

Carissimo o Carissima,

con questo scritto vorrei iniziare la collaborazione con la bella rivista de *Il Vento*, che conosco da tanti anni e che svolge un ottimo servizio per la diffusione degli esercizi spirituali tra i giovani. Ho scelto di scrivere col genere letterario della lettera per rendere più facile la comunicazione e più diretta la spiegazione degli esercizi. Se ricordi i tuoi studi d'Italiano, saprai che la lettera è un genere molto usato nella comunicazione umana. Ricorderai la *Lettera a una professoressa* di don Lorenzo Milani, oppure le famose *Lettere dal carcere* di Antonio Gramsci, le belle *Lettere* di Francesco Petrarca e di santa Caterina da Siena e tanti altri epistolari. Oggi noi comunichiamo con sms ed e-mail, ma non sono altro che piccole o grandi lettere scritte e trasmesse per via informatica. Il genere della lettera mi permetterà anche di parlarti in modo confidenziale, come un amico parla ad un amico, come insegna sant'Ignazio negli esercizi ed è proprio degli esercizi spirituali che vorrei parlarti, con calma e con gioia.

I momenti della vita

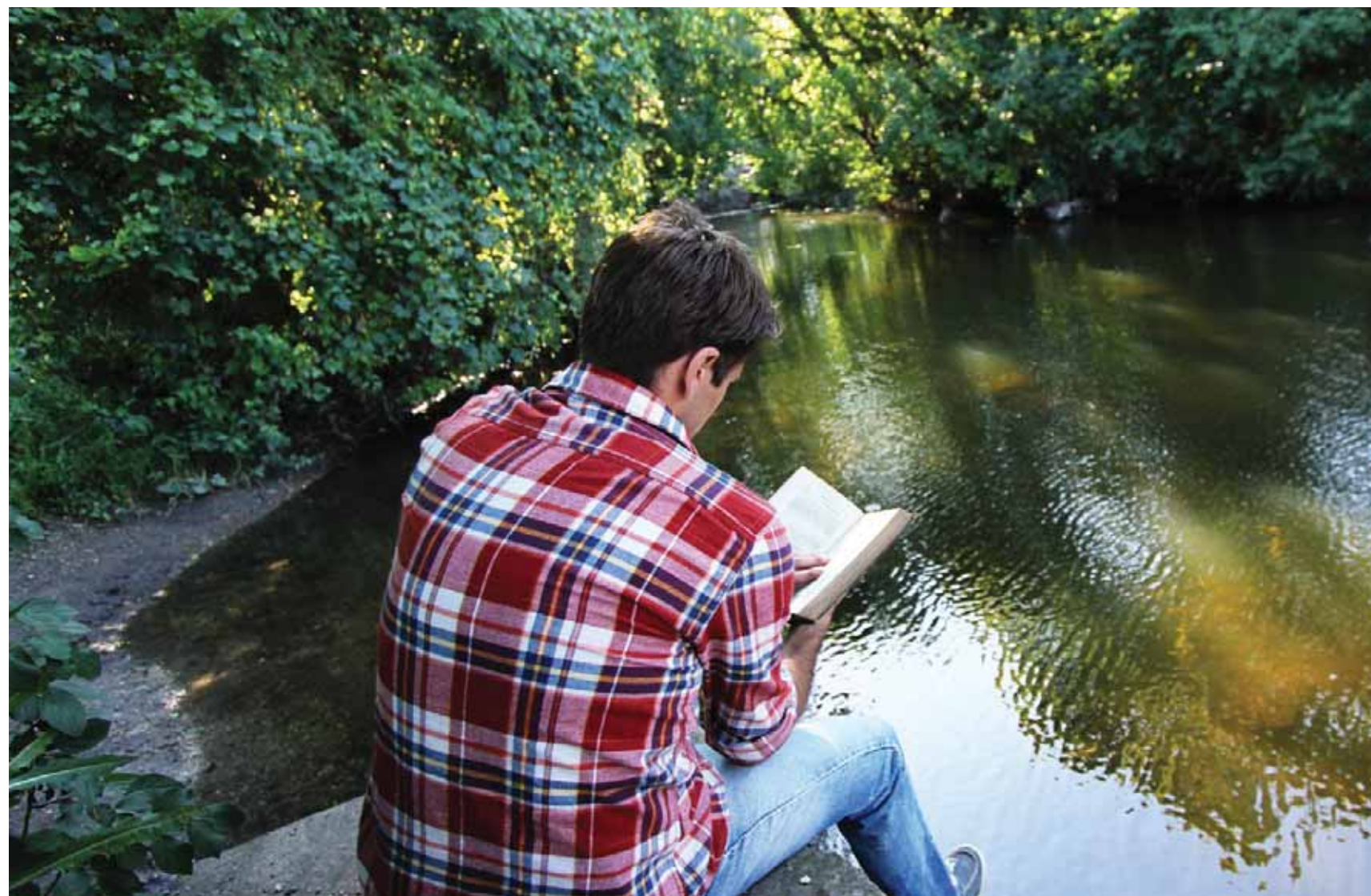
Da dove cominciamo? Io direi di iniziare dalla vita, da ciò che tutti noi viviamo e speriamo, soffriamo e amiamo, da ciò che siamo e vorremmo essere. Vedi, ci sono nella nostra esistenza dei momenti più importanti di altri. Tutti viviamo momenti di divertimento e lavoro, di pace e conflitto, di famiglia e amicizia, di solitudine e comunità. Tra questi momenti vi sono quelli in cui dobbiamo fare una scelta e prendere una decisione. Sono i momenti più importanti! Ci sono scelte che possiamo fare solo noi, momenti in cui nessuno può decidere se non noi. Sono momenti difficili, a volte dolorosi. Molti spesso sfuggono da essi, posticipano la decisione o la delegano ad altri. A volte non si sa come fare e si decide in modo affrettato, superficiale e rischioso. Alcuni ritengono che la nostra vita sia dominata dai grandi sistemi, come l'economia, la classe sociale, la psicologia, il bagaglio genetico ecc. In realtà, nelle decisioni abbiamo sempre uno spazio di movimento e di libertà. Certo, alcune scelte sono piccole e di vita quotidiana, come ad esempio iscriversi a un torneo sportivo, partecipare a un campo scuola o andare a una festa. Altre invece sono più consistenti, come scegliere un corso di studi, accettare un lavoro, vivere una relazione, andare verso il matrimonio, la vita religiosa o il sacerdozio. Sono tutte scelte che non si possono delegare ad altri e di fronte alle quali spesso ci si sente fragili e insicuri, non si sa come procedere, si avverte paura e angoscia. In quei momenti possono essere utili gli esercizi di sant'Ignazio,

perché insegnano a vivere bene la dinamica decisionale e conducono a fare la scelta giusta, quella che lascia una felicità duratura. E' proprio per questo che vorrei parlarne.

L'aiuto degli esercizi

Ora ti presento un brano degli esercizi. Prova prima a leggere il testo che ti riporto, poi io te spiegherò, in modo che tu possa comprenderlo meglio e applicarlo alla tua vita. Tieni presente, però, che il linguaggio degli esercizi è molto antico e quindi cerca di avere pazienza e di riflettere bene su quello che leggi.

La prima annotazione è che con questo termine esercizi spirituali si intende ogni modo di esaminare la coscienza, meditare, contemplare, pregare vocalmente e mentalmente, e altre attività spirituali, come si dirà più avanti. Come infatti il passeggiare, il camminare e il correre sono esercizi corporali, così tutti i modi di preparare e disporre l'anima a liberarsi da tutti gli affetti disordinati e, una volta che se ne è liberati, a cercare e trovare la volontà divina nell'organizzare la propria vita per la salvezza dell'anima, si chiamano esercizi spirituali. [ES 1]



I momenti delle scelte e gli esercizi spirituali

Come vedi si parla di «prima annotazione», nel testo originale spagnolo si dice «primera anotación». Sant'Ignazio, che d'ora in poi chiamerò anche l'Autore degli esercizi, per non ripetere sempre il suo nome, ha esposto prima del suo percorso venti annotazioni, in cui spiega come si svolgono gli esercizi. Alcune annotazioni sono dedicate alla persona che fa gli esercizi, in spagnolo «el que recibe los ejercicios» [ES 5], altre sono per chi li propone, «el que da los ejercicios» [ES 6]. Quella che ti presento è la prima e in essa si spiega il titolo «Esercizi spirituali». Come vedi, sant'Ignazio fa un paragone tra esercizi corporali e spirituali; è un paragone che lui prende da san Paolo, il quale afferma un'analogia tra gli sportivi e i credenti: entrambi si impegnano per i va-

lori in cui credono (puoi leggere i brani di 1 Cor 9,24-26 e Fil 3,13-14). Questo paragone ci permette di capire che non si tratta di lezioni, né di contenuti da assimilare. Sono invece attività da svolgere, che aiutano la capacità di scelta della persona credente. Perché tu possa capire bene il pensiero di sant'Ignazio vorrei fare anch'io un paragone e chiederti: a scuola, che differenza esiste tra lezioni ed esercizi? Le lezioni chi le svolge? Tu risponderai facilmente: l'insegnante! E gli esercizi, invece, chi li svolge? Tu dirai: gli alunni! Infatti, sant'Ignazio non ha usato le parole «lezioni», ma la parola «esercizi», perché essi sono delle attività che la persona può e deve fare. Non si tratta solo di ascoltare un insegnamento, pur simpatico e profondo, ma di vivere un

percorso, di crescere nella capacità di scegliere e decidere, tenendo conto della fede e del rapporto con Dio.

La forza dell'amore

Nel testo che ti presento, l'Autore parla di «modi di preparare e disporre l'anima a liberarsi da tutti gli affetti disordinati», nel testo originale spagnolo si dice da «todas las afecciones desordenadas». Questo è un aspetto importante del percorso e della concezione della persona umana. Se l'affettività non è intesa bene, si rischia di fare degli errori, che disturbano la dinamica decisionale. Io direi di fermarti un momento sul concetto di «afecciones», cioè di affetti. Che cosa è l'affetto? Per spiegarti in modo semplice cosa sia l'affetto, ti direi che è l'amore, il voler bene a una persona cara, ma anche il voler bene agli amici, alle proprie cose, agli animali, alle piante, all'intera creazione. La parola «affetto» deriva dal latino «ad-facere», che significa voler fare qualcosa per qualcuno. L'affettività è la capacità di amare ed è una grande forza in noi. Quanto è importante, ad esempio, che una madre voglia bene al suo bambino, che un insegnante sia affezionato ai suoi alunni, che un professionista sia affezionato ai suoi strumenti e uno studente ai suoi libri! L'affetto è una grande forza in ciascuno di noi, tuttavia sant'Ignazio presenta il concetto di «disordine» e parla di «afecciones desordenadas». Che cosa è un affetto disordinato? Direi di non essere ingenui, ma realisti. L'affettività si rivolge sempre verso un oggetto, perché è un fare qualcosa a qualcuno. Noi abbiamo l'esperienza che la nostra affettività si rivolge verso qualcosa di buono, ma anche verso qualcosa di non buono, di cattivo o di non nostro. Non dobbiamo scandalizzarci di questo e neppure spaventarci. E' normale, fa parte della creazione. Dio ci ha creati così e ci ha dato la capacità di governare la nostra affettività, il compito di gestire la forza che è dentro di noi e che aumenta e si trasforma nel tempo. Se permetti, ti farei un altro paragone, forse non troppo elegante, ma adatto alla nostra esperienza. L'affettività è come una cagnolina. Lei si muove da sola, è attirata dal cibo, da qualche bel prato su cui correre, da qualche albero da segnare. A noi tocca però guidarla e gestirla bene, perché potrebbe anche farsi del male o causare dei danni, come creare un incidente attraversando la strada o mangiare qualcosa di velenoso. Così anche la nostra affettività va gestita e guidata bene, con amore e responsabilità. Gli esercizi spirituali ci insegnano come farlo: a volte dobbiamo tenerla al guinzaglio, altre lasciarla libera di correre, altre aiutarla a raggiungere il suo obiettivo.



Il vero bene per te

In questo brano si accenna alla volontà di Dio e si indica l'importanza di «cercare e trovare la volontà di Dio nell'organizzare la propria vita», nel testo originale si dice «la voluntad divina en la disposición de su vida». Tu mi chiederai: Che cosa è la volontà di Dio? Vedi, questo è un linguaggio antico e teologico, ma posso tradurtelo in una forma più comprensibile. La volontà di Dio è il vero bene per te, per la tua persona e per la tua vita. E' il bene nella gestione dell'affettività. La volontà di Dio è il vero bene per te, in una situazione e in un momento particolare della tua vita. I santi ci hanno insegnato che il bene non è bene perché è volontà di Dio, ma al contrario: ciò che è veramente bene, proprio quello è la volontà di Dio e gli esercizi ci aiutano a scoprirlo. Quando si comincia un percorso di esercizi non si sa quale sia il bene per noi. Lo si scopre a poco a poco, attraverso la preghiera e gli insegnamenti di sant'Ignazio. Gli esercizi non ci dicono quale sia la volontà di Dio, ma ci insegnano a cercarla e trovarla, a scoprire qual è il vero bene per noi, qui e ora. Se continueremo questa corrispondenza, ti mostrerò ciò che sant'Ignazio suggerisce al riguardo. Per ora ti invito solo a prendere coscienza dei momenti decisionali della tua vita, perché quando si vive una dinamica di scelta si è nella condizione migliore per capire gli esercizi di sant'Ignazio e per ricavarne un buon frutto.

Arrivederci e buon percorso.

Padre Lorenzo Gilardi S.I.