

## MEDITATION L : Costruire la vita secondo una regola di vita personale



Caro Pellegrino,

ti stai avvicinando alla fine del nostro pellegrinaggio e probabilmente hai iniziato a chiederti come farai a mettere in pratica tutto ciò che hai imparato in questi tre giorni.

Sì, dovrai cambiare la tua vita, dovrai andare fino in fondo alla tua conversione, in modo che la tua vita diventi significativa e la tua azione, ora meglio orientata, diventi più efficace.

Sì, ma volerlo non basta, perchè da soli è potrebbe essere difficile. Ricadiamo così facilmente nei nostri vecchi percorsi.

Perché non prendere la decisione di stabilire una regola di vita personale? Ti aiuterà a rispondere alla chiamata della tua vocazione (qualunque essa sia) e a farti vivere secondo le risoluzioni che hai preso e con la grazia di Dio, ti preserverai.

### **Prima di tutto, cos'è una regola di vita?**

Consiste nella scelta di mezzi precisi per tendere ogni giorno alla santità, secondo le esigenze del nostro stato. Ora, l'adozione di tale regola è assolutamente necessaria, altrimenti le nostre buone risoluzioni rimangono spesso semplici desideri pii. Gustave Thibon lo ha detto inequivocabilmente: "Dove la regola è infranta, l'amore si interrompe".

### **Come possiamo adottare una regola di vita?**

Ecco tre presupposti:

- La tua regola si baserà interamente su una consapevolezza, ovvero che solo la vita che Nostro Signore ti offre è di maggior interesse. Quindi, lungi dal costituire un giogo al contrario, sarà il segno di una preferenza, un desiderio autentico di vivere come Dio ti chiede.

- Deve essere personale. Pertanto, l'aiuto di un padre spirituale è indispensabile, sia per l'elaborazione concreta che per essere seguiti in modo costante.
- Infine, il suo successo dipenderà da quanto questa regola sia ben bilanciata.

## **Come diventerà fruttuosa?**

Per essere fruttuosa, si concentrerà, almeno, su questi quattro punti principali della tua vita: vita spirituale, combattimento spirituale, formazione personale e doveri di stato:

### **La vita spirituale**

Non dimenticare, caro pellegrino, che l'unione personale con Nostro Signore Gesù è al centro della vita cristiana. Coltivare questa unione sarà quindi la massima priorità.

Per fare ciò, è necessario sviluppare attentamente tre aree principali:

- una vita di preghiera quotidiana che nulla può eliminare: la preghiera del mattino e della sera, un momento di preghiera, un rosario... sta a te scegliere cosa puoi ragionevolmente fare.
- una vita sacramentale regolare: confessione (una volta al mese è una buona media), comunioni - per le quali occorre prepararsi bene - seguite da un vero Ringraziamento.
- una direzione spirituale ti sarà di grande aiuto. Ti aiuterà ad approfondire una vera vita di preghiera, nonché a svolgere efficacemente il combattimento spirituale senza il quale non può esserci vita cristiana.

### **Combattimento spirituale**

Nessuno può sfuggire, a causa della nostra ferita, a causa del peccato originale. È quindi necessario, caro pellegrino, affrontarlo faccia a faccia, senza nascondersi.

Ecco i quattro punti in cui puoi concentrare i tuoi sforzi:

- Rimuovere le opportunità per il peccato: ad esempio, eliminando pericolose frequentazioni, uscite, spettacoli e film discutibili.
- Organizzando e pianificando bene le tue giornate: un'attenzione particolare a non perdere tempo sul computer con giochi, "Facebook", vari siti Web ecc. Il computer è, per molti di noi, la fonte più dannosa quando si tratta dell'equilibrio della vita. Devi davvero fare delle scelte e liberarti da questo nuovo farmaco. Questo vale anche per il computer e cellulare. Questi sono perfetti per distruggere le comunicazioni reali e stabilire relazioni superficiali.

- Nel combattere difetti specifici: ad esempio orgoglio, avarizia, impurità, invidia, golosità, rabbia, pigrizia...
- E infine, applicandoti all'acquisizione di virtù specifiche: ad esempio, prudenza, giustizia, forza, temperanza, ecc.

## **Formazione personale**

Mentre il tema della formazione personale è sempre stato importante, oggi sta diventando un'urgenza assolutamente cruciale.

## **Doveri di stato**

Infine, la tua regola ti aiuterà ad avere un vero zelo per i tuoi doveri di stato. Non dimenticare che la santità che Dio vuole per te non è eterea, ma richiede un adempimento molto accurato dei tuoi doveri di stato, tenendo presente il soprannaturale.

Possano gli studenti darsi i mezzi per studiare seriamente; i padri possano vivere le loro professioni come veri cristiani e senza trascurare la vita delle loro mogli e della loro famiglia; e che le madri possano organizzarsi in modo che possano prendersi cura dei propri figli e avere tempo per i loro mariti.

Inoltre, tutti dovrebbero ricordare che, poiché il nostro caro Signore ci dà liberamente, così dovremmo dare liberamente agli altri.

Pertanto, un'attività missionaria adattata a tutti (anche molto puntuale) è essenziale per ricordarti che non sei solo e che molte persone intorno a te hanno bisogno del tuo aiuto.

Caro Pellegrino, vedi allora, che una regola di vita è la traduzione pratica del desiderio di vivere autenticamente la tua vita cristiana a tutti i suoi livelli. È quindi essenziale adottare una regola di vita.

Se non l'hai già fatto, chiedi alla Santissima Vergine Maria che possa ottenere per te la grazia di farlo prima della fine di questo pellegrinaggio; Non mancherà di concedertelo.

Ora restiamo in silenzio, al fine di rivedere o mettere in atto la nostra Regola di vita.