



Quaresima 2017
Esercizi online con

santa Elisabetta della Trinità

Gli esercizi carmelitani online sono un'iniziativa dei Carmelitani Scalzi di Parigi, mentre la versione italiana è prodotta dai Carmelitani d'Austria con l'aiuto di p. Giacomo Gubert OCD (Roma).

Semplificarsi per irradiare Dio

Settimana santa: vivere la Pasqua di Gesù

Vangelo : Passione del Signore (Mt 26-27)

Ora, mentre mangiavano, Gesù prese il pane, recitò la benedizione, lo spezzò e, mentre lo dava ai discepoli, disse: «Prendete, mangiate: questo è il mio corpo». Poi prese il calice, rese grazie e lo diede loro, dicendo: «Bevetene tutti, perché questo è il mio sangue dell'alleanza, che è versato per molti per il perdono dei peccati. Io vi dico che d'ora in poi non berrò di questo frutto della vite fino al giorno in cui lo berrò nuovo con voi, nel regno del Padre mio»[...].

Dopo averlo crocifisso, si divisero le sue vesti, tirandole a sorte. Poi, seduti, gli facevano la guardia. Al di sopra del suo capo posero il motivo scritto della sua condanna: «Costui è Gesù, il re dei Giudei». Insieme a lui vennero crocifissi due ladroni, uno a destra e uno a sinistra. [...]

Il centurione, e quelli che con lui facevano la guardia a Gesù, alla vista del terremoto e di quello che succedeva, furono presi da grande timore e dicevano: «Davvero costui era Figlio di Dio!».

1. La meditazione della settimana: “O mio amato Cristo, crocifisso per amore” (NI 15)

Accogliere l'amore infinito nell'Eucaristia

Mediante la sua Passione, liberamente accettata, Gesù spezza il dinamismo della morte che è nell'uomo, il dinamismo del peccato. Peccato che spinge all'odio gli scribi e i farisei; peccato che conduce Pietro al rinnegamento; peccato che fa di Pilato un vile e instilla paura alla folla; peccato che addormenta i discepoli e li mette in fuga. **Di fronte a questa spinta tumultuosa del peccato, a questa spirale di violenza, Gesù resta colui che ama e amerà sino alla fine.** E lo manifesta mediante il dono del suo corpo e del suo sangue versati per la moltitudine.

Elisabetta della Trinità nutre **un grande amore per l'Eucaristia**. Durante il difficile travaglio che precedette la sua madre, una domenica, la madre domandò al cappellano del campo militare di celebrare una santa messa per la nascita e alla fine della celebrazione, Elisabetta era viva e salva. Con la preparazione alla sua prima comunione, ha iniziato a dominare il suo carattere vulcanico. Ama le istruzioni religiose che le permettono di approfondire questo grande Mistero da cui sgorga la sua preghiera: “L'istruzione di questa

sera sulla S. Eucaristia è stata meravigliosa. Mio Gesù, voglio divenire così buona che mi si possa permettere di fare la Comunione quotidiana. Allora, mio Dio, sarò al colmo dei miei voti. Riceverti ogni giorno e poi, da una Comunione all'altra, vivere unita a te. Oh! quest'intimità è il paradiso sulla terra! Accordami, ti scongiuro Gesù, questa felicità! Conosco la mia debolezza e la mia indegnità, ma non sei tu il datore della vita, il Pane che fa germinare i vergini? Non sei tu, Signore, tutta la mia forza e il mio appoggio? Ah vieni dunque, vieni ogni giorno nel mio cuore e sia esso come la tua piccola ostia. Non lasciarlo mai, Gesù diletto!" (D 150). Attraverso questa preghiera, percepiamo tutto l'amore di Elisabetta per l'Eucaristia e il suo desiderio di viverne pienamente. Che desiderio abbiamo noi dell'Eucaristia? Essa è il luogo di un incontro intimo con Gesù?

In alcune sue poesie, Elisabetta chiama Cristo "Il Diletto dell'Eucaristia" (P 45 e 52). In una lettera a don Chevignard, scrive: "Mi sembra che nulla ci dica **l'amore che è nel cuore di Dio più dell'Eucaristia. È l'unione consumata, è lui in noi e noi in lui, e non le sembra che questo sia il Cielo sulla terra? Il Cielo nella fede, in attesa della Visione faccia a faccia**" (L 165).

Nella notte del giovedì santo, la Chiesa ci invita a prenderci il tempo per vegliare presso Gesù Eucaristia. Potremmo fare nostre le parole di Elisabetta:

*"Ascoltami, ti supplico,
O Gesù Eucaristico,
accordami in questo bel giorno
la sublime virtù dell'amore"* (P 21).

In una poesia composta nel settimo anniversario della sua prima comunione, confida:

*"Non pensai che a donargli la mia
vita a ricambiare un po' del grande
amore del mio Diletto dell'Eucaristia,
ospite del mio cuore, ad inondarlo
del fiume delle sue celesti grazie"* (P 47).

Questa intimità che viviamo con Gesù deve irradiarsi, come lo scrive ad una amica: "Noi siamo le sue ostie viventi, i suoi piccoli cibori. Sì, che tutto in noi lo rifletta e lo possiamo donare alle anime" (L 54). Stare alle fonti eucaristiche, per comunicarsi al suo amore salvatore e "irradiare Dio, donarlo alle anime" (L 158).

• **Contemplare Gesù crocifisso**

Il "sangue versato" evocato durante l'Ultima Cena, cola dal corpo di Gesù Crocifisso. Dall'alto della Croce, Gesù volge uno sguardo d'amore su ogni uomo, su tutto l'uomo; uno sguardo che ci invita a vivere d'amore, a vivere per amore. Certamente, vedendo arrivare la sua ora, vedendo avvicinarsi la coppa, Gesù ha tremato; si è sentito solo. Sulla Croce, si è persino sentito abbandonato dal Padre. Ma attraverso tutto ciò, attraverso tutti i suoi sentimenti, è restato fedele. Ha vissuto la sua Passione e morte come ha vissuto la sua vita, per amore. **La sua morte è una morte donata come lo fu la sua vita, una vita totalmente donata alla missione che il Padre gli aveva affidato.** La Croce, strumento della sua Passione e della sua morte, è diventata segno di riconoscimento dei suoi discepoli. Ne ha fatto il trono della sua gloria.

Molto presto, la giovane Elisabetta ha percepito la ricchezza della Croce di Gesù. Nella sua corrispondenza con Marguerite Golot, che come lei, pensava al Carmelo, lo manifesta con evidenza. È la fonte divina dove vuole dissetarsi: "Non ci resta che fare il vuoto, staccarci da tutto perché non ci sia che lui, lui solo... e non siamo più noi a vivere, ma lui vive

in noi (Gal 2, 20). Ai piedi della croce si sente così bene questo vuoto delle creature, questa sete infinita di lui ... Egli è la sorgente, andiamo a dissetarci presso il nostro Prediletto. Lui solo può saziare il nostro cuore...” (L 49). Bisogna guardarlo e perdere di vista se stesse: “Lasciamo noi stesse e non guardiamoci più, andiamo a lui e perdiamoci in lui. Non le sembra che a momenti questo bisogno di silenzio si faccia in noi tanto più forte? **Mettiamo tutto a tacere per non udire altro che lui...** È così bello il silenzio accanto al divin Crocifisso!” (L 50). Questo silenzio è un silenzio d’ascolto: “Rimaniamo unite sempre ai piedi della croce, immobili e silenziose presso il divin Crocifisso ad ascoltarlo” (L 58).

Gli stessi consigli li dà a sua sorella Guite: “Bisogna amarsi al di sopra di tutto ciò che passa: allora nulla può separare. Amiamoci così, Guite. Amiamo lui soprattutto! E la meditazione? Ti consiglio di semplificare tutte le tue letture e di riempirti un po’ meno. Vedrai che così è molto meglio. **Prendi il tuo Crocifisso, guarda, ascolta**” (L 93). Scrive ad una amica che soffre tanto: “Da parte mia, le assicuro, gli chiedo che la sorregga nelle sue sofferenze, che non sono facili a sopportare. A lungo andare l’anima ne risente e rimane sposata. Che fare allora? Non le resta che tenersi vicino al Crocifisso e la sua muta sofferenza sarà la migliore preghiera. Il P. Lacordaire, prima di morire, quando accasciato dalla sofferenza, non poteva più pregare, chiedeva il Crocifisso e diceva: «Mi basta guardarlo». Lo guardi anche lei e troverà, presso la divina Vittima, forza e gioia nelle sue sofferenze. Questo non toglie, cara signora, che debba fare tutto quello che può per ristabilirsi in salute, senza paura di consultare il medico, pur abbandonandosi completamente nelle mani del buon Dio. Io gli chiedo di affrettare la sua completa guarigione, se questa fosse la sua volontà” (L 207). Notiamo l’ammirabile equilibrio spirituale e psicologico del consiglio dato. Esso esclude ogni masochismo e perversione.

Elisabetta trascorre molte ore nel contemplare il suo “amato Cristo, crocifisso per amore” (NI 15). Da lì trae la forza per dare un senso alla malattia che la sta consumando: “**Desidererei tanto che il Padre potesse riconoscere in me l’immagine del Crocifisso per amore**, poiché S. Paolo, il mio caro Santo, dice che Dio nella sua prescienza ci ha predestinato a questa rassomiglianza e conformità (Rm 8, 29)” (L 306). Elisabetta scrive ad una amica: “Non c’è altro legno capace come quello della croce di far divampare nell’anima il fuoco dell’amore!” (L 138).

• **Proclamare la nostra fede**

La contemplazione del mistero della Croce suscita la fede del centurione che proclama: “Davvero costui era Figlio di Dio!” Elisabetta ha meditato a lungo un passaggio della lettera di san Paolo ai Galati: “Non vivo più io, ma Cristo vive in me. E questa vita, che io vivo nel corpo, la vivo nella fede del Figlio di Dio, che mi ha amato e ha consegnato se stesso per me” (Gal 2, 20). Queste parole sono talmente presenti nel suo cuore da domandare che siano incise sul crocifisso della sua professione religiosa. Nei suoi scritti ritornano, in parte o integralmente, ventiquattro volte. La croce le rivela questo “troppo grande amore” (Ef 2, 4 secondo la Volgata) e consolida la sua fede. Perciò vuole essere “là tutta quanta, tutta desta nella [sua] fede, tutta in adorazione, tutta abbandonata alla [sua] azione creatrice” (NI 15).

Elisabetta condivide questa profonda convinzione con coloro che le sono cari; nel ritiro che scrive per sua sorella Guite, coniugata e madre di due bambini, scrive: “«Noi abbiamo conosciuto l’amore che Dio ha per noi, e noi vi abbiamo creduto» (1Gv 4, 16). Qui sta il grande atto della nostra fede. È il mezzo per rendere al nostro Dio amore per amore. È «il segreto nascosto nel cuore del Padre», (Col 1, 26) di cui parla S. Paolo. Noi lo penetriamo finalmente e tutta la nostra anima trasalisce. Allorché essa sa credere a «questo troppo grande amore che è su di lei», (Ef 2, 4) si può dire quello che è detto di Mosè: «Era incrollabile nella sua fede come se avesse visto l’invisibile» (Eb 11, 27). Non si ferma più ai gusti ed ai sentimenti, **poco le importa di sentire Dio o di non sentirlo, poco le importa**

che le dia la gioia o la sofferenza. Essa crede al suo amore. Più è provata, più la sua fede cresce perché sa andare al di là di tutti gli ostacoli per riposarsi nel seno dell'amore infinito che non può fare che opere d'amore.

Così a quest'anima tutta vigilante nella sua fede, la voce del Maestro può dire nell'intimo quella parola che egli rivolgeva un giorno a Maria Maddalena: «Va' in pace, la tua fede ti ha salvata» (Lc 7, 50)» (CF 20).

Questa domenica di Passione ci ricorda che Cristo ci ha amato e ha consegnato se stesso per noi. **Ognuno di noi è invitato a dire con san Paolo: “Mi ha amato e ha consegnato se stesso per me”**. Accogliamo il dono che ci è stato fatto.

Questa domenica di Passione inaugura la Settimana Santa che si concluderà con il Triduo Pasquale.

Gesù faremo memoria della Cena del Signore: *“Fate questo in memoria di me”*. Durante l'adorazione, saremo invitati a tenergli compagnia... Venerdì seguiremo Cristo che porta la Croce.

Venereremo questo prezioso legno da cui zampilla la vita.

Sabato saremo con lui nel sepolcro nel silenzio e nella domanda per poter accogliere, domenica mattina, la luce della Risurrezione e la potenza dello Spirito Santo che lo ha rialzato dai morti.

Con il centurione, potremo allora proclamare la nostra fede: *“Davvero costui era Figlio di Dio!”*

fr. Didier-Marie Golay, ocd (convento di Lisieux)

2. Le tre tracce settimanali per la messa in pratica

1. Decido di mostrare ad altri l'amore che ho ricevuto da Gesù Eucaristia.
2. Mi prendo il tempo per restare ai piedi della croce solidale con tutti i crocifissi del nostro tempo.
3. Rifletto sul modo in cui posso testimoniare la fede che ho ricevuto.

3. Preghiera quotidiana

Lunedì santo 10 aprile



“Maria allora prese trecento grammi di profumo di puro nardo, assai prezioso, ne cosparses i piedi di Gesù, poi li asciugò con i suoi capelli, e tutta la casa si riempì dell'aroma di quel profumo” (Gv 12, 3).
“*Ed ora non ho più che un desiderio: amarlo, amarlo in ogni momento, zelare il suo onore e formare la sua felicità, renderlo contento prepa-randogli una dimora e un rifugio nella mia anima*” (L 156).

Faccio un atto d'amore per Gesù.

Martedì santo 11 aprile

“Se Dio è per noi, chi sarà contro di noi? Egli, che non ha risparmiato il proprio Figlio, ma lo ha consegnato per tutti noi, non ci donerà forse ogni cosa insieme a lui?” (Rm 8, 31-32).

“*Rimaniamo unite sempre ai piedi della croce, immobili e silenziose presso il divin Crocifisso ad ascoltarlo e penetrare tutti i suoi segreti. Ci svelerà tutto, è lui che ci condurrà al Padre, a colui «che ci ha tanto amato da donarci il suo Unigenito»*” (L 58)



Mi sono preso il tempo per andare a ricevere il perdono del Signore?

Mercoledì santo 12 aprile



“Fatevi dunque imitatori di Dio, quali figli carissimi, e camminate nella carità, nel modo in cui anche Cristo ci ha amato e ha dato se stesso per noi” (Ef 5, 1-2)

“*Del resto è così bello, quando si ha a che fare con queste sofferenze, rivolgere lo sguardo al Maestro adorato che ha sostenuto ogni sorta di sofferenza perché «ci ha troppo amato»: in quei momenti si sperimenta la sete di rendergli amore per amore!*” (L 156).

Che io possa seguirti, te, Via, Verità e Vita...

Giovedì santo 13 aprile

“Gesù avendo amato i suoi che erano nel mondo, li amò fino alla fine...” (Gv 13, 1).
“Riusciremo mai a capire quanto siamo amati?” (L 191).

Accetto di farmi amare da Gesù, dai miei fratelli e sorelle?



Venerdì santo 14 aprile

“Cristo mi ha amato e ha consegnato se stesso per me” (Gal 2, 20).

“O mio amato Cristo, crocifisso per amore” (NI 15)

Taccio, guardo, ascolto, adoro ...

Sabato santo 15 aprile

“Se il chicco di grano, caduto in terra, non muore, rimane solo; se invece muore, produce molto frutto” (Gv 12, 24).

“Mediante «il sangue della sua croce», pacificherà tutto nel mio piccolo cielo perché sia veramente il riposo dei Tre. Mi riempirà di sé, sarò sepolta in lui e con lui rivivrò, della sua stessa vita” (UR 31)

Voglio nel silenzio, nella speranza e nell’amore, con Maria e con tutta la Chiesa.

