

# *La Vita dello Spirito nella vita del credente*



## **Primo incontro**

***Sono nato nudo, dice Dio, perché tu sappia spogliarti di te stesso. Sono nato povero, perché tu possa soccorrere chi è povero.***

***Sono nato debole, dice Dio, perché tu non abbia mai paura di me. Sono nato per amore perché tu non dubiti mai del mio amore. Sono una persona, perché tu non abbia mai a vergognarti di essere te stesso. Sono nato perseguitato perché tu sappia accettare le difficoltà.***

***Sono nato nella semplicità perché tu smetta di essere complicato.***

***Sono nato nella tua vita, dice Dio, per portare tutti alla casa del Padre.***

*(Lambert Noben)*



PRELUDIO: Il dono dello Spirito del Risorto

La scelta del tema di catechesi di quest'anno nasce dall'intento di concludere logicamente l'itinerario dello scorso anno sulla Resurrezione e tentare di abbozzare qualche semplice riflessione sul discernimento.

Lo Spirito del Risorto è vivo, agisce ed è costantemente all'opera nella vita del credente, ma lo fa con costanze proprie, modalità sue non immediatamente comprensibili dal sapere umano. I grandi maestri della spiritualità cristiana hanno dedicato la vita intera alla ricerca di quelle dinamiche che potessero aiutare la comprensione dell'azione di Dio. Tra i tanti emerge Ignazio di Loyola che, partendo dalla propria esperienza, donò alla Chiesa pagine illuminate e insuperabili sul tema del discernimento.

La forza della catechesi sta nel lasciarsi coinvolgere, infatti desideriamo superare il classico schema della lezione frontale ed istruire piuttosto una relazione circolare. Vogliamo dunque *narrare* i passi dello Spirito in noi (ascolto), e in seconda battuta, se nascesse la necessità, *raccogliere* le testimonianze della sua presenza (scambio libero).

Per la catechesi di quest'anno ci lasciamo liberamente ispirare da un testo di Thomas Green *"Il grano e la zizzania"*, Ed. CVX, che detterà il passo al nostro cammino.

## Capitolo I

... E PARLERO' AL SUO CUORE (Os 2,16)

---

### **Sapere e sapore**

Non il molto sapere riempie il cuore dell'uomo, non le tante nozioni, non i più alti e raffinati ragionamenti. Il cuore dell'uomo è un abisso senza fondo: puoi buttarci dentro pensieri e nozioni, i più bei ragionamenti di questa terra, eppure lui non si riempie. Ciò che riempie il cuore dell'uomo, ciò che dà sapore all'esistenza è il *sentire e gustare interiormente*. (Sant'Ignazio negli "esercizi spirituali" si esprimeva in questi termini).

Il centro dell'uomo non è la mente; il centro dell'uomo è il suo cuore. E il cuore non ragiona sillogisticamente ma *sente*; il cuore non riflette ma *percepisce e gusta* ciò che incontra; una persona non va dove la porta l'intelligenza ma dove il cuore decide. Quando si muove il cuore, si muovono anche intelligenza e volontà.

Possiamo dire che una persona è il suo cuore. Dal cuore possiamo capire la qualità della persona; dal suo cuore ne scopriamo bontà o crudeltà, tenacia o mollezza, tenerezza o durezza.

Ciò che dà gusto alla vita delle persone è il sentire, il percepire interiormente. Nessuno di noi ama suo figlio perché sa di esserne il responsabile. Uno ama un figlio perché lo sente come tale. *E' il cuore che mi fa gustare mio figlio.*

Non di meno nutriamo un certo sospetto verso i sentimenti perché li sappiamo essere molto variabili, soggetti a forze oscure che ne determinano la brillantezza. Una certa tradizione pedagogica ha insegnato a diffidare dei sentimenti, ritenendoli incerti, mutevoli e instabili come il variare del tempo; specialmente le generazioni cresciute nella esaltazione della virtù, della volontà e del dovere sentono il pericolo di affidarsi ciecamente alla volatilità dei sentimenti.

Ovviamente occorre l'equilibrio della maturità umana per scorgere quanto di buono sia presente nelle diverse tradizioni educative che rispettivamente privilegiano dovere o sentimento. La nostra epoca segue con più determinazione la forza della passione, delle emozioni e si affida con poco senso critico alla forza delle percezioni interiori. Non si tratta necessariamente di un male, tuttavia bisogna conoscere quali sono le forze che ci guidano per poter essere padroni di noi stessi. L'equilibrio della maturità è il miglior metro di giudizio.

Il cuore, simbolo della sede dei sentimenti, è il grande sconosciuto; tuttavia Dio passa proprio da lì. Il cuore è una medaglia dalle due facce; è pericoloso andare dove il cuore porta. E tuttavia non v'è altra strada per raggiungere la felicità e la Sua volontà.

Dio non si può vedere, non si può toccare, non si può udire: DIO VA PERCEPITO INTERIORMENTE. O incontri il tuo Signore nel più profondo centro della tua anima, oppure non lo incontri affatto. Non si può fare esperienza di Dio se non così.

Credo che tanti si allontanino dalla Chiesa proprio perché non sentono più vibrare nel loro cuore l'appello di Dio, non percepiscono più quella parola buona che tempo prima scaldava l'anima.

Già il profeta Osea cantava così il suo incontro con Dio: *Perciò, ecco, la attirerò a me, la condurrò nel deserto e parlerò al suo cuore, dice il Signore. (2,16)*

Le strade che ci hanno condotto qui oggi sono tantissime; veniamo a quest'appuntamento con stati d'animo completamente diversi, ma un desiderio deve oggi unire tutti: la richiesta di un CUORE CAPACE DI PERCEPIRE L'ALTISSIMO. Una cosa sola dobbiamo chiedere oggi: *"donami un cuore vibrante, un cuore sensibile ai tuoi tocchi, un cuore capace di scaldarsi e fremere, un cuore capace di muovere tutta la mia intelligenza e la mia volontà."*

## Capitolo II

---

### CONSOLATE IL MIO POPOLO (Is 40,1)

---

#### **Un cuore da capire**

Il nostro cuore percepisce la presenza del Signore ma che è anche un campo di battaglia nel quale si fronteggiano lo Spirito del Signore (lo Spirito santo) e lo spirito del Tentatore. Le nostre azioni e, di conseguenza, il nostro stato d'animo, sono il risultato della lotta tra queste due forze. A noi il compito di schierarci dalla parte del Signore o del tentatore.

Cerchiamo allora di capire cosa succede nel cuore di ognuno perché questa ricerca è la questione decisiva; molti si fermano prima di cominciare perché non sanno che il cuore va capito. Occorre fare luce interiore, dividere i sentimenti che albergano in noi e dare ad essi un nome, scoprirne la provenienza, avvertire se sono da Dio o dalla Bestia. Occorre un'iniziale capacità di distinguere diventando un po' più avvezzi alla grande e difficile arte del discernimento.

Occorre, dunque, avvertire che in me si muove qualcosa; dare un nome a ciò che si muove dentro di me; e, infine, farsi guidare dalla Chiesa nel cammino di discernimento.

#### Avvertire

In me si muove qualcosa? Forse non ci facciamo più caso perché abbiamo poco tempo e pochi strumenti per pensarci. Siamo tutti più propensi a vivere i sentimenti e gli stati dell'anima e poco sensibili all'analisi dei sentimenti stessi.

Sia che lo capiamo, sia che ne rimaniamo allo scuro, in noi non solo si verificano dei movimenti, ma dei veri e propri terremoti; capita che sorgano impeti d'ira quasi ingiustificata, che nascano gelosie inattese, passioni irragionevoli oppure, in positivo, che arrivino inaspettati ma graditi, slanci di generosità e di bontà, capacità di sopportazione mai provate.

Sarebbe bello analizzare con più competenza e profondità gli strati profondi dell'animo umano e conoscere i meccanismi e le forze che generano azioni e pensieri. Avere coscienza che in me ci sono queste energie potenti è già un *avvertire* la loro presenza in modo consapevole e adulto.

### Dare un nome

*"Il dolore che non parla sussurra al cuore greve, e gli ordina di spezzarsi"*. (Macbeth, William Shakespeare)

Ma non basta capire che ci sono dei movimenti perché, pur sapendolo, rimane il caos e il disordine dell'accatastarsi delle emozioni interiori che mi lasciano in balia dei miei sentimenti, positivi o negativi che siano. Occorre dare un nome a ciò che ho dentro, positivo o negativo che sia. Per analogia si pensi alla creazione di Dio: possiamo ritenere che il modo concreto per dare il nome alle cose, per uscire dal caos (*Kaos* = disordine primordiale dal quale Dio ha tratto il cosmo cioè tutto l'esistente) sia il separare, il dividere; è l'opera creatrice della mano di Dio.

Il primo atto che abbiamo per fondare un cuore nuovo è il dividere e il separare, perché il materiale emotivo già lo offre la natura.

### I criteri del discernimento

Per compiere quest'opera così alta occorrono dei criteri. Ne esistono molti che sostanzialmente si rifanno al Vangelo ma hanno il limite dell'astrattezza, della distanza dalla vita di tutti i giorni.

Visto che ci stiamo muovendo sul campo dei sentimenti facciamo questo ulteriore salto mortale e dichiariamo la tesi: **partiamo dalle tracce che lasciano le forze che abitano in noi per vedere se sono da Dio o dal tentatore**, esattamente come si distingue un genio da un mediocre in base alle loro opere d'arte.

In primissima approssimazione possiamo già dare il primo e basilare criterio: quando dovesse avere successo lo spirito del male, nascerebbero in noi sentimenti di appagamento immediato ma che pian piano lascerebbero spazio a sensazione di non appagamento, di divisione interiore di confusione, ecc. La vicenda della Samaritana ne è l'emblema. In lei lo spirito del male ha agito sino a quando, segnata dall'incontro al pozzo di Sicar, ha lasciato spazio allo Spirito di Gesù che ha generato in lei sorgenti di acqua purissima e gratificante.

Quindi, se lo Spirito Santo riuscisse a vincere, in noi si svilupperebbero immediatamente dimensioni di pace e di serenità, sensazioni di quiete e consolazione.

**La tesi: il criterio per discernere il bene dal male è indicato dallo stato d'animo che si è creato in me. Se ho CONSOLAZIONE le forze che mi guidano sono da Dio; se, al contrario, veicolano divisione e DESOLAZIONE vengono dallo spirito del male.**

### La consolazione spirituale

Cosa è la consolazione? Cosa la desolazione?

Vediamo cosa dice sant'Ignazio stesso, il maestro del discernimento.

*"Chiamo CONSOLAZIONE il causarsi nell'anima di qualche movimento intimo con cui l'anima resti infiammata nell'amore del suo creatore e Signore; come pure quando essa non riesce ad amare nessuna cosa o persona se non in relazione al creatore di tutto; (...) infine chiamo consolazione ogni aumento di fede, di speranza e di carità, e ogni tipo di letizia che sollecita ed attrae alle cose celesti e alla salvezza della propria anima, rasserenandola e pacificandola nel proprio creatore e Signore"*

Quando una persona si sente in pace interiore, quando percepisce che nonostante le difficoltà della vita sia possibile amare, quando una persona è serena, ella vive la consolazione. La consolazione può nascere spontanea nel cuore di ciascuno: potrebbe sorgere a seguito di un consiglio, di una testimonianza, di una lettura, di una omelia, di un rimprovero fraterno o di tutto ciò che il Signore dispone per noi. Se in noi c'è consolazione è perché Dio sta agendo.

La consolazione è un dono grandioso del cielo ma temporaneo; quando c'è occorre immergersi profondamente nell'amore di Dio e apprezzare la sua bontà, inebriarsi della sua presenza e gustare con tutti i sensi la gioia che dona. Nella consolazione è d'obbligo "sfruttare" il momento e provar piacere fino in fondo della bellezza di Dio. Ignazio intendeva il principio del piacere come uno dei più qualificanti del discernimento.

Nella consolazione è più facile e opportuno fare scelte importanti per la propria vita, aumentare la qualità del nostro amore per Dio e i fratelli.

Nella consolazione è più facile avere il coraggio di confessare le proprie colpe ed emendare la propria eventuale cattiva condotta di vita; insomma nella consolazione tutto viene facile e spontaneo: Ignazio dice di vivere fino in fondo questo periodo di grazia.

### La desolazione spirituale

*"Chiamo DESOLAZIONE tutto ciò che si oppone alla consolazione".*

Questa affermazione di Sant'Ignazio va compresa più a fondo. Desolazione è oscurità interiore, notte che genera inquietudine, dubbio, incapacità di decidere, paura che fa restare nel turbamento e nella tristezza. Inoltre, la desolazione spirituale induce alle cose "basse e terrene". La desolazione è inquietudine dovuta a vari tipi di agitazioni e tentazioni.

Esito ultimo della desolazione è la mancanza di pace e tranquillità. Tutto ciò porta ad essere continuamente assaliti dai dubbi, fa pensare di essere continuamente ingannati, fa sentire l'invito di Dio ma non lo fa ascoltare, cioè non gli lascia spazio affinché possa portare frutto. Desolazione è disperazione e incapacità di amare.

I risvolti psicologici della desolazione sono la pigrizia, il sentirsi aridi, la solitudine, il sentirsi abbandonati da Dio, la tiepidezza; una persona desolata è triste, quella stessa tristezza che prese il cuore dei discepoli alla notizia della morte di Gesù

Nella desolazione non bisogna mai fare scelte importanti ma rimanere saldi in quelle compiute in periodi di consolazioni. Nella desolazione occorre aumentare i tempi di preghiera, rinnovare la volontà e non sottrarsi a salutari penitenze.

Nella desolazione occorre avere pazienza.

Attenzione: non è detto che la desolazione sia necessariamente un frutto dell'azione del tentatore; potrebbe essere anche il frutto una conseguenza indiretta dell'azione di Dio (Dio non manda mai desolazione) che ci mostra quanto abbiamo ancora da crescere nella fede, nella carità e ci insegna a sperare in Lui contro ogni speranza ed evidenza.

### Testimonianza di S. Francesco di Assisi (dalle Fonti Francescane)

---

Quando Francesco si sentiva afflitto da qualche pena o tentazione spesso si internava a pregare nella selva che si stendeva vicino alla chiesa, per dare liberamente sfogo all'angoscia e al pianto in presenza del Signore... [1568]

Quando doveva fare delle scelte e doveva decidere su qualcosa (per esempio se recarsi in Francia a predicare la Parola di Dio), Francesco ricorreva alla preghiera e chiedeva ai suoi frati di pregare: Era infatti abitudine del Santo, non solo quando era in procinto di recarsi a predicare in terre lontane, ma anche quando voleva percorrere una regione vicina, di pregare il Signore e invitare i

fratelli a pregare affinché Dio dirigesse il suo cuore a portarsi là, dove fosse meglio secondo la volontà divina. [1634]

Sarà soprattutto nel prodigioso incontro sul monte della Verna, due anni prima di morire, che nuovamente il Crocifisso gli parlerà, imprimendo anche nel suo corpo i segni della Passione. Francesco ha compreso il valore delle piaghe di Gesù e chiede a Dio di diventarne in qualche modo partecipe.

*O Signore mio Gesù Cristo,  
due grazie ti prego che tu mi conceda prima di morire:  
la prima che in vita mia io senta  
nell'anima e nel corpo, per quanto è possibile,  
quel dolore che Tu, dolce Gesù,  
sostenesti nell'ora della tua acerbissima Passione;  
la seconda che io senta nel mio cuore,  
quell'infinito amore nel quale Tu, Figlio di Dio,  
eri acceso nel sostenere volentieri  
tanta Passione per noi peccatori.*  
(Dai Fioretti)

Questa richiesta viene esaudita: due anni prima di morire, nel mese di settembre del 1224 sul monte della Verna, Francesco riceverà nel suo corpo queste sante stimmate.

Domande per approfondire personalmente

*Sono capace di descrivere ciò che succede nel mio cuore?  
Riesco a "separare" i diversi moti della mia anima per dare ad ognuno di loro un nome ed una provenienza?  
Mi sento consolato o desolato?  
Mi sento nel caos e nella limpidezza?  
Trovo qualche aiuto concreto sul mio cammino di discernimento?*

*Salmo 139 Omaggio a chi sa tutto*

Signore, tu mi scruti e mi conosci,  
2tu sai quando seggo e quando mi alzo.  
Penetri da lontano i miei pensieri,  
3mi scruti quando cammino e quando riposo.  
Ti sono note tutte le mie vie;  
4la mia parola non è ancora sulla lingua  
e tu, Signore, già la conosci tutta.  
5Alle spalle e di fronte mi circondi  
e poni su di me la tua mano.

<sup>6</sup>Stupenda per me la tua saggezza,  
troppo alta, e io non la comprendo.  
<sup>7</sup>Dove andare lontano dal tuo spirito,  
dove fuggire dalla tua presenza?  
<sup>8</sup>Se salgo in cielo, là tu sei,  
se scendo negli inferi, eccoti.  
<sup>9</sup>Se prendo le ali dell'aurora  
per abitare all'estremità del mare,  
<sup>10</sup>anche là mi guida la tua mano  
e mi afferra la tua destra.  
<sup>11</sup>Se dico: «Almeno l'oscurità mi copra  
e intorno a me sia la notte»;  
<sup>12</sup>nemmeno le tenebre per te sono oscure,  
e la notte è chiara come il giorno;  
per te le tenebre sono come luce.  
<sup>13</sup>Sei tu che hai creato le mie viscere  
e mi hai tessuto nel seno di mia madre.  
<sup>14</sup>Ti lodo, perché mi hai fatto come un prodigio;  
sono stupende le tue opere,  
tu mi conosci fino in fondo.

Preghiamo insieme

**O alto e glorioso Dio, illumina le tenebre  
del cuore nostro. Donaci fede retta, speranza certa, carità perfetta e umiltà profonda.  
Dacci, Signore, senno e discernimento per compiere la tua vera e santa volontà. Per Cristo  
nostro Signore  
Amen**