

Vangelo : Mt 6,1-18

Disse allora Gesù ai suoi discepoli: «State attenti a non praticare la vostra giustizia davanti agli uomini per essere ammirati da loro, altrimenti non c'è ricompensa per voi presso il Padre vostro che è nei cieli. Dunque, quando fai l'elemosina, non suonare la tromba davanti a te, come fanno gli ipocriti nelle sinagoghe e nelle strade, per essere lodati dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, mentre tu fai l'elemosina, non sappia la tua sinistra ciò che fa la tua destra, perché la tua elemosina resti nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà. E quando pregate, non siate simili agli ipocriti che, nelle sinagoghe e negli angoli delle piazze, amano pregare stando ritti, per essere visti dalla gente. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu preghi, entra nella tua camera, chiudi la porta e prega il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà. Pregando, non sprecate parole come i pagani: essi credono di venire ascoltati a forza di parole. Non siate dunque come loro, perché il Padre vostro sa di quali cose avete bisogno prima ancora che gliele chiediate. Voi dunque pregate così: Padre nostro che sei nei cieli, sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno, sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra. Dacci oggi il nostro pane quotidiano e rimetti a noi i nostri debiti come anche noi li rimettiamo ai nostri debitori, e non abbandonarci alla tentazione, ma liberaci dal male. Se voi infatti perdonerete agli altri le loro colpe, il Padre vostro che è nei cieli perdonerà anche a voi; ma se voi non perdonerete agli altri, neppure il Padre vostro perdonerà le vostre colpe. E quando digiunate, non diventate malinconici come gli ipocriti, che assumono un'aria disfatta per far vedere agli altri che digiunano. In verità io vi dico: hanno già ricevuto la loro ricompensa. Invece, quando tu digiuni, profumati la testa e lavati il volto, perché la gente non veda che tu digiuni, ma solo il Padre tuo, che è nel segreto; e il Padre tuo, che vede nel segreto, ti ricompenserà. »

« Dona per donare, non aspettarti ricompense; implora Dio nel segreto, non cercare ricompense; ama per amare, ecco la tua ricompensa!» Questo testo, ispirato al vangelo d'inizio quaresima, con il suo invito alla discrezione, può darci il «la» per questa nostra quaresima. Incoraggiati infatti da un ambiente in cui domina la ricerca del controllo e dell'efficacia, rischiamo di fare della quaresima un percorso di prestazioni spirituali che noi possiamo valutare. Invece, se la quaresima è un tempo di conversione e, in questo senso, di avanzamento spirituale, umana e morale, deve essere vissuta prima di tutto per Dio perché Dio è Dio. Il resto ci sarà dato «in sovrappiù». Ciò ci conferisce un grande slancio e una grande libertà nel vivere questa «santa quarantena». «Quarantena» è una parola che a molti di noi può suonare negativamente a causa dell'attuale crisi pandemica; si tratta tuttavia di uno stare in disparte del nostro cuore, del nostro uso del tempo, di alcune nostre abitudini, per il Signore, per amarlo e per lasciarlo agire.



1. Santa Teresa d'Avila (1515-1582)

Teresa de Cepeda y Ahumada nasce in Spagna il 28 marzo 1515, in un'agiata famiglia d'Avila: è la terza di nove figli. A 20 anni, malgrado il disaccordo del padre, entra al Carmelo dell'Incarnazione di Avila. Scopre la preghiera ma **attraversa un'interiore lacerazione tra la logica del mondo e la chiamata a donarsi totalmente a Dio**: essa durerà 20 anni. A 39 anni vive una nuova conversione davanti ad una rappresentazione di Cristo flagellato alla colonna: sperimenta profondamente l'amore di Gesù e il suo cuore ne esce sconvolto. Inizia allora per Teresa una nuova vita, quella di Dio in lei.

Donna coinvolta dalle tensioni dei suoi tempi (divisione della Chiesa, scoperta dell'America, sospetti dell'Inquisizione ...), Teresa scruta i segni dei tempi e cerca come poter **servire il Signore con un amore più grande**. Spinta dallo Spirito Santo, nel 1562 fonda un nuovo monastero, incentrato sulla vita di preghiera al servizio della Chiesa: le carmelitane scalze di San Giuseppe di Avila. Prende allora il nome di Teresa di Gesù. È l'inizio di una grande avventura visto che fonderà sedici monasteri in tutta la Spagna e inizierà, con l'aiuto di Giovanni della Croce, il ramo maschile

che vive dello stesso spirito. Genera una nuova famiglia religiosa, il Carmelo scalzo (riformato). In questi venti anni, Teresa conduce una **vita intensa e impegnativa per le sue fondazioni**: spostamenti, negoziazioni, opposizioni, intensa corrispondenza ... Si dona totalmente all'opera del Signore sino alla fine che giunge ad Alba de Tormes, il 4 ottobre 1582.

Nei suoi scritti, *La mia Vita*, *Il Cammino di perfezione*, *Il Castello interiore*, *Le Fondazioni*, ecc., la Madre ci svela la sua esperienza spirituale sulla preghiera in quanto amicizia con Gesù. Questa avventuriera di Dio dissoda le terre nuove dell'interiorità e dell'intimità divina per aiutarci a **mettere Gesù Cristo al centro della nostra vita**. La sua influenza umana, letteraria e spirituale è considerevole. Teresa sarà canonizzata nel 1622 e nel 1970 è la prima donna ad essere proclamata dottore della Chiesa con il titolo di «Madre degli spirituali».

6 vangeli, un castello con 7 dimore et 3 luoghi d'azione per una quaresima

Gli esercizi spirituali di questa quaresima 2021 intrecceranno tre fili. **I vangeli della domenica** offrono un percorso biblico ricco e strutturato: in questo anno B del lezionario, sono presi dai vangeli di Marco e Giovanni. Il secondo filo di questi esercizi spirituali è il percorso che traccia santa Teresa d'Avila nel suo **Libro delle Dimore (Mansioni) o «Castello dell'anima»**. Molti conoscono la «Madre» del Carmelo riformato che nel 1562 fondò il monastero san Giuseppe ad Avila instaurando un modo nuovo di vivere il vangelo, segnato da una semplice vita fraterna, una profonda vita interiore e un'ardente passione apostolica per la Chiesa e il mondo. Nel 1577, quando sembra che tutto il suo lavoro di fondatrice sia stato annientato, scrive la sua opera della maturità, che, prendendo l'immagine di un castello con molte stanze, descrive il percorso dell'anima dall'esteriorità delle prime mansioni verso la stanza più interiore, la settima, dove abita il Re. Ogni tappa dei nostri esercizi spirituali quaresimali farà riferimento ad una mansione proponendo alcuni estratti che per alcuni saranno motivo di una scoperta mentre motiveranno altri a leggere di più. Useremo la traduzione di padre Edoardo Martinelli, ocd (Edizioni OCD, 20195). Le sette parti (le sette mansioni) comprendono da un solo a undici capitoli. Vi faremo riferimento scrivendo, per esempio, IV M 2,3 per indicare il terzo

paragrafo del secondo capitolo della quarta mansione. Scopriremo che il percorso delle mansioni e quello del lezionario s'incroceranno felicemente. Ne ho fatto esperienza preparando questi testi per gli esercizi spirituali. Non si tratta chiaramente di forzare le cose né di stabilire concordanze artificiali. Teresa non conosceva il nostro lezionario dell'anno B né il lezionario è stato pensato sulla base del libro delle mansioni. Un percorso pasquale ha tuttavia le sue tappe obbligate. In un'occasione ho invertito l'ordine delle mansioni in ragione del lezionario: leggeremo così prima le seconde mansioni e poi le prime.

Il vangelo del mercoledì delle ceneri ci ricorda **tre opere di misericordia** tradizionali: l'elemosina, la preghiera e il digiuno. Il vangelo ci invita alla gratuità, a «dare per dare», pregando per pregare e digiunando per il Signore. Questi tre ambiti sono irrinunciabili in una vita cristiana perché riguardano tre relazioni essenziali: con il prossimo (elemosina), con Dio (preghiera) e con se stesso (il digiuno). Amore del prossimo, scoperta del volto di Dio e lavoro personale possono costituire le tre linee d'azione per questa quaresima senza perciò cadere nel rischio già ricordato della ricerca della prestazione. Ad ogni tappa degli esercizi spirituali, concludendo la meditazione, tireremo le somme sulla base di questi tre ambiti che ritroveremo sempre, più o meno forti. Sono luoghi «d'azione» ma anche di contemplazione dell'opera di Dio, ed anche di conversione. Le nostre meditazioni saranno quindi costituite da tre parti che corrispondono ai tre fili presentati. Ogni giorno inoltre, una citazione scelta dalle consorelle carmelitane di St. Maur accompagnerà passo a passo questo itinerario.

3. Qualche giorno di “rullaggio”

Il mercoledì delle ceneri e i giorni seguenti ci incamminano verso la prima domenica di quaresima, prima vera tappa del nostro percorso; essi sono come una rampa di lancio o di rullaggio, per usare il vocabolario aeroportuale: si tratta del percorso del velivolo dall'area di manovra alla pista di decollo. Questi giorni attirano la nostra attenzione sull'attrezzatura per la nostra quaresima: la gratuità (mercoledì), la preghiera (giovedì), il digiuno (venerdì), la carità (sabato).

Buon inizio di quaresima e a presto per la prima tappa!

Il programma degli esercizi spirituali

In queste settimane di quaresima, santa Teresa ci condurrà di dimora in dimora per prepararci a vivere la grande notte di Pasqua e entrare nella più interiore stanza:

- I settimana: tra le bestie e gli angeli
- II settimana: Ascoltatelo
- III settimana: grandi pulizie
- IV settimana: contemplare il mistero della Croce
- V settimana: entrare nel mistero della Croce
- Settimana santa: vivere il mistero della Croce
- Pasqua «Bisognava che Gesù risuscitasse dai morti»

Indicazioni pratiche

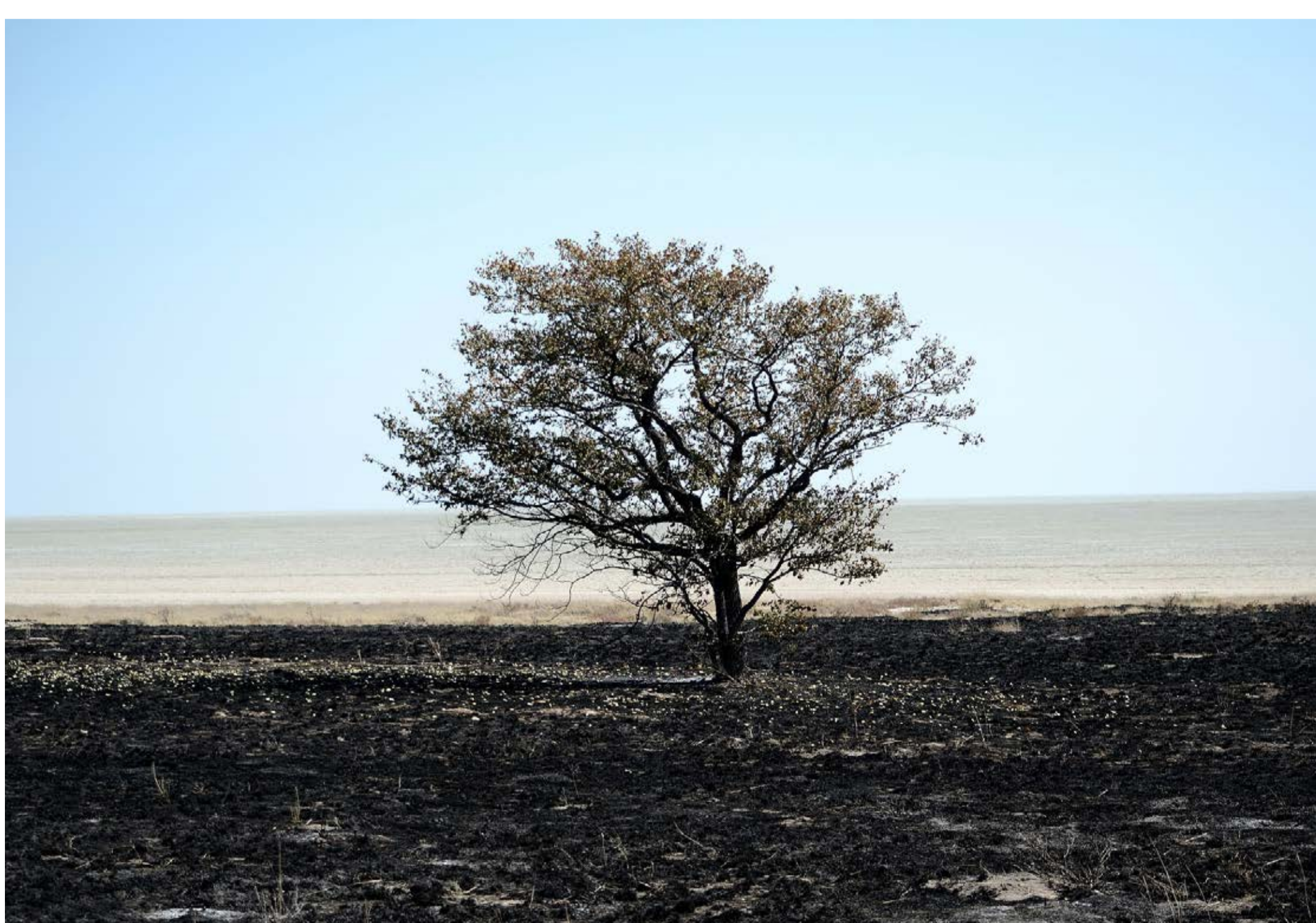
Riceverete settimanalmente, di venerdì, un messaggio di posta elettronica nel quale troverete :

- una meditazione sul vangelo della domenica di quaresima;
- la presentazione di una delle sette dimore del Castello interiore di santa Teresa d'Avila;
- brevi citazioni illustrate, tratte dal Vangelo e da santa Teresa d'Avila, per la preghiera e riflessione quotidiana.

Vi auguriamo una santa quaresima, benedetta dal Signore!

Fr. Guillaume Dehorter (convento d'Avon)

**PREGARE OGNI GIORNO DELLA SETTIMANA:
INTRODUZIONE**



**Mercoledì 17 febbraio:
dalle ceneri alla Risurrezione**

« State attenti a non praticare la vostra giustizia davanti agli uomini per essere ammirati da loro. » Mt 6, 1

« Dio è somma Verità e l'umiltà sta appunto nel camminare nella verità. È incontrovertibile verità che da parte nostra non abbiamo nulla di buono, ma unicamente miseria e nullità, al punto che chi non se ne dà per inteso cammina immerso nella menzogna. Chi invece lo comprende più a fondo, più risulta gradito alla somma Verità, perché cammina in essa. »

[VI M 10, 7 p. 270]

Camminando verso la Pasqua, guidati da Teresa d'Avila, seguiamo Cristo, Via, Verità e Vita !



« Les Pèlerins d'Emmaüs » Rembrandt, 1648

Giovedì 18 febbraio: scegliere la Vita!

« Scegli dunque la vita, perché viva tu e la tua discendenza. » Dt 30, 19

« Sua Maestà non può concederci un regalo maggiore di quello d'accordarci una vita modellata sull'esistenza vissuta dal suo amatissimo Figlio. » [VII M 4,4 p. 313]

Con gioia, decido per questa quaresima di riservarmi ogni giorno un momento per un incontro più personale con Gesù Cristo.

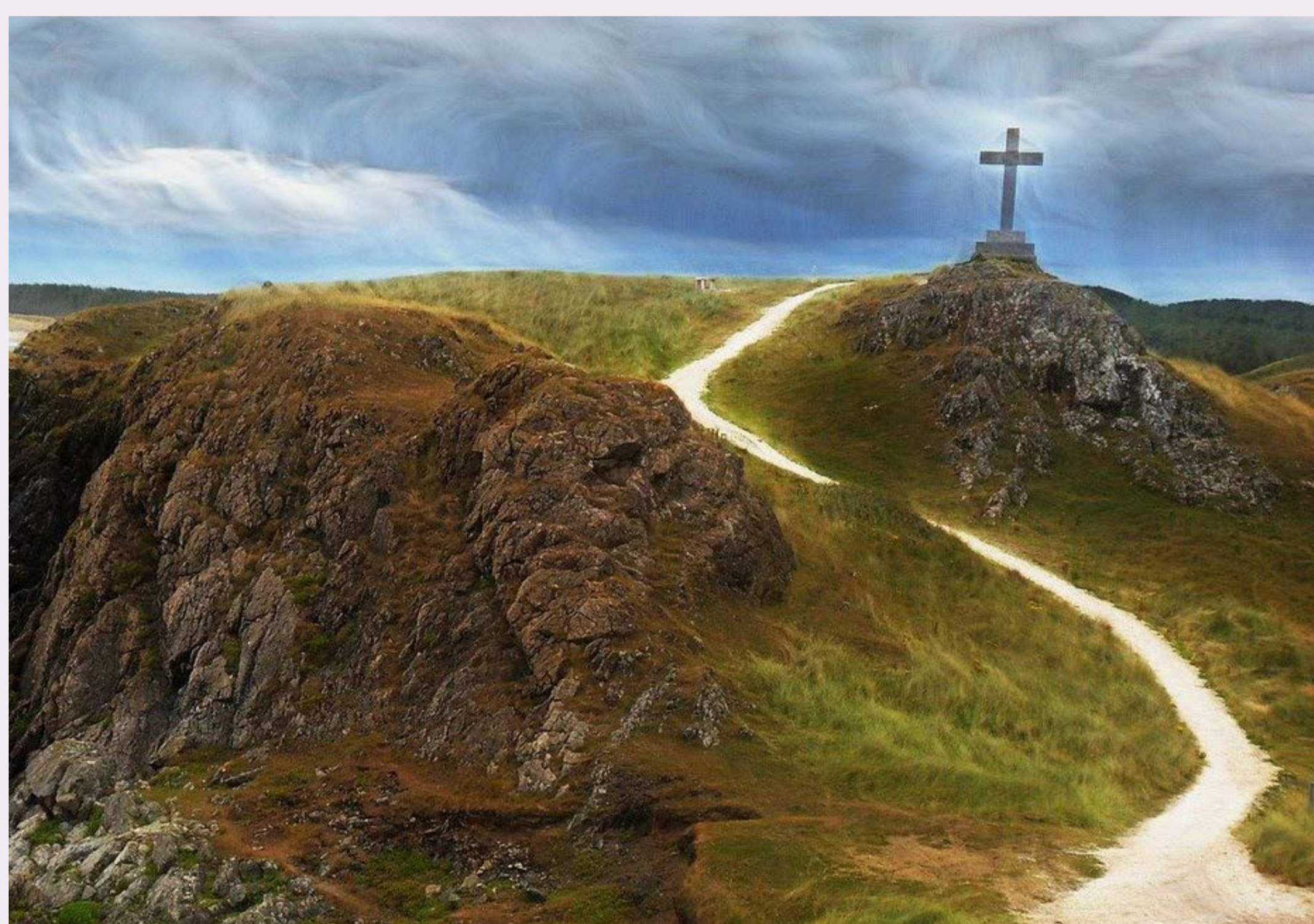


Venerdì 19 febbraio: entrare nel deserto

« Non è piuttosto questo il digiuno che voglio: sciogliere le catene inique, togliere i legami del giogo, rimandare liberi gli oppressi e spezzare ogni giogo? Non consiste forse nel dividere il pane con l'affamato, nell'introdurre in casa i miseri, senza tetto, nel vestire uno che vedi nudo, senza trascurare i tuoi parenti? » Is 58, 6-7

« Il Signore vuole opere. Vuole, ad esempio, che se tu vedi una malata cui puoi dare un po' di sollievo, non ti rincresca minimamente di lasciar perdere quella devozione pur di interessarti a lei, condividendo la sua sofferenza se prova dolore, digiunando, se occorre, pur di darle da mangiare [...]. Ecco la vera unione con la sua volontà »
[V M 3,11 p. 159s.]

Signore, apri i miei occhi, le mie mani, apri il mio cuore alla tua voce che mi chiama in questo giorno e dammi la forza di rispondere.



Sabato 20 febbraio: camminare alla sua Presenza

« Se aprirai il tuo cuore all'affamato, se sazierai l'afflitto di cuore, allora brillerà fra le tenebre la tua luce, la tua tenebra sarà come il meriggio. »
Is 58, 10

« Benedetto eternamente Colui che mi ha dato la sua luce! È sempre Lui che m'illumina quando riesco a far qualche cosa di buono. » [Fondazioni 29,24 p. 1660]

Signore, la tua Parola illumina la mia strada e quella di tutti coloro che operano per un mondo più giusto e più in pace.