

MEDITAZIONE CON LE TRE POTENZE DELL'ANIMA

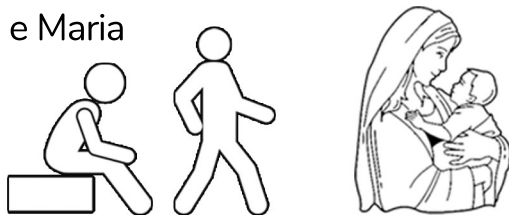
S. Ignazio di Loyola - Esercizi Spirituali

Il peccato dei progenitori (secondo peccato)

Preparazione

DISPOSIZIONE D'ANIMO

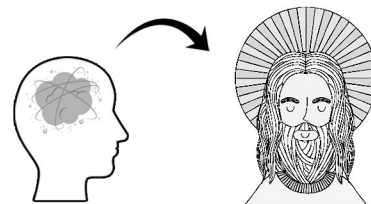
- Trovo un luogo solitario e mi dispongo al silenzio.
- Mi siedo o passeggio un poco (scelgo tra le due ciò che è più utile a rendere l'anima tranquilla)
- Penso fra me e me cosa mi predispongo a fare e davanti a Chi mi sto mettendo: Gesù e Maria



ORAZIONE PREPARATORIA

Mi metto alla presenza di Dio e lo adoro profondamente, in ginocchio o seduto, tenendo gli occhi chiusi o fissi su un'immagine, senza andare con essi vagando e seguo le indicazioni fino alla fine.

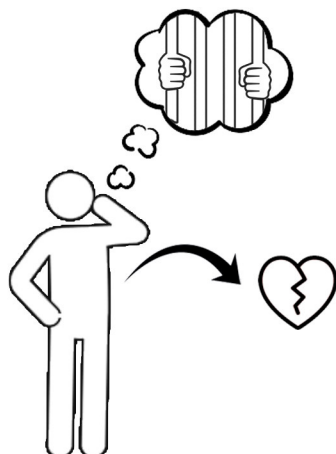
Chiedo al Signore la grazia che la mia memoria, la mia immaginazione, la mia intelligenza e la mia volontà tendano a rendergli gloria e lode



Introduzione

COMPOSIZIONE DI LUOGO

Immagino la mia anima imprigionata nel suo corpo mortale come in un carcere e io stesso, anima e corpo, in esilio tra animali senza ragione: in una valle di lacrime.



RICHIESTA A DIO

Domando di provare vergogna di me stesso e smarrimento vedendo il gran numero di quelli che sono nell'inferno, magari per un solo peccato mortale e quante volte io ho meritato di essere condannato eternamente per i tanti miei peccati.



Meditazione

MEMORIA



Faccio memoria che Adamo fu fatto con il fango della terra e fu posto nel paradiso terrestre ed Eva fu formata da una delle sue costole e che, pur essendo stato proibito loro di mangiare dall'albero della scienza del bene e del male, essi invece ne mangiarono e, subito dopo il peccato, furono cacciati dal paradiso, vestiti di tuniche di pelle e privati della giustizia originale. Passarono tutta la loro vita facendo penitenza per mezzo di grandi fatiche e sofferenze. Ricordo quanta corruzione causarono al genere umano, precipitando così tanti uomini all'inferno.

INTELLIGENZA



Con la mia intelligenza cerco di riflettere sulla disobbedienza commessa da Adamo ed Eva e confronto il loro primo peccato con le mie innumerevoli colpe. Se loro hanno perso la giustizia originale e furono cacciati dal paradiso per quest'unico peccato, quanto avrei meritato io una punizione peggiore per le mie disobbedienze? Medito anche sulla continua penitenza che i progenitori hanno dovuto vivere e confronto la mia indolenza con le loro fatiche. Penso che, se assecondassi il loro atteggiamento iniziale, anche io potrei essere trascinato, come tante anime, all'inferno.

VOLONTÀ



Muovo i miei sentimenti fino a provare vergogna e insisto sulla mia volontà perché allontani da me ogni tendenza di disobbedienza a Dio e accolga ogni fatica e sofferenza col desiderio di espiare i miei peccati.

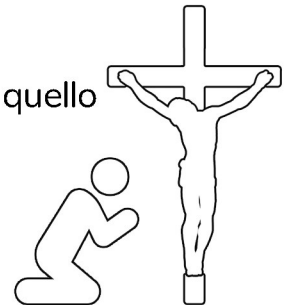
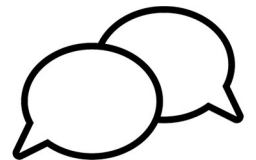
Colloquio davanti a Gesù crocifisso

Dialogo come un amico parla a un amico: raccontando le proprie cose, chiedendo consiglio o aiuto per esse.

Oppure dialogo come un servo con il suo Signore: chiedendo qualche grazia o accusandomi di qualche colpa.

Mi **immagino** davanti a Gesù Cristo nostro Signore posto in croce e gli dico quello che la mente e l'affetto mi suggeriscono.

Posso, per esempio, chiedermi:



- Perché il Creatore infinito si è fatto creatura e ha accettato di farsi uomo fino a morire per i miei peccati?
- Che cosa ho fatto finora per Cristo che sia degno nota? Cosa sento di dover fare? Cosa ho deciso di fare?

Padre nostro