



**ARCIDIOCESI DI UDINE**

**Collaborazione Pastorale di Codroipo**

**Esercizi spirituali nella vita corrente**

---

*“Mitevole è il cuore, chi può conoscerlo?” (Ger 17,9)*

*Conoscenza di Dio e conoscenza di sé sulle piste del Deuteronomio*

**- Secondo giorno -**

*Dove ti porta il cuore:*

*un difficile e splendido viaggio*

Testi: tratti da: Dt 1; 4-6; 11-13; 26

### **Proposta di esercizio da fare a casa:**

1. Riflessione/meditazione: come sta il tuo cuore? Vive come in una steppa assetata? Non si sente a suo agio? Desidera una metaforica terra promessa “libera, dolce, spaziosa, affettuosa, gentile, fraterna”? Vorrebbe cercarla? Vorrebbe muoversi? C'è qualcosa che lo frena? La paura? Lo scetticismo? L'idea che sia impossibile cambiare alcunché nella propria vita? A questa età e con queste scarse risorse? L'accontentarsi della realtà e fare quanto basti per sopravvivere? L'orgoglio? La presunzione di essere già a posto?
2. Tra i desideri del tuo cuore c'è e come sperimenti il desiderio di Dio?
3. Prova a condividere qualche “segreto” – doloroso o gioioso - del tuo cuore a una persona vicina.

---

*“Tutti dicono che il cervello sia l'organo più complesso del corpo umano,  
da medico potrei anche acconsentire.*

*Ma come donna vi assicuro che non vi è niente di più complesso del cuore,  
ancora oggi non si conoscono i suoi meccanismi.*

*Nei ragionamenti del cervello c'è logica, nei ragionamenti del cuore ci sono le emozioni”.*

Rita Levi Montalcini