
RIFORMA DI VITA

Nel n. 169 degli esercizi Sant'Ignazio troviamo un preambolo per fare elezione nel quale il santo parla delle disposizioni che bisogna avere per fare l'elezione; questo vale non soltanto per l'elezione di uno stato di vita, ma anche per scegliere i mezzi per raggiungere la nostra perfezione, quindi siccome in questa parte degli esercizi noi dobbiamo cominciare a riordinare la nostra vita – avendo come modello Cristo – e dobbiamo scegliere, prendere decisioni... conviene prenderlo in considerazione... ovviamente questo consiglio di sant'Ignazio vale anche fuori dagli esercizi.

Di Sant'Ignazio dice nel n. 169

“Per fare una buona elezione, in quanto dipende da me, bisogna che l'occhio della mia intenzione sia semplice e indirizzato soltanto al fine per cui sono creato, cioè la lode di Dio nostro Signore e la salvezza della mia anima. Perciò, qualunque sia la mia scelta, deve essere tale da aiutarmi a raggiungere il fine per cui sono creato, non subordinando o piegando il fine al mezzo, (Il tipo di uomo) ma il mezzo al fine”.

E poi dà degli esempi: accade che alcuni scelgono di sposarsi e poi di servire Dio, ma questo vale non soltanto per gli stati di vita, come il matrimonio o la vita religiosa ma anche per esempio per la scelta dei beni, degli incarichi, ecc. Se non si ha questa disposizione invece di fare la volontà di Dio, si finisce per cercare che Dio venga incontro alle nostre affezioni, come il secondo tipo di uomini (secondo binario). Dice Sant'Ignazio:

Infatti accade che molti prima scelgono di sposarsi e poi di servire Dio nel matrimonio, mentre lo sposarsi è un mezzo e servire Dio è il fine; così pure

vi sono altri che prima desiderano ottenere benefici ecclesiastici e poi servire Dio in essi. In questo modo essi non vanno direttamente a Dio, ma vogliono che Dio venga direttamente incontro alle loro affezioni disordinate; così fanno del fine un mezzo e del mezzo un fine, e quello che dovrebbero mettere per primo, lo mettono per ultimo. Perciò devo propormi prima di tutto il voler servire Dio, che è il fine, e poi, se è più conveniente, di ricevere un beneficio o di sposarmi, che sono mezzi per il fine. Nulla dunque deve spingermi a prendere questi mezzi o a rinunciarvi, se non unicamente il servizio e la lode di Dio nostro Signore e la salvezza eterna della mia anima.

Quindi, nella riforma della propria vita questa deve essere la domanda fondamentale: Che cosa devo fare per servire meglio Dio nel mio stato di vita? Da che cosa mi devo appattare? Che cosa devo togliere alla mia vita, che mi impedisce e mi è di ostacolo per questo fine?... queste sono le domande fondamentali.

Dopo aver spiegato i modi per fare un'elezione retta (nn. 178-188), Sant'Ignazio nel n. 189 dà una nota per riformare ed emendare il proprio stato di vita:

[189] PER EMENDARE E RIFORMARE IL PROPRIO STATO DI VITA

“Un'avvertenza per coloro che sono legati a una dignità ecclesiastica o al matrimonio, sia che abbiano molti beni terreni, sia che non ne abbiano. Se non hanno la possibilità o la risoluta volontà di fare l'elezione su cose soggette ad elezione mutabile, giova molto, invece di proporre loro l'elezione, presentare un metodo per emendare e riformare lo stato di vita proprio di ciascuno, indirizzando la loro esistenza e il loro stato di vita alla gloria e lode di Dio nostro Signore e alla salvezza della propria anima. Per raggiungere e conseguire questo fine, chi si trova in tale condizione deve ruminare, attraverso gli esercizi e i modi di fare l'elezione già spiegati [175-188], quale genere di casa e di servitù deve avere, come dirigerla e

governarla, come educarla con la parola e con l'esempio; così anche riguardo ai suoi averi, quanto destinare per la famiglia e la casa e quanto per essere distribuito ai poveri o in altre opere pie, senza volere o cercare, in tutto e per tutto, nient'altro che la maggior lode e gloria di Dio nostro Signore.

Ciascuno, infatti, deve pensare che tanto progredirà nella vita spirituale, quanto si

libererà dell'amore di sé, della propria volontà e del proprio interesse”.

Dunque questo vale non soltanto per le cose disordinate che sono in noi, che noi ovviamente dobbiamo correggere o allontanarne, ma anche per i mezzi positivi che dobbiamo usare, chiedendomi concretamente: in che modo io posso dare più gloria a Dio? Ricordiamo sempre la che la legge del tanto quanto ha questa parte positiva di usare le cose che mi conducono al fine per il quale sono stato creato.

Andando a cose più pratiche: su che cosa dovremo prendere delle decisioni?

È bene avere un **programma di vita**... (questo normalmente si fa negli esercizi spirituali).

Non è necessario ogni volta che uno fa gli esercizi fare un nuovo programma di vita, ma almeno di emendarlo, correggerlo. Quindi fare quello che si chiama **riforma di vita**.

Non è necessario neanche fare molti propositi, è importante fare propositi che siano realistici ed efficaci. Quindi non riempirsi di propositi utopici e tra un mese ci accorgiamo che non abbiamo fatto niente... ma andare alle cose fondamentali, in queste cose agire con grande risolutezza, fin dal giorno in cui finiamo gli esercizi, senza dilazioni, non fare un proposito che sarà applicato dal prossimo lunedì,... noi se finiamo gli esercizi lunedì, dal martedì comincio. Cominciare subito, con risolutezza, con volontà ferma e decisa.

In questa riforma di vita, un ruolo del tutto particolare ce l'ha l'esame particolare. L'esame sul difetto dominante, o esame sulla virtù mancante, o la virtù che in noi è debole, che noi vogliamo che aumenti. Se non

troviamo materia sufficiente per certi difetti piccoli, cerchiamo di praticare una virtù e puntiamo a una virtù importante... puntiamo sulla carità, sull'umiltà, sull'amore alla croce, alle umiliazioni, puntiamo sulla docilità allo spirito Santo. Quindi quest'esame particolare si farà sui difetti da correggere o sulle virtù per le quali abbiamo visto negli esercizi che abbiamo molto da migliorare. Non si tratta di cambiare tutto, ma di emendare, di correggere.

L'esame particolare è un mezzo fondamentale di santificazione. La vita spirituale e una vita, quindi qualcosa di vivo, se non si ha qualcosa di concreto su cui lavorare, non si lavora per niente, "si danno pugni all'aria" come dice San Paolo... ma dare pugni all'aria non serve a niente nel combattimento. Quindi praticare l'esame particolare con perseveranza.

Adesso nominerò alcuni ambiti della nostra vita che conviene ricordare per vedere se ci sono delle cose da riformare.

Orienta la tua vita più decisamente verso Cristo, attraverso la preghiera, il lavoro, la vita familiare, lo studio, l'apostolato...

Un progetto di vita. È meglio scrivere il tuo piano, progetto oppure disegno di vita. Deve essere ben bilanciato, non troppo generoso da non poterlo compiere, non troppo generico da non poter fare concreti progressi.

Puoi organizzarlo in parti, per esempio:

Vita di famiglia: i tuoi compiti di figlio, amico...

Lavoro: i tuoi doveri di lavoro, avendo una visione di fede della tua professione, dando buon esempio...

Preghiera: quanto e quali preghiere, al mattino, alla sera, il Rosario...

Studio: specialmente del catechismo, approfondisce la tua fede...

Apostolato: quando, con chi, quanto tempo...

Riposo, divertimenti, sport, non dimenticare queste cose, e in quale misura...

Esercizi spirituali Online – Quaresima 2025
35ª Meditazione

La tua vita quotidiana:

Levarsi alle...

Preghieria del mattino, lettura meditata del santo Vangelo...

Lavoro...

Vita in famiglia...

Preghieria del Rosario...

Santa Messa, oppure Comunione...

Studio...

Tutte le settimane: Confessione.... Apostolato.... Riposo....

Tutti i mesi: il ritiro mensile, il primo Venerdì, il primo Sabato...

Tutti gli anni: ritorna a fare gli esercizi spirituali...

I tuoi concreti proponimenti:

Cercherò di correggermi in questo difetto (oppure peccato)...

Mi impegnerò nel praticare tale virtù...

Cercherò di farlo attraverso questi mezzi...

Sii perseverante nei tuoi propositi, devono esser pochi (anzi soltanto uno),
scriverli nel tuo quaderno e nella tua coscienza.