anche a fornirla delle grazie più elette che non le anime comuni; doni naturali e soprannaturali.

Ci amasti dall’eternità, o Dio di Carità! E come mai, Gesù, hai scelto me, mentre forse altri ti avrebbero amato e servito di più!

Ti ringrazio per quelle intime voci che mi fai sentire nel cuore. Ti ringrazio della vocazione, la grazia maggiore dopo il battesimo. Chiamata alla santità, mi vuoi vicina a Te nel tabernacolo per

avermi vicina in paradiso. Come potrò ringraziarti, o Gesù? «*Quid retribuam Domino pro omnibus quæ retribuit mihi?*». Gli stessi tuoi meriti, i meriti della tua passione, li offro a Te e al Tuo Padre Celeste. Ti offro l'amore che ha per te Maria, l'amore che hanno per te le anime belle.

Scuoti il mio cuore, fa' che ti ami di più! Possibile che faccia passare questi poveri giorni di mia vita senza amarti con tutte le fibre del mio cuore! Non permettere questa stoltezza che io non ti ami, perché mi hai chiamata all'amore, alla vocazione all'amore...

Ringraziamo Gesù della vocazione, ringraziamolo insieme a Maria, riconoscente della sua bella vocazione. (Magnificat...).

* 2° Punto: **Gesù via.** - Domandiamo la grazia di corrispondere alla vocazione. Gesù Buon Pastore, ti ringrazio di avermi chiamata; ma ora ti domando di aggiungere grazia a grazia, cioè alla vocazione aggiungere la corrispondenza.

Ho bisogno che tu mi infonda *i due grandi amori*: amore a Te, o Gesù buon Pastore e amore alle anime. Che io ti ami con tutta la mente, il cuore, le forze. Che io ami il prossimo come me stesso, che sia disposto a dare tutti i giorni, tutte le forze per le anime, come le hai date Tu. Tu sei stato buono e fedele, mi hai tracciata la via per la corrispondenza (...)

Gesù, che io mi incontri poi con Te, lieta, e Tu avrai un volto splendente, raggianti. Signore, dammi la fedeltà oggi, sempre, nelle piccole e nelle grandi cose; che io non trasgredisca le piccole perché non voglio trasgredire le grandi. Guai a fare anche un solo buchino nella nave perché potrebbe affondare.

Adesso si ripetono i propositi degli Esercizi: ciascuna se li pensi e li dica a Gesù.

Tu, Gesù, hai voluto che nella Scrittura ci fossero queste parole: «Tu, mio bambino, accostati al mio orecchio ed io piego il mio capo alla tua bocca». Parlare con confidenza in questo momento a Gesù. Recitiamo il segreto di riuscita per l'osservanza dei propositi. (Gesù Signore...).

* 3° punto: **Gesù vita.** - Chiedere tutte le grazie per intercessione di Maria. Tenere davanti la coroncina a Maria, divina Pastora. (...)

Pensiamo specialmente a quel miliardo e più di uomini che non hanno mai conosciuto Gesù buon Pastore, il Crocifisso, il Vangelo, la Chiesa. Oh, quanto ci devono far pena e quanto devono infervorare il nostro cuore queste anime che non hanno la luce della vita, che non hanno un Pastore che le ami, le cerchi, le salvi! Quanto dobbiamo pregare perché tutti gli uomini trovino *la via che va a Gesù*. La via è Maria stessa; chi trova Maria trova la salvezza perché ha sulle braccia Gesù. Preghiamo dunque per tutti...

Prediche alle Suore Pastorelle, libri grigi, vol. II [1° sett. 1956], pp. 87-93

Ricordate le parole di Gesù: «*Semper vobiscum sum usque ad consummationem sæculi*». Il Tabernacolo è tutto per voi; Gesù buon Pastore eucaristico lo avrete sempre con voi in qualunque luogo, in qualunque momento.

La nostra vita è tanto più santa, bella e preziosa, quanto più è unita a Cristo Gesù; e questo per noi si attua con la partecipazione al suo apostolato, dal Presepio fino al Calvario.

Alla Sorgente, Meditazioni del Primo Maestro [dic. 1947], pp. 69-70

“Donaci sacerdoti santi”

(Le preghiere della Famiglia Paolina, p. 120)

*O Gesù, noi ti onoriamo come il Pastore supremo.
Tu vivi nel papa, nei vescovi, nei sacerdoti.*

*Tu hai detto loro:
«Chi ascolta voi, ascolta me.
Come il Padre ha mandato me, così io mando voi.
Andate nel mondo intero»⁶.*

*O Pastore divino,
la messe è sempre molta,
ma gli operai ancora pochi.
Donaci sacerdoti santi
che amino il tuo popolo come lo ami tu.
Benedici le loro fatiche.*

*A noi da' la grazia di cooperare al loro zelo
e di essere fra le tue pecorelle
nel giorno del giudizio
quando tu ritornerai come Pastore.*

⁶ Lc 10,16; Gv 20,21; Mc 16,15.

*Trasformo
la Parola in preghiera*



7° giorno

“Non temere, piccolo gregge”



Andare in missione nudi e disarmati! Senza soldi e perfino senza bisaccia e senza sandali! Quale il senso di questa **povertà** radicale? Non è fine a se stessa: deve testimoniare la piena fiducia nel Padre che è all'origine della missione.

L'Apostolo non teme di presentarsi in umiltà e debolezza, che si iscrive radicalmente nella “parola della croce” (cf 1Cor 1,18). Occorre un *surplus* di amore (anche se povero e fragile) per prendersi cura degli altri. Un amore umile, che riconosce e assume i propri limiti, che non si lascia abbattere dalle contrarietà e neppure dai tradimenti. L'amore umile consente sempre di ripartire. L'evangelico “pascere”, il prendersi cura, richiede un amore gratuito ma che si nutre anche di reciprocità, nella convivialità delle differenze, nella gioia di ricevere e dare, nella paziente sequela del Cristo che per primo ci ha amato.

Impegno: *Ravviviamo la fiducia – Nolite timere.*

Lc 10,1-5

¹Dopo questi fatti il Signore designò altri settantadue e li inviò a due a due davanti a sé in ogni città e luogo dove stava per recarsi. ²Diceva loro: «La messe è abbondante, ma sono pochi gli operai! Pregate dunque il signore della messe, perché mandi operai nella sua messe! ³Andate: ecco, vi mando come agnelli in mezzo a lupi; ⁴non portate borsa, né sacca, né sandali e non fermatevi a salutare nessuno lungo la strada. ⁵In qualunque casa entriate, prima dite: “Pace a questa casa!”».

Lc 12,32

³²Non temere, piccolo gregge, perché al Padre vostro è piaciuto dare a voi il Regno.

Gv 21,15-19

¹⁵Quand'ebbero mangiato, Gesù disse a Simon Pietro: «Simone, figlio di Giovanni, mi ami più di costoro?». Gli rispose: «Certo, Signore, tu lo sai che ti voglio bene». Gli disse: «Pasci i miei agnelli».

¹⁶Gli disse di nuovo, per la seconda volta: «Simone, figlio di Giovanni, mi ami?». Gli rispose: «Certo, Signore, tu lo sai che ti voglio bene». Gli disse: «Pascola le mie pecore».

¹⁷Gli disse per la terza volta: «Simone, figlio di Giovanni, mi vuoi bene?». Pietro rimase addolorato che per la terza volta gli domandasse: ""Mi vuoi bene?", e gli disse: «Signore, tu conosci tutto; tu sai che ti voglio bene».

Gli rispose Gesù: «Pasci le mie pecore. ¹⁸In verità, in verità io ti dico: quando eri più giovane ti vestivi da solo e andavi dove volevi; ma quando sarai vecchio tenderai le tue mani, e un altro ti vestirà e ti porterà dove tu non vuoi».

¹⁹Questo disse per indicare con quale morte egli avrebbe glorificato Dio. E, detto questo, aggiunse: «Seguimi».

Testi di approfondimento

- 1Pt 5,1-4: Sia benedetto Dio e Padre del Signore nostro Gesù Cristo.
- At 20,17-38: E ora vi affido a Dio e alla parola della sua grazia.

Parola del beato Giacomo Alberione

*“L’unico nostro pensiero: amare le anime
come Gesù buon Pastore le ha amate”*

La vostra missione nasce dall’amore: «*Dilexit me et tradidit semetipsum pro me*» (Gal 2,20). La prima condizione per esercitare l’apostolato è l’amore, un amore simile a quello di Gesù sulla croce: “*sitio*”; un amore ben determinato, non un sentimento vago. Amore vero, completo, che si mette a disposizione delle anime senza nessun limite.

La salvezza della nostra anima è legata alla salvezza delle anime. Chiediamo che il Signore dilati i nostri cuori per amare tutte le anime senza distinzione, perché tutte le vogliamo con noi in Paradiso... Quando si ama si prega, si ripara, si moltiplicano le opere perché l’amore è inventivo e non cessa di espandersi.

L’apostolato è carità; quanto più sapremo adattarci agli uomini di ogni condizione, lingua e continente, tanto più saremo efficaci.

Nell’apostolato dobbiamo cercare unicamente le anime, non i beni materiali; questi servono per sviluppare le opere dell’Istituto e dare ad esso stabilità e consistenza, ma li dobbiamo sempre usare con distacco.

L’unico nostro pensiero: amare le anime come Gesù Buon Pastore le ha amate, cioè fino a dare la sua vita. L’anima pastorale spenderà la vita per le anime e in questo troverà il suo martirio quotidiano.

Gesù Buon Pastore che vi ha dato questa vocazione, vi darà anche le grazie per corrispondervi pienamente, tanto che in punto di morte possiate dire: «*Consummatum est*».

Alla Sorgente, Meditazioni del Primo Maestro [1947], pp. 64-65

10. La vostra famiglia deve vivere in carità, letizia e pace profonda. Così crescete bene e saprete andare in mezzo agli altri. Do-

vete vivere nel mondo, che è come un sanatorio di tubercolotici, avete bisogno di vitto: cibatevi spesso del buon Pastore eucaristico! La carità tra di voi ha una ragione specialissima. Voi direte: «Questo Primo Maestro ci predica solo dei doveri». È vero, ma vi dico anche i mezzi: grazia, grazia, grazia. Poi pietà, aiuti spirituali, e conforto: lo sposo dell'anima vostra è Gesù: «Non vos me elegistis, sed ego elegi vos!» (Gv 15,16).

11. Vivete in mezzo ad un mondo corrotto, potete prendervi la tubercolosi. È mio ufficio e dovere pregare per ottenervi questo complesso di grazie. “Nisi Dominus aedificaverit domum in vanum laboraverunt qui aedificant eam” (Sal 126,1).

Prediche alle Suore Pastorelle, libri grigi, vol. IV [1948], p. 46

Per accogliere i doni del Pastore

(Le preghiere della Famiglia Paolina, p. 121)

*Donaci il tuo cuore, o Gesù buon Pastore,
che hai portato dal cielo il fuoco della tua carità.
Arda in noi il desiderio della gloria di Dio
e un grande amore verso i fratelli.*

*Rendici partecipi del tuo apostolato.
Vivi in noi affinché ti possiamo irradiare
nella parola, nella sofferenza,
nell'azione pastorale, nell'esempio di vita buona.*

*Ci offriamo a te come pecorelle docili e fedeli
per diventare degne di cooperare
alla missione pastorale della Chiesa.
Disponi tutte le menti ed i cuori
ad accogliere la tua grazia.*

*Vieni, o Pastore divino, guidaci,
e sia presto uno il gregge ed uno il Pastore.*

*Trasformo
la Parola in preghiera*



Preghiera al Maestro Divino

Maestro: la tua vita mi traccia la via; la tua dottrina conferma e rischiarà i miei passi; la tua grazia mi sostiene e sorregge nel cammino al cielo. Tu sei perfetto Maestro: che dai l'esempio, insegna e conforti il discepolo a seguirti.

«Dio ha tanto amato il mondo da dare il suo Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non muoia, ma abbia la vita eterna» (Gv 3,16). «Sei un Maestro venuto da Dio» (cf Gv 3,2).

1. O Maestro, tu hai parole di vita eterna: alla mia mente, ai miei pensieri sostituisci Te stesso, o Tu che illumini ogni uomo e sei la stessa verità: io non voglio ragionare che come Tu ammaestrati, né giudicare che secondo i tuoi giudizi, né pensare che Te verità sostanziale, data dal Padre a me: *«Vivi nella mia mente, o Gesù verità».*

2. La tua vita è precetto, via, sicurezza unica, vera, infallibile. Dal Presepio, da Nazaret, dal Calvario è tutto un tracciare la via divina: d'amore al Padre, di purezza infinita, d'amor alle anime, al Sacrificio. Fa' che io la conosca, fa' che metta ogni momento il piede sulle tue orme di povertà, castità, obbedienza: ogni altra via è larga... non è tua. Gesù, io ignoro e detesto ogni via non segnata da Te. Ciò che vuoi Tu, io voglio: *stabilisci la tua volontà al posto della mia volontà.*

3. Al mio cuore, si sostituisca il tuo: al mio amore a Dio, al prossimo, a me stesso, si sostituisca il tuo. Alla mia vita peccatrice umana, si sostituisca la tua divina, purissima, sopra tutta la natura. «Io sono la vita» (cf Gv 14,6).

Ecco perciò, per mettere Te in me, io darò ogni premura alla Comunione, alla Santa Messa, alla Visita al Santissimo, alla devozione alla Passione. E questa vita venga a manifestarsi nelle opere «perché anche la vita di Gesù sia manifestata nella nostra carne mortale» (2Cor 4,10-11), così come accadde a San Paolo «Vive in me Cristo» (Gal 2,20). *Vivi in me, o Gesù Vita eterna, vita sostanziale.*

DF 39-40

Schema di sintesi per l'esame di coscienza

Con lo sguardo rivolto a Gesù crocifisso che mi ha amato da sempre, mi ama in questo istante, mi attende per offrirmi il perdono e portarmi nell'abbraccio riconciliante col Padre, mi dispongo ai seguenti passi:

> CONOSCENZA

Chiedo il dono di conoscere la mia realtà.

È l'azione della grazia di Dio in me, che mi rende capace di conoscere la ricchezza dei doni ricevuti e anche la consapevolezza di portare «questo tesoro in vasi di creta» (2Cor 4,7).

> RICONOSCENZA

Mi apro al grazie!

Mi pongo davanti alla mia vita riconoscendomi figlio amato e atteso per l'abbraccio del Padre, e compio il mio *memoriale d'amore*.

> COSCIENZA

Riconosco il mio peccato e manifesto il mio dolore.

Il Signore mi chiede di cooperare al dono della conversione e di essere attivamente impegnato nel cambiamento che mi propone. Come ho vissuto il “grazie”, ora scopro i segni della mia ingratitudine, che è il mio peccato.

> RIPARTENZA

Mi impegno insieme con Dio.

«Se uno è in Cristo è una creatura nuova; le cose vecchie sono passate, ecco ne sono nate di nuove» (2Cor 5,17).

Proposta di progetto spirituale

> PAROLA DI DIO ISPIRATRICE

.....
.....
.....

> OBIETTIVO O PROPOSITO

.....
.....
.....

> MODALITÀ PRATICHE

1. Da Gesù-Verità per la *mente*

.....
.....
.....

2. Con Gesù-Via per la *volontà*

.....
.....
.....

3. In Gesù-Vita per il *cuore*

.....
.....
.....

> TEMPI DI VERIFICA

.....
.....
.....

*Affido questo progetto a Maria, a san Paolo...
Dio porti a compimento l'opera che in me ha iniziato. Amen.*

Indice

INVOCAZIONI A GESÙ MAESTRO VIA VERITÀ E VITA	pag.	1
PRESENTAZIONE	»	5
INTRODUZIONE	»	7
COME VIVERE L'ESERCIZIO DI PREGHIERA	»	10

Preambolo

Presa di coscienza della nostra identità

Sapete che siete tempio di Dio? (cf 1Cor 3,16)

1° giorno

- Gen 48,1-6: *“Dio è stato il mio pastore da quando esisto fino ad oggi”* » 16
- Beato G. Alberione: *“Rivestirci di Gesù buon Pastore”* » 18
- Preghiera: *Affidamento al Pastore* » 20

1ª TAPPA

Ritorno al Padre misericordioso

Dio ricco di misericordia... ci ha fatto rivivere con Cristo:
per grazia siete salvati

2° giorno

- Ez 3,1-10: *Dio ascolta il grido del suo popolo e “scende” per far “uscire”* » 25
- Beato G. Alberione: *“Una grande fede e una grande umiltà”* » 27
- Preghiera: *Noi intendiamo riparare le offese* » 29

3° giorno

- Ez 34,1-31: *“Guai ai pastori che pascono se stessi! Ecco, io stesso cercherò le mie pecore”* » 31
- Beato G. Alberione: *“Ecco il compito affidato al pastore e alla pastorella”* » 34
- Preghiera: *Abbi pietà di quanti errano* » 36

2ª TAPPA

“Perché si incarni Gesù Cristo in noi”

“Figli miei, che io di nuovo partorisco nel dolore
finché Cristo non sia formato in voi” (Gal 4,19)

4° giorno

- Gv 10,1-10: *“Io sono la porta!
Se uno entra attraverso di me, sarà salvato”* » 41
- Beato G. Alberione: *“Esiste un’intima relazione
tra il buon Pastore Gesù e le anime”* » 43
- Preghiera: *La sovrana bontà del Pastore* » 45

5° giorno

- Gv 10,11-18: *Gesù, “Pastore bello” percorre fino in fondo
la via dell’amore: dare la vita* » 47
- Beato G. Alberione: *“Dobbiamo precedere le nostre pecorelle
con il buon esempio”* » 49
- Preghiera: *Sii benedetto, o Gesù* » 51

3ª TAPPA

Tutto si compie nello Spirito Santo

“L’amore di Dio è stato riversato nei nostri cuori per mezzo
dello Spirito Santo che ci è stato dato” (Rm 5,5)

6° giorno

- Ap 7,9-17: *L’Agnello sarà il loro pastore* » 55
- Beato G. Alberione: *“Che io ti ami con tutta la mente,
il cuore, le forze”* » 57
- Preghiera: *“Donaci sacerdoti santi”* » 60

7° giorno

- Lc 10,1-5: *“Non temere, piccolo gregge”* » 62
- Beato G. Alberione: *“L’unico nostro pensiero: amare le anime
come Gesù buon Pastore le ha amate”* » 64
- Preghiera: *“Per accogliere i doni del Pastore”* » 66

AL MAESTRO DIVINO » 68

SCHEMA DI SINTESI PER L’ESAME DI COSCIENZA » 69

PROPOSTA DI PROGETTO SPIRITUALE » 70

Finito di stampare
nel mese di settembre 2016
Trullo Comunicazione srl - Roma