

Respirate sempre Cristo – ritiro ecumenico

La Comunità San Leonardo al Palco

invita al

Ritiro Ecumenico in preparazione della Settimana per l'unità dei cristiani

RESPIRATE SEMPRE CRISTO

(Sant'Antonio del deserto)

Monaci Ortodossi e Monaci Cattolici ci parlano della preghiera del cuore

DA VENERDÌ 12 GENNAIO, ORE 19-A DOMENICA 14 GENNAIO, ORE 14

Il ritiro sarà incentrato sulla preghiera del cuore, la preghiera che san Giovanni Paolo II dice essere la prediletta dagli autori spirituali e che è molto diffusa nell'Oriente cristiano sia tra i monaci che i laici. È infatti preghiera cristiana non esclusivamente monastica.

Il ritiro prevede istruzioni sulla preghiera del cuore ed esperienze di veglie notturne praticando la preghiera esicasta.

Durante il ritiro ci saranno pasti in silenzio con lettura di brani della *Filocalia* e brevi digiuni.

Il tutto si concluderà con il pranzo di domenica.

Per chi ha la disponibilità economica è richiesta una partecipazione alle spese (minimo 35 euro) per far vivere il monastero San Leonardo al Palco, dove viene praticata la preghiera del cuore.

La Foresteria ha quota a parte da concordare con la cooperativa che la gestisce.

ISCRIZIONI E INFORMAZIONI

eventi@sanleonardoprato.it

0574.37299

(dal martedì al venerdì, dalle 9,30 alle 11,30 e dalle 15,30 alle 16,30)

PROGRAMMA DEL RITIRO

Venerdì 12 Gennaio

Ore 18.00 accoglienza

Ore 19.00 saluto del **responsabile Ufficio ecumenismo e dialogo interreligioso della Diocesi di Prato**

Ore 19.15 preghiera comunitaria silenziosa

Ore 20.00 cena parca in silenzio con lettura di brani della *Filocalia*

Ore 21,15 **Prima istruzione p. Guidalberto Bormolini, monaco della Comunità di san Leonardo**

Breve storia dell'esicasmo

Introduzione alla pratica della preghiera del cuore

Istruzioni della tradizione monastica per la Veglia notturna

Ore 00,00 Veglia notturna per chi lo desidera

Sabato 13 Gennaio

In questa giornata è prevista solo colazione e cena. Per chi ha necessità del pranzo è organizzato un piccolo buffet.

Ore 6.45 Preghiera comunitaria del cuore silenziosa

Ore 7.15 S. Messa

Ore 9,15 **Seconda istruzione un monaco cattolico esperto di preghiera del cuore**

Ore 11.45 **Terza istruzione p. Nicodemo del monastero ortodosso romeno di Mirabella Eclano**

Ore 13,00 Preghiera comunitaria del cuore silenziosa

Ore 13,45 Dialoghi con p. Nicodemo a cui segue uno spazio di lavoro interiore condotto da **padre Ionut Coman, presbitero ortodosso romeno**

Ore 16.30 **Terza istruzione dell'Igùmeno Andrea (Wade) Superiore del Priorato di San Mamante**

Ore 18,30 Preghiera del cuore silenziosa

Ore 19,15 Cena in silenzio con lettura di brani della *Filocalia*

Ore 20,30 **Quarta istruzione breve p. Guidalberto Bormolini**

Ore 21,30 Riposo e veglia notturna per chi lo desidera

Domenica 14 Gennaio

In questa giornata è previsto solo il pranzo

Ore 6,45 Preghiera comunitaria del cuore silenziosa

Ore 7,15 S. Messa

Ore 9,15 **Quinta istruzione un monaco cattolico esperto di preghiera del cuore**

Ore 12.00 Preghiera comunitaria del cuore silenziosa

Ore 12,45 Pranzo conclusivo. Per il pasto finale è possibile scegliere refettorio in silenzio o conviviale

LA PREGHIERA DEL CUORE

Una delle più feconde tradizioni mistiche, l'esicasmò, ha come elemento centrale l'invocazione del Nome del Signore; questa invocazione, armonizzandosi al battito del cuore e al respiro, diviene canto dell'anima che si accorda con la Parola divina, vivificatrice di ogni creatura. San Giovanni Paolo II ha ricordato l'importanza di tale preghiera, citandola con l'espressione più nota di "preghiera del cuore":

Con una speciale predilezione gli autori spirituali suggeriscono la preghiera del cuore, che consiste nel saper ascoltare, in un silenzio profondo e accogliente, la voce dello Spirito. Particolarmente stimata è la cosiddetta preghiera di Gesù, divulgata anche in Occidente attraverso il testo noto come i "Racconti di un pellegrino russo". Si tratta dell'invocazione «Signore Gesù Cristo, Figlio di Dio, abbi pietà di me peccatore». Ripetuta frequentemente con queste o simili parole, questa densa invocazione diventa come il respiro dell'anima. L'uomo è aiutato così a sentire la presenza del Salvatore in tutto ciò che incontra e si sperimenta amato da Dio nonostante le proprie debolezze. Pur recitata nell'intimo, essa ha una misteriosa irradiazione comunitaria. La "piccola preghiera", dicevano i Padri, è un grande tesoro, e unisce tutti gli oranti davanti al Volto di Cristo

(Giovanni Paolo II, *Angelus*, domenica 3 novembre 1996).