

## Gli esercizi spirituali

Gli Esercizi spirituali sono una forte e profonda esperienza di Dio, attraverso il contatto quotidiano con la Parola.

Sono vissuti nel silenzio, perché il silenzio è il luogo privilegiato in cui ascoltare la Parola del Signore ed i movimenti del proprio cuore.



Gli esercizi spirituali, come li intendeva Sant'Ignazio di Loyola, non hanno lo scopo di accrescere la cultura religiosa, teologica, biblica, spirituale o pastorale della persona, ma sono una scuola di preghiera e di libertà, per imparare a discernere la volontà del Signore nella propria vita e fare scelte evangeliche.

La pedagogia ignaziana mette l'accento sul "sentire e gustare le cose interiormente" Infatti, attraverso l'esperienza della sua Parola, che è sempre una parola viva, Dio parla al cuore dell'uomo, risuonando in esso.

## Informazioni

Per informazioni sul corso potete contattare:

Suor Gabriella Mian  
cell. 347.0975675

E-mail: [gabri.adgb@gmail.com](mailto:gabri.adgb@gmail.com)

Sito web con tutte le proposte di preghiera:

<https://lnx.frammenti.org/iniziativeignaziane/>

## Sede ed iscrizioni

Centro di Spiritualità Canossiane  
San Gioacchino al Castello

Via Aldo Moro, 13

23811 Ballabio (Lecco)

[www.sangioacchinoballabio.it](http://www.sangioacchinoballabio.it)

Per informazioni sulla casa e iscrizioni:

Suor Eleonora Caccia  
cell. 339.5993416

E-mail: [elevillaggio@gmail.com](mailto:elevillaggio@gmail.com)



# ESERCIZI SPIRITUALI IGNAZIANI

## 2022

*aperti a tutti*



LA LETTERA AI FILIPPESI.  
LA LETTERA  
DELLA GIOIA.

**16-23 OTTOBRE**

Centro di Spiritualità  
San Gioacchino al Castello  
Ballabio (Lecco)

## L'esperienza proposta

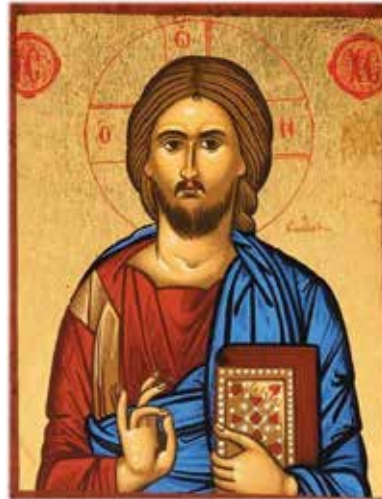
Si articola in quattro momenti specifici:

- \* gli spunti sui testi della Sacra Scrittura offerti da suor Gabriella mentre le istruzioni da Maria Luisa e da don Cesare;
- \* gli esercizi di preghiera, esercitazioni pratiche da fare con modo e ordine suggeriti di volta in volta;
- \* l'esame della preghiera, dopo ogni esercizio, per verificare come è andata la preghiera;
- \* il colloquio con la guida che accompagna il cammino, occasione di confronto su come procede la preghiera per imparare a cogliere più in profondità l'azione di Dio.

La **PAROLA DI DIO** - cercheremo di approfondire una delle lettere paoline, quella rivolta alla comunità cristiana di Filippi, che è stata definita la lettera della gioia. Per questo corso ho preso spunto da alcune riflessioni scritte da una consacrata per coloro che sono detenuti nel carcere di San Vittore a Milano.

## Le date

Gli esercizi inizieranno la sera di **sabato 16 ottobre** e termineranno la mattina di **sabato 23 ottobre**.



## L'equipe

Gli esercizi saranno guidati da:

### **Suor Gabriella Mian**

*Ancella di Gesù Bambino, guida di esercizi spirituali ignaziani nelle varie forme e accompagnatrice spirituale.*

### **Don Cesare Curcio**

*Guida di esercizi spirituali ignaziani e accompagnatore spirituale.*

### **Coniugi Fulvio e Maria Luisa Zivoli**

*Guide spirituali.*

## Testimonianze

*“Gli Esercizi di Sant’Ignazio, che da circa 15 anni ho avuto la grazia di iniziare, sono l’“appuntamento” importante di ogni anno per stare più tempo con il Signore. Nel mese di ottobre 2020, dal 19 al 25, nemmeno il Covid mi ha impedito di mancare alla settimana ignaziana: eravamo un bel gruppo e tutto ben organizzato come sempre, con qualcuno ci si ritrova ogni anno ed è bello poter condividere con laici, sacerdoti e altre religiose giorni molto intensi di preghiera. La settimana ignaziana è un tempo forte nel quale stacco “la spina” e sto con il Signore. Non nascondo che nei primi due giorni sento un po’ la fatica, non è facile mettere tutto a tacere e lasciare che sia solo la Parola a scandagliare le profondità del cuore. L’esperienza di questi anni mi ha insegnato ad ascoltare i movimenti degli spiriti, a discernere i pensieri che vengono da Dio e i pensieri negativi. Anche l’esercizio di discernimento ogni anno è una scoperta nuova, mi apre spiragli nuovi che mi permettono di vivere poi nella quotidianità con me stessa, con Dio e con i fratelli relazioni più vere. Come dice sr. Gabriella proprio tutto è grazia! Sì, perché anche la guida che ti ritrovi accanto e che non hai scelto è sempre la persona giusta per quell’anno. Perché è vero che il Signore sa di che cosa abbiamo bisogno e molte volte affannarsi o preoccuparsi non serve.”*

*(Sr. Matilde)*

