

porto ancora addosso? Quanto mi sto rivestendo dell'uomo nuovo? Quali virtù, quali sentimenti e azioni di amore vedo che crescono nella mia persona e nel mio comportamento?

Per essere concertati, confrontiamoci con gli elenchi che S. Paolo propone ai cristiani di Colossi.

1. Confrontiamoci con le caratteristiche dell'uomo vecchio: "impurità, immoralità, passioni, desideri cattivi e quella cupidigia che è idolatria... ira, animosità, cattiveria, insulti e discorsi osceni, che escono dalla vostra bocca. Non dite menzogne gli uni agli altri".  
Chiediamoci:
  - mi ritrovo addosso ancora alcuni di questi vizi e comportamenti di peccato? Me ne ritrovo altri che S. Paolo non elenca ( l'elenco dell'apostolo non è esaustivo)
  - Mi accorgo che, in passato, di alcuni ero più schiavo e un po' alla volta mi sono abbastanza liberato?
  - Quali sono quelli che tutt'ora sono più forti e dominano la mia volontà?
2. Confrontiamoci con le caratteristiche dell'uomo nuovo: "rivestitevi dunque di sentimenti di tenerezza, di bontà, di umiltà, di mansuetudine, di magnanimità, sopportandovi a vicenda e perdonandovi gli uni gli altri, se qualcuno avesse di che lamentarsi nei riguardi di un altro. Come il Signore vi ha perdonato, così fate anche voi. Ma sopra tutte queste cose rivestitevi della carità, che le unisce in modo perfetto .. La parola di Cristo abiti tra voi nella sua ricchezza. Con ogni sapienza istruitevi e ammonitevi a vicenda con salmi, inni e canti ispirati, con gratitudine, cantando a Dio nei vostri cuori"  
Chiediamoci:
  - quali di queste qualità e virtù mi ritrovo capace di vivere?
  - Quali, lungo gli anni, ho imparato a vivere meglio?
  - In quali, in modo particolare, desidererei crescere?

**N.B.** Non possiamo pretendere di confrontarci su tutti questi aspetti della nostra vita nel tempo che abbiamo oggi a disposizione. Possiamo, però, iniziare e poi continuare nel prossimo mese trovando tempi di silenzio e di preghiera personale.

**QUARTO INCONTRO**  
**DOMENICA 7 FEBBRAIO 2016**

**FACCIAMO UN ESERCIZIO DI DISCERNIMENTO:  
RICONOSCIAMO LE NOSTRE SCHIAVITU' E I PASSI  
VERSO LA LIBERTA'**



**Dalla lettera di San Paolo Apostolo ai Colossesi (Col 3,1-17)**

«Se dunque siete risorti con Cristo, cercate le cose di lassù, dove è Cristo, seduto alla destra di Dio; rivolgete il pensiero alle cose di lassù, non a quelle della terra. Voi infatti siete morti e la vostra vita è nascosta con Cristo in Dio! Quando Cristo, vostra vita, sarà manifestato, allora anche voi apparirete con lui nella gloria.

Fate morire dunque ciò che appartiene alla terra: impurità, immoralità, passioni, desideri cattivi e quella cupidigia che è idolatria; a motivo di queste cose l'ira di Dio viene su coloro che gli disobbediscono. Anche voi un tempo eravate così, quando vivevate in questi vizi. Ora invece gettate via anche voi tutte queste cose: ira, animosità, cattiveria, insulti e discorsi osceni, che escono dalla vostra bocca. Non dite menzogne gli uni agli altri: vi siete svestiti dell'uomo vecchio con le sue azioni e avete rivestito il nuovo, che si rinnova per una piena conoscenza, ad immagine di Colui che lo ha creato. Qui non vi è Greco o Giudeo, circoncisione o incirconcisione, barbaro, Scita, schiavo, libero, ma Cristo è tutto e in tutti. Scelti da Dio, santi e amati, rivestitevi dunque di sentimenti di tenerezza, di bontà, di umiltà, di mansuetudine, di magnanimità, sopportandovi a vicenda e perdonandovi gli uni gli altri, se qualcuno avesse di che lamentarsi nei riguardi di un altro. Come il Signore vi ha perdonato, così fate anche voi. Ma sopra tutte queste cose rivestitevi della carità, che le unisce in modo perfetto. E la pace di Cristo regni nei vostri cuori, perché ad essa siete stati chiamati in un solo corpo. E rendete grazie!  
La parola di Cristo abiti tra voi nella sua ricchezza. Con ogni sapienza istruitevi e ammonitevi a vicenda con salmi, inni e canti ispirati, con gratitudine, cantando a Dio nei vostri cuori. E qualunque cosa facciate, in parole e in opere, tutto avvenga nel nome del Signore Gesù, rendendo grazie per mezzo di lui a Dio Padre»

## 1. QUANTO ABBIAMO VISTO FINORA

Ognuno ha una sua "stanza interiore" che la Sacra Scrittura chiama anche "cuore" e la tradizione cristiana "coscienza". È lì che noi prendiamo con la nostra libertà tutte le decisioni, giuste o sbagliate. Nella stanza interiore abbiamo *due ospiti* che influenzano la nostra libertà: il demonio con le sue tentazioni e lo Spirito Santo di Gesù con le sue ispirazioni ci dà luce e forza.

Dopo il battesimo, la vita del cristiano è come l'esperienza dell'esodo degli ebrei: un cammino *dalla schiavitù alla libertà*. In questo cammino la nostra libertà è ostacolata dalle tentazioni del demonio e, invece, aiutata e rafforzata dallo Spirito Santo.

È decisivo saper riconoscere le tentazioni per lottare contro di esse, come ha fatto Gesù nel deserto. E riconoscere le ispirazioni e gli aiuti dello Spirito Santo per seguirli.

Per saperle riconoscere bisogna saper fare un esercizio interiore che si chiama "discernimento spirituale". Bisogna rientrare in noi stessi, ricordare quello che abbiamo vissuto e distinguere quando e come abbiamo ceduto alle tentazioni e quando e come abbiamo seguito lo Spirito Santo. Questo discernimento è chiamato anche *esame di coscienza*.

## 2. FACCIAMO UN ESERCIZIO DI DISCERNIMENTO SPIRITUALE

Proviamo, oggi, a mettere in pratica quello che ci siamo detti finora sull'importanza di fare chiarezza e ordine nella nostra stanza interiore con il discernimento spirituale – o esame di coscienza – scoprendo in che modi il demonio ci condiziona e in che modi lo Spirito Santo ci sta aiutando a crescere nell'amore. In altre parole, propongo un esercizio di discernimento spirituale sulla nostra attuale vita cristiana.

Proveremo a fare il punto della nostra situazione personale, rientrando in noi stessi e confrontandoci con domande precise, quali: *che valutazione dò alla mia vita di cristiano? In base a quali prove dò questa valutazione? Ricordando l'ultimo periodo della mia vita (uno, due anni o più) come mi sembra sia stato l'andamento? Vedo che c'è stata una maturazione? O un regresso? O una situazione stazionaria? Da quali segnali faccio queste valutazioni.*

Ci illumina in questo discernimento, la Parola di Dio col brano di Col 3,1-17. Lo commento brevemente per facilitare la meditazione personale.

### **Colui che ha incontrato Gesù ed è stato battezzato in lui è entrato in una vita nuova.**

Incontrare Gesù e ricevere il battesimo, confessando la fede in lui, non porta ad un piccolo cambiamento della propria mentalità e condotta di

vita, come potrebbe succedere ascoltando o leggendo gli insegnamenti di un maestro spirituale.

S. Paolo parla di morte e di risurrezione. Un certo "uomo vecchio" è morto al momento del battesimo e Gesù ci ha uniti a sé ("la vostra vita è nascosta con Cristo in Dio") per fossimo "uomini nuovi" come lo è lui. La nostra vita non finirà nella morte perché "siamo risorti con Cristo". Già ora viviamo ogni giorno uniti a lui e lo saremo in eterno, anche quando arriverà il momento della morte fisica. Per il cristiano quello è il momento della "vera nascita" alla vita nuova nella quale c'è Gesù risorto con Maria e tutti i Santi. Per i Santi, infatti, la Chiesa festeggia il giorno della morte fisica e lo chiama "dies natalis", il giorno della nascita. Attraverso questa nascita sono passati tanti parenti e amici che abbiamo amato e stimato e che continuano a starci vicino con il loro amore.

### **Col battesimo Gesù ci ha uniti a sé e per questo da "uomini vecchi" siamo diventati "uomini nuovi", assomigliando a lui.**

S. Paolo ricorda che, anche dopo il battesimo, restano attaccati a noi brandelli dell'uomo vecchio. E il demonio, con le sue tentazioni, ci spinge a tenerceli attaccati. Ecco, allora, l'importanza di mantenere vivo il desiderio di "svestirci dell'uomo vecchio", di farlo morire del tutto, staccandoci di dosso ogni suo residuo. L'apostolo fa anche un elenco concreto di dei principali residui di uomo vecchio (sono i vizi, le debolezze, i peccati) per aiutare i suoi cristiani a fare "discernimento"; cioè, a riconoscerli e chiamarli per nome.

### **Mentre di purificano dai brandelli di uomo vecchio, S. Paolo invita i suoi cristiani e rivestirsi completamente dell'uomo nuovo.**

Fa un elenco, anche, delle qualità che caratterizzano il vero cristiano. Leggendole bene, ci accorgiamo che sono le qualità che ha avuto Gesù. Lo Spirito Santo, ricevuto nel battesimo e negli altri sacramenti ci aiuta a vivere queste qualità (che sono le virtù, le opere buone, tutti i sentimenti e gesti di amore). Più le viviamo e più abbiamo la gioia di assomigliare a Gesù.

## 3. QUANTO SIAMO ANCORA "UOMINI VECCHI" E QUANTO STIAMO DIVENTANDO "UOMINI NUOVI"? FACCIAMO UN DISCERNIMENTO SULLA NOSTRA ATTUALE SITUAZIONE.

Riprendiamo, adesso, le domande fatte sopra: che valutazione dò alla mia attuale vita di cristiano? Osservando il cammino fatto, ho maturati? Ho regredito? Sono stazionario? Usando l'immagine di S. Paolo, ci chiediamo: *Quanto mi sono svestito dell'uomo vecchio? Quali residui mi*