

A close-up portrait of Teresa of Jesus, a Spanish mystic and nun. She is wearing a white headscarf and a brown habit. Her expression is serene and contemplative.

# TERESA DI GESÙ

L'orazione vera

STJ  
500

# Vivere l'orazione



Necesità  
nella vita  
cristiana

Non un  
culto, ma  
un  
rapporto

# ORAZIONE TERESIANA- ORAZIONE CRISTIANA



I  
VANGELI

Il nuovo culto  
istituito da Gesù

Il Dio  
ABBA

Gesù  
amico

# LO SCOPO DI TERESA

Ricuperare l'essenza  
dell'orazione di Gesù

In chiave di rapporto,  
di amicizia

# **PREGARE: IMPARARE AD AMARE**

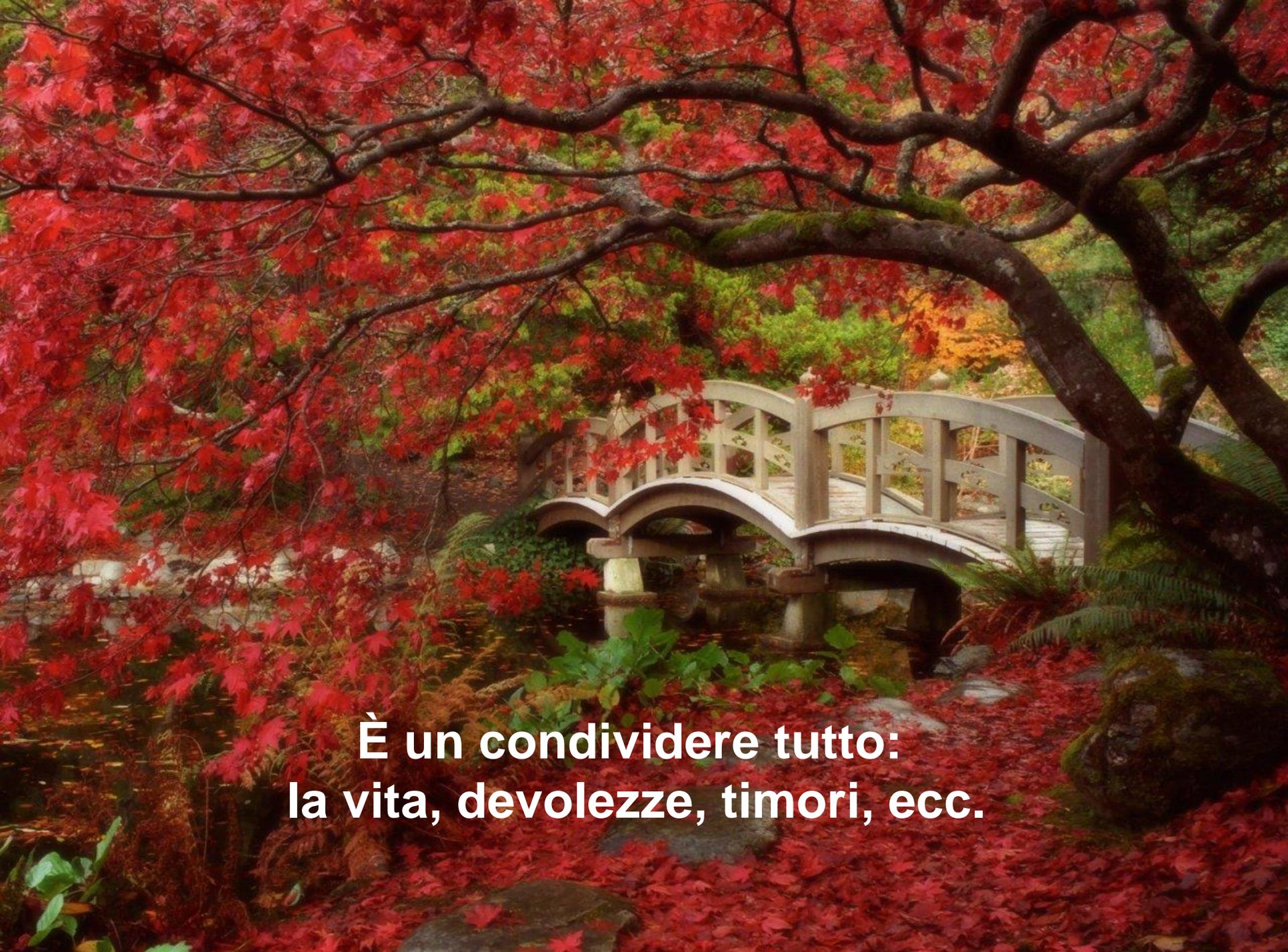
**un rapporto d'amicizia,  
un trovarsi frequentemente  
da soli a soli  
con chi sappiamo che ci ama**

***“Rapporto d’ Amicizia..”***



A large flock of birds, likely terns, is captured in flight against a bright, golden sunset sky. The sun is a large, glowing orb near the horizon, casting a shimmering reflection on the water below. The birds are silhouetted against the bright light, creating a dense pattern of dark shapes across the sky. In the foreground, a few birds are standing on the water's surface, their reflections visible. The overall scene is serene and evocative of a coastal sunset.

**Rapporto fra un TU ed un IO,  
Un rapporto tra persone.**



**È un condividere tutto:  
la vita, devolezze, timori, ecc.**

**L'orazione è opera di DUE:  
Donazione di se e accoglienza dell'altro**





**- È riconoscere che Dio accetta me  
così come sono.**

**- È imparare ad accettare Dio  
così come Egli è:  
nel suo Misterio e nella sua incomprendibilità**

A photograph of a park bench in autumn. The bench is dark and has some fallen leaves on it. The ground is covered in a thick layer of yellow and orange leaves. In the background, there are trees and a building with windows. The overall atmosphere is warm and slightly hazy.

**È accettare il rischio di  
Vedere me stesso con altri occhi.**

**Di accettare la mia realtà,  
In quello che conosco e quello ancora sconosciuto  
E di lasciarmi conoscere dall'Altro.**

**È rompere con il proprio protagonismo  
E lasciare che Dio diventi il vero centro (l'assoluto).**



**L'amicizia soltanto è possibile  
tra pari...**



A close-up photograph of two hands, palms up, holding a single stalk of golden wheat. The hands are positioned symmetrically, with the fingers slightly spread. The wheat stalk is held vertically in the center, between the palms. The background is dark, making the hands and the wheat stand out. The lighting is soft, highlighting the texture of the skin and the grain of the wheat.

**E per questo che Dio ci ha creati  
a sua immagine e somiglianza**

**...e ha messo la sua dimora  
in ognuno di noi.**





**E ci ha dotati di una capacità  
INFINITA per poter abitare in noi  
e farci partecipi di tutto il suo Essere  
(figli ed Eredi)**



**“trovarsi frequentemente”:**

**con determinata determinazione,  
Senza paure...**

**Ma con discrezione (V 11, 16)**

A person is silhouetted against a warm, orange sunset sky while fishing from a boat on a calm lake. The background is filled with the soft glow of the setting sun and the dark outlines of trees.

**“da soli a soli”:**

**Nella solitudine che ci fa liberi e sempre  
disponibili per l’altro...**

**È lo spazio dell’incontro e dell’intimità,  
Dove avviene la comunione più profonda, libera  
da altri interessi (chiude la porta)**

A black windmill stands in the middle ground of a vast field of tall, golden-brown grass. The sky is filled with large, white, fluffy clouds, with a bright patch of light breaking through near the top center. The windmill has four lattice-like sails and a small staircase leading to its entrance. The overall mood is serene and contemplative.

**“Con chi sappiamo che ci ama.”**

A photograph of a forest with tall, thin trees. Sunlight filters through the canopy, creating a path of light on the ground. The text is overlaid on the image.

**Il volto di Dio amico  
Il misericordioso, colui che ti ama**

**Qui si centrano tutti gli sforzi,  
Sia della meditazione,  
sia della contemplazione**

**Nella misura in cui ci scopriamo AMATI,  
Siamo capaci di AMARE.**



“Questo è il fine dell’orazione,  
figlie mie; a questo serve il  
matrimonio spirituale,  
a far nascere sempre nuove  
opere, opere.”  
(7M 4, 6)



# La nostra mentalità



# LA RISPOSTA DI TERESA



# 1. “Pensando a ciò che avrei potuto fare per Dio”

(V 32, 9)

Esperienza della misericordia di Dio

Desiderio profondo di salvare anime

Consapevole della perdita di chi non conosce Dio

Lotta interiore tra i desideri e la realtà  
(donna)

## 2. Marta e Maria. Teresa difende Marta

**Oratio-Actio**

**Conformarsi  
con la sua  
vocazione**

**Servire-  
seguire-  
pregare**

**L'Amore da  
valore a  
tutte le cose**

### 3. Orazione e apostolato: non si possono separare l'una dell'altra (amore a Dio e al prossimo)

**Prova di  
autenticità**

**Dirigere lo sguardo  
all'essenziale**

**Voluntà  
di Dio**

# Narcisismo spirituale ed apostolico

EGO

*L'Attivismo come  
autogiustificazione*

Intimismo come fuga



## **4. Dimensione apostolica dell' orazione – dimensione orante dell' apostolato**



**Non è possibile separare nella vita del cristiano la  
dimensione contemplativa di quella apostolica**

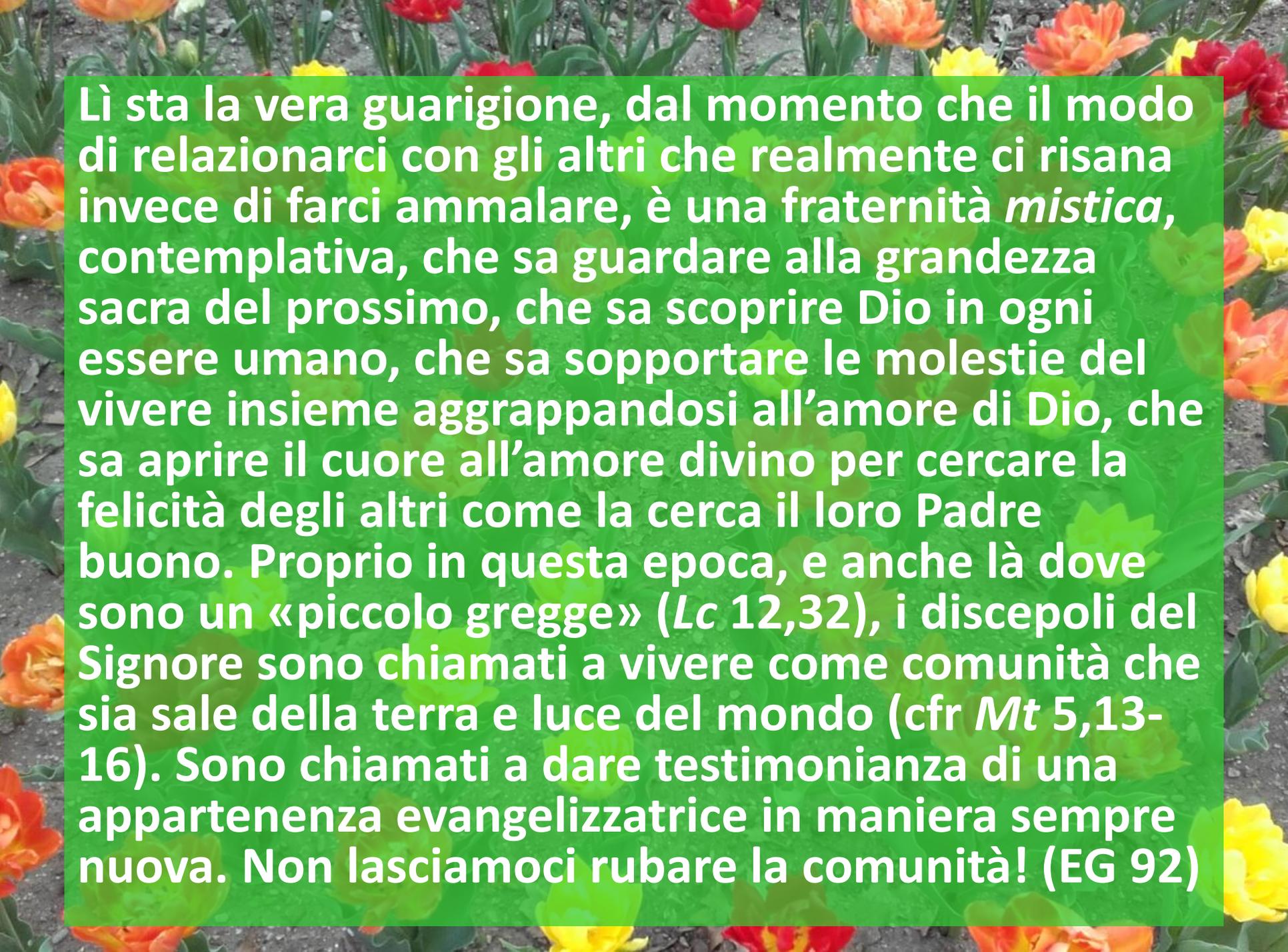


**Unità tra  
vita,  
apostolato  
e  
preghiera**

**Rafforzarsi  
nel  
servicio  
del  
Signore**

**Le due  
facce della  
moneta**

- **“Infine, sorelle mie, e con questo concludo, guardiamoci dall’innalzare torri senza fondamenta. Il Signore non guarda tanto alla grandezza delle opere quanto all’amore con cui si compiono. Se facciamo tutto quello che è nelle nostre possibilità, Sua Maestà farà sì che tali possibilità aumentino di giorno in giorno, purché non ci stanchiamo subito, ma gli offriamo, nella breve durata di questa vita – sarà forse anche più breve di quanto ognuna di voi pensi –, interiormente ed esteriormente, tutto il sacrificio di cui siamo capaci. Egli l’unirà a quello che offrì per noi al Padre sulla croce, dandogli il valore meritato dal nostro amore, per quanto piccole siano le nostre opere.” (7M 4, 15)**



Lì sta la vera guarigione, dal momento che il modo di relazionarci con gli altri che realmente ci risana invece di farci ammalare, è una fraternità *mistica*, contemplativa, che sa guardare alla grandezza sacra del prossimo, che sa scoprire Dio in ogni essere umano, che sa sopportare le molestie del vivere insieme aggrappandosi all'amore di Dio, che sa aprire il cuore all'amore divino per cercare la felicità degli altri come la cerca il loro Padre buono. Proprio in questa epoca, e anche là dove sono un «piccolo gregge» (Lc 12,32), i discepoli del Signore sono chiamati a vivere come comunità che sia sale della terra e luce del mondo (cfr Mt 5,13-16). Sono chiamati a dare testimonianza di una appartenenza evangelizzatrice in maniera sempre nuova. Non lasciamoci rubare la comunità! (EG 92)