



Rege, o Maria!



CATECHESI 01

Esame di coscienza dello schiavo d'amore di Gesù in Maria

P. Huppert



Esame di coscienza

dello schiavo d'amore di Gesù in Maria

Diamo qui un esame di coscienza sulla pratica della perfetta devozione alla Santissima Vergine, insegnato da San Luigi Maria Grignion di Montfort. Si deve fare per intero una volta all'anno, nei santi esercizi così come anche nel rinnovo annuale della Consacrazione secondo il desiderio di Montfort e anche nei ritiri mensili.

Si può e si deve fare anche quotidianamente in modo parziale, prendendo da questo le parti che corrispondono alla pratica spirituale della santa schiavitù in cui in cui uno si esercita in modo particolare.

Si potrebbe anche, per l'esame di coscienza generale, selezionare le parti che diamo e dopo prenderne una per ogni giorno della settimana. Come mezzo per facilitare questa pratica abbiamo messo nel margine le iniziali di questi giorni

Fuori dai momenti del giorno specialmente destinati a detto esame, si raccomanda con insistenza al fervoroso schiavo di Maria che con frequenza, per esempio ogni ora, entrando in sé stesso, si domandi: «Sono stato in questa ora un vero schiavo di Gesù e di Maria? Madre divina, Vi ho accontentata in questa ora che ho appena vissuto?».

Preambolo

Caro figlio e schiavo della Santissima Vergine, è la tua stessa Madre e Maestra che si presenta innanzi a te. È Lei che viene a chiederti conto di come hai praticato la sua perfetta Devozione. Mettiti nettamente alla sua presenza... Rispondi sinceramente alle sue domande materne: tu non oseresti mai occultarle nulla.

Inizia chiedendole molto umilmente la sua grazia, che ti illumini per vedere chiaramente le cose della tua anima... E chiedile che questo esercizio sia di grande utilità per farti progredire nei sentieri di Dio

I. L'atto di consacrazione e sue conseguenze

«Vi consacro, in qualità di schiavo, il mio corpo e la mia anima, i miei beni interiori ed esteriori, lasciando intero e pieno diritto di disporre di me e di quanto mi appartiene, senza eccezioni, secondo il vostro beneplacito».

Domenica **1° Dipendenza attiva**



1° Figlio mio: Hai **rinnovato** ogni giorno dopo esserti svegliato e dopo frequentemente durante il giorno il tuo atto di consegna totale a Gesù per mano mia? Lo hai fatto **seriamente**, coscientemente, con l'idea ben chiara e la volontà decisa di abbandonarmi realmente la proprietà di tutto quello che entra in questa donazione?

2° Hai vissuto nella convinzione e nell'**abituale pensiero** che mi appartieni realmente e per intero? Hai rispettato i miei **diritti di possesso** su tutto quanto mi hai abbandonato, corpo e anima, sensi e facoltà, beni e forze, non servendoti di tutto questo più che alla mia intenzione e con la mia approvazione

3° Mi **hai detto** abitualmente, almeno alcune volte durante il giorno, se potevi usare questo corpo, questi sensi, queste facoltà, questi beni che mi hai concesso?

4° Questo **corpo** che mi hai consacrato, lo hai trattato unicamente secondo le mie intenzioni e desideri? Lo hai alimentato e curato convenientemente, evitando negligenza, non usando e sprecando le sue forze? Lo hai lusingato, adulato, viziato soddisfacendo tutte le sue esigenze e capricci? Non hai fatto di lui un oggetto di ridicola e colpevole vanità cercando di attrarre lo sguardo delle creature? Hai trattato e vestito questo corpo con grande modestia? Non hai fatto di esso uno strumento di peccato, di scandalo, per tracce e abitudini leggere, appariscenti e colpevoli? Hai castigato e ridotto in schiavitù questo corpo peccaminoso con la pratica valorosa della mortificazione cristiana, restringendo tutto ciò che è lussuoso e superfluo nel riposo, nel cibo, nei mobili, nei vestiti, ecc. andando coraggiosamente a intralciarli nei loro gusti e preferenze?

5° Questi **occhi** di uno schiavo d'amore non sono stati impiegati in sguardi pericolosi e colpevoli, in letture mondane o in spettacoli proibiti, o almeno in vane curiosità e sguardi inutili?

6° Queste **orecchie** non sono servite per ascoltare canzoni che turbano, conversazioni pericolose, per sentire quello che non ti spetta o in qualunque uso solamente curioso?

7° Questa **bocca** o lingua, non ti sono servite per discorsi contrari alla modestia, alla carità o hai parlato in ore in cui per la Regola o il Regolamento avresti dovuto fare silenzio in ragione dei tuoi doveri?

8° La tua **immaginazione** e la tua **intelligenza**, le hai utilizzate secondo i miei desideri? Le hai utilizzate generosamente, secondo i doveri del tuo stato, per studiare, per riflettere, per meditare, per pregare? Non ci sono state nei tuoi esercizi di pietà distrazioni consentite o meglio respinte con mollezza? Non devi rimproverarti pensieri pericolosi, immagini leggere e sensuali, fantasticherie malsane, curiosità disordinate?



9° Il tuo **cuore** non ha acconsentito in naturali antipatie evitando le persone che non gradisci, criticando i suoi difetti, mettendo una faccia ostile e rifiutandoti di aiutarle? E nel tuo cuore non si è infilato alcun affetto troppo naturale, troppo vivo o sensuale che non ha a che vedere per niente con lo stato di vita che hai?
vivo o sensual, que no entra para nada en las exigencias del estado de vida que tienes?

10° La tua **volontà** è stata abitualmente unita a quella di Gesù ed alla mia? E di solito, non cerchi la tua volontà senza preoccuparti di conoscere e realizzare soprattutto quella di Dio? Il tuo motto, non è stato quello del vero schiavo d'amore: «Non la mia volontà se non la vostra ob Gesù, ob Maria»?

11° I tuoi **beni temporali** sono miei... Hai fatto uso di questi con poco attaccamento, senza dipendere da loro? Non hai un attaccamento eccessivo a questi oggetti: denaro, mobili, gioielli, vestiti? Non c'è nella tua vita un lusso esagerato? Hai investito in compre inutili? Hai tenuto conto dei miei desideri di dare una parte dei tuoi beni per opere pieuose o caritative: i poveri, le Missioni, le opere di propaganda mariana? Hai vissuto guardando alla semplicità e alla povertà di Gesù e di tua Madre?

12° Che uso hai fatto delle tue **forze**? Come hai impiegato il tempo che mi era consacrato? Lo hai usato in modo serio, come lo esigono i tuoi doveri di stato e il regolamento di vita che ti sono stati prescritti? Hai dato il tempo necessario ai tuoi esercizi di pietà, al lavoro, ecc.? Questo tempo prezioso, non si è sprecato in cose inutili? Che responsabilità, che accuse nell'ira del giudizio!

Lunedì 2° Dipendenza passiva

13° Esamina adesso, figlio molto amato e schiavo carissimo, se hai rispettato bene nella pratica della tua vita «*questo diritto pieno*» che mi avevi riconosciuto «*di disporre di tutto quello che ti appartiene, secondo il mio beneplacito*». Hai ricevuto con gioia, con sottomissione, o per lo meno rassegnato, quello che Gesù ha deciso e disposto su di te?

14° Hai ricevuto con gratitudine la **salute** e hai pensato di ringraziarmi per essa? Non sei stato impaziente, non hai mormorato quando il tuo corpo ha avuto freddo, quando ha avuto caldo, fame o sete, inconvenienti o dolenzie o infermità?

15° Hai accettato rassegnato quando l'ho permesso, che soffrissi qualche infrangimento nella tua **reputazione**, quando ti hanno dato meno stima, meno affetto, quando ti si è mostrata apertamente sfiducia in ciò che ti concerneva, quando ti hanno calunniato o ingiuriato?



16° Quali sono stati i tuoi sentimenti quando hai dovuto soffrire una perdita nei tuoi **beni temporali**, quando hai dovuto sopportare gli inconvenienti della povertà o dell'indigenza?

17° Ti sei sentito appagato con umiltà dei **talenti** che ti sono stati concessi, dalla condizione sociale in cui vivi, della situazione che godi, dell'incarico che devi compiere, delle circostanze in cui devi vivere...? tutto quello è volontà di Gesù su di te ed è la mia.

18° La tua anima non è stata inquieta, turbata, scontenta, quando a causa della prova, della malattia, della morte io disponevo dei tuoi **familiari**, delle persone che amavi, della Congregazione a cui appartieni? Tu mi hai riconosciuto come Padrona e Sovrana di quanto è tuo. Devi saper rispettare i miei diritti di sovranità...

19° Mi hai lasciato fedelmente disporre del valore comunicabile e inalienabile delle tue **buone opere** ed **orazioni**? Qui non sei voluto tornare a riprendere o almeno a sentirne la mancanza?

II. Le pratiche interiori della perfetta devozione alla Santissima Vergine

Martedì 1° Per Maria

20° Tu mi hai promesso di «**obbedirmi in tutte le cose**». Ho avuto abitualmente la direzione della tua vita e dei tuoi atti? Mi hai sottomesso le tue idee, i tuoi giudizi, le tue decisioni, le tue parole, le tue azioni? Non hai contrariato coscientemente quello che io ti mostravo? Non hai agito secondo il tuo proprio movimento, seguendo le impressioni della tua sensibilità, le arguzie del tuo carattere, i capricci della tua volontà?

21° Mi hai **consultato** nei tuoi dubbi, mi hai chiesto abitualmente **permesso per agire**, come chiede senza sosta il bambino a sua madre per sapere ciò che deve fare? Mi hai detto spesso, con il cuore o con le labbra «Mia buona Madre, posso fare questo, lascio di fare quello?»

22° Hai fatto per obbedirmi **tutto quanto dice Gesù**? Hai pensato, giudicato, operato, vissuto secondo le massime, i precetti e i consigli del Vangelo di Gesù e non secondo le massime e lo spirito del mondo, cioè del vangelo di Satana?

23° Sei stato fedele rifiutando il **peccato** grave decisamente, comunque lo hai fatto anche con il veniale, soprattutto nella lotta contro il difetto dominante?

24° Ti sei applicato seriamente e coscientemente ai **doveri particolari del tuo stato**, incarichi di famiglia, doveri professionali, occupazioni ecc.?

25° Sei stato, come schiavo del mio amore, modello di obbedienza a **tutta la legittima autorità**? Hai riconosciuto l'autorità di Gesù e la mia nei tuoi superiori: genitori, sposi, maestri,



poteri civili, superiori ecclesiastici e religiosi soprattutto, direttori spirituali ecc.? non è stata la tua obbedienza **naturale** ispirata dalle qualità o difetti di chi sta rivestito di questo potere? Non hai **discusso** e **criticato** gli ordini e i consigli dati? Non ci sono state mai **eccezioni deliberate**, forse, nel tuo obbedire? Non hai obbedito a malincuore, **mormorando**, con tristezza consentita o con rancore? Sei stato veramente **consegnato** come un bambino ai tuoi superiori, andando verso l'obbedienza invece di schivarla?

Mercoledì

26° Sei stato fedele, per la dipendenza a me, al **regolamento di vita** che ti ho prescritto, alla **santa Regola** che ti ho proposto? ¿Has sido fiel, por depender de mí, al **reglamento de vida** que te he prescrito, a la **santa Regla** que te he propuesto? Hai fatto fedelmente l'orazione, il lavoro, lo studio, lo svago, il tempo che si dava per questi esercizi? Non c'è stato questo o quel punto della regola nei quali con frequenza hai mancato? Sei stato specialmente assiduo nei tuoi **esercizi di pietà**? Non li hai omessi, abbreviati, fatti a metà o con lassismo e pigrizia?

27° hai riconosciuto la mia volontà e la mia direzione in tutti gli **avvenimenti** che ti succedono e ti circondano? Hai saputo dire *amen* a quanto ti consola e ti rallegra; però lo stesso a tutto quello che ti è contrario, ti è molesto, ti violenta, tutto ciò che ti scuote e ti ferisce, tutto quello che ti appiattisce e ti opprime? Hai accettato generosamente dalla mano di Dio e dalla mia i disagi, gli inconvenienti del maltempo, le contrarietà e le malattie, i lutti?

28° Hai ascoltato attentamente e hai seguito generosamente gli **appelli della mia grazia**? Mi hai negato quell'atto di carità, quel piccolo sacrificio, quell'atto di generosità che io ti chiedevo? Non c'è quell'atto di virtù che con sangue freddo continui a negare alla tua amata Madre? Non avrai soffocato nel tuo cuore la chiamata che ti facevo io ad una vocazione più elevata, ad una più perfetta santità?

29° E nei tuoi esercizi di pietà, Santa Messa, Sacra Comunione, meditazione ecc., sei stato fedele rinunciando alle tue proprie disposizioni e intenzioni? Fedele, **unendoti a tua Madre e Maestra**, invocando il suo aiuto, appoggiandoti ai suoi meriti, rivestendoti delle sue virtù? Mi hai fatto dono di te stesso, come uno **strumento**, sprofondandoti in pacifico silenzio, con il fine che io possa pregare e operare in te e per te?

30° Hai avuto verso di me i sentimenti di **fiducia** e **abbandono** che ha il bambino verso la sua buona madre? Sei ricorso alla mia sollecitudine materna in *«tutto il tempo, in ogni luogo e in tutte le cose?»* Non hai trascurato questo appello affidato al mio soccorso nei minimi dettagli della vita, nelle indecisioni quotidiane della tua vita spirituale, nelle ore dolorose e gravi della tua esistenza? Non ti sei lasciato prendere dall'agitazione dalla preoccupazione e dallo scoraggiamento invece di abbandonare semplicemente in me tutto quanto possa inquietarti? Mi affidi con un abbandono



totale l'ora e le circostanze della tua morte, la cura della tua perfezione e della tua salvezza eterna?

Giovedì 2° Con Maria

31° Sono stata, dopo Gesù, il **modello di perfezione** che abitualmente metti davanti ai tuoi occhi? Sei stato fedele domandandomi spesso: «*Come farebbe questo la mia buona Madre se si trovasse al mio posto?*»

32° hai cercato di imitare, **rispetto a Dio**, la mia assoluta docilità di schiava del Signore? Hai cercato di vivere il mio *Magnificat* e cercare la gloria di Dio in quanto fai, mettendo l'amore divino nella tua vita intera e vivendo con la Trinità Santissima nella tua anima, in uno scambio incessante, molto rispettoso e filiale?

33° Sei stato **fedele a Gesù** in tutto, per tutto, non amando più che Lui, non vivendo se non per Lui, non aspirando se non ai suoi interessi, al suo regno, desiderando sempre una più stretta unione con Lui?

34° Hai imitato la mia **umiltà**? Hai riconosciuto praticamente che i tuoi talenti, successi e virtù vengono da Dio? Hai considerato con frequenza il tuo nulla, i tuoi difetti, le tue miserie? Non ti sei messo al di sopra degli altri nei pensieri, parole o atti? Hai sentito gioia all'essere anonimo e considerato in nulla?

35° Sul mio esempio, sei stato veramente **caritativo**, amando il prossimo per Dio e per me? Hai perdonato qualunque difetto e ingiuria e sopportato con pazienza i difetti di quelli che ti circondano? Sei stato amabile e attento ai desideri degli altri? Hai cercato di offrire servizi e far piacere? Non sei stato codardo ed egoista quando c'era da disturbarsi, stancarsi per servire il prossimo e fare buone opere? Non hai giudicato severamente, sospettando il male con leggerezza o parlando inutilmente dei difetti degli altri?

36° Quale è stato il tuo atteggiamento verso **Satana** e **verso il peccato**? Io sono odio vivente..., e tu? Hai lottato con coraggio contro il peccato mortale o veniale, contro tutte le imperfezioni volontarie, contro tutto quello che può in alcun modo macchiare o offuscare la bellezza della tua anima? Hai lavorato particolarmente nell'essere perfettamente puro e casto secondo il tuo stato di vita, nei pensieri, fantasie, parole, letture e in tutta la tua condotta? Hai avuto odio di tutto ciò che sotto qualunque pretesto conduce al male, al peccato?

37° Hai rinunciato alla falsa sapienza del **mondo**, che è opposta al Vangelo di Gesù? Hai combattuto contro le seduzioni del demonio o contro gli affari del mondo: piaceri funesti, divertimenti pericolosi, letture che turbano, mode maledette? Non avrai fatto opera di Satana con il tuo vestire che ti avrebbe reso seminatore di peccato? Con forza e costanza ti sei messo dal lato



di Gesù e mio e hai lavorato quanto hai potuto per impedire il male, il peccato, l'impurità, lo scandalo, gli eccessi?

Venerdì 3° In Maria

38° Non ti sei lasciato portare da una **vita dissipata**, frivola, non ti hanno assorbito completamente le tue occupazioni esteriori fino al punto di dimenticare la vita interiore con Dio, Gesù e sua Madre, che tanto ti amano?

39° Hai cercato di **entrare in te spesso** per incontrarmi nel fondo della tua anima, aiutandoti per questo con le piccole pratiche che ti avevo insegnato: Ave Maria allo scoccare dell'ora, immagine, medaglia, stemma mariano nel tuo vestire, giaculatorie, iscrizione mariana in ogni pagina scritta, benedizione che chiedi uscendo dalla stanza, ecc.?

40° Hai cercato di **vivere sotto il mio sguardo** tutte le ore di preghiera, di riposo e di intrattenimento, come il bambino sente la necessità di stare vicino a sua madre?

41° Hai cercato di ritirarti nel fondo del sacrario della tua anima per incontrarmi con Gesù in un faccia a faccia delizioso? Arriverà la tua anima a respirarmi incessantemente come i tuoi polmoni respirano l'aria?

Sabato 4° Per Maria

42° Generalmente, qual è il **motivo** che ispira o determina i tuoi atti? Quante volte li hai fatti per amore alle tue comodità, vanità e amor proprio per compiacere a questa o quella creatura? Questo non è essere schiavo di Gesù, schiavo di Maria!

43° Hai pensato con frequenza ad **offrire le tue azioni per amore di Gesù e mio**, per glorificarci e per compiacerci? Hai ripetuto spesso: *«Tutto per Gesù, tutto per Maria, tutto per amore tuo, Madre mia amatissima?»*.

44° È stato il mio regno il **tuo ideale di vita**, per arrivare al benedetto regno di Cristo Re? Hai pensato a questo nei tuoi momenti liberi? Hai offerto per questa intenzione le tue ore di lavoro, soprattutto ciò che ti risulta penoso? Le tue preghiere, sofferenze, contrarietà e prove? Nasce nella tua mente tutti i giorni offrire a questo scopo la tua ultima malattia, la tua agonia e la tua morte?



45° hai cercato di **attirare tutto il mondo** al mio servizio e alla mia vera e solida devozione? Non hai avuto pigrizia o codardia e per questo hai spesso buttato via le occasioni di farmi conoscere, di farmi amare e che mi servissero nel modo più perfetto?

Conclusione

È finito l'esame di coscienza. Umiliati profondamente davanti alla tua gloriosa Regina, al vedere le numerose mancanze di cui sei stato colpevole... Perdono, oh Madre Divina, per esserti stato tanto infedele! Non voglio scoraggiarmi: voglio lavorare con energia e perseveranza per essere un figlio più docile e uno schiavo più fedele. Ti prometto, cara Sovrana, di vegliare specialmente su questo punto..., in quella occasione... Aiutami con la tua grazia potentissima. Infine, con Gesù, tuo tesoro, degnati, Madre di benedirmi.

Non ti affrettare al vedere la distanza che ti manca da percorrere. La tua stessa Madre Immacolata deve essere il tuo **«cammino facile, breve, perfetto e sicuro»**, dice San Luigi Maria Grignion di Montfort.

Madre mia, dammi tu ciò che mi mandi e mandami ciò che vuoi!


Rege, o Maria!



Rege, o Maria!



Famiglia Religiosa del Verbo Incarnato

Più informazione su questo proietto:

www.regeomaria.org

Le catechesi li trovi in:

InstitutoDelVerboEncarnado 

