

# Ordinare gli affetti per avere la pace

**C**arissimo o Carissima, continuiamo il nostro dialogo attraverso le belle pagine de *Il Vento*, la rivista degli esercizi spirituali per i giovani. Come saprai questa rivista, nei suoi due formati, cartaceo e telematico, è opera di un gruppo di amici della Comunità parrocchiale della SS. Trinità di Nichelino, una città vicino a Torino. Che questa piccola rivista per gli esercizi spirituali dei giovani sia curata in una parrocchia è molto significativo. Ci saranno certo dei motivi storici, persone interessate agli esercizi, sacerdoti attenti alla vita interiore, programmi formativi che includono preghiera e discernimento; in ogni caso, come anche tu sai, la parrocchia è oggi la comunità ecclesiale fondamentale. Nella parrocchia ci si incontra per la celebrazione eucaristica, nella parrocchia è curata l'iniziazione cristiana e la formazione permanente degli adulti, nella parrocchia si prega per gli ammalati e si celebrano i funerali dei credenti. La parrocchia è la comunità ecclesiale in cui si vive la fede, la si celebra e ci si forma per vivere bene nella società. Dalla parrocchia bisogna partire con gli esercizi spirituali! Come saprai ci sono molte forme di esercizi, quelli fatti nella vita quotidiana, quelli residenziali, quelli brevi e quelli lunghi. Le forme possono essere diverse,

ma ciò che conta è lo spirito degli esercizi, l'interiorità che essi suscitano e curano. Una rivista per gli esercizi spirituali curata da una comunità parrocchiale è un bel segno di qualità delle attività pastorali, non solo animazione e dinamiche di gruppo, ma anche preghiera, ascolto della voce di Dio, sequela dello Spirito e grande fedeltà a lui.

Affinché il Creatore e Signore operi più efficacemente nella sua creatura, se per caso la tale anima è disordinatamente affezionata e incline verso una cosa, è molto conveniente muoversi, impegnando tutte le proprie forze, per arrivare al contrario di ciò a cui è male affezionata. Se, per esempio, è propensa a cercare e a ottenere un ufficio o un beneficio non per l'onore e la gloria di Dio nostro Signore né per la salute spirituale delle anime, ma per i propri vantaggi e interessi temporali, deve affezionarsi al contrario, insistendo nelle preghiere e altri esercizi spirituali e chiedendo l'opposto a Dio nostro Signore: cioè, di non volere quell'ufficio o beneficio, né qualsiasi altra cosa, se sua divina maestà, riordinando i suoi desideri, non gli cambi la sua prima affezione; di modo che il motivo per desiderare o tenere una cosa o l'altra sia solo il servizio, l'onore e la gloria di sua divina maestà [ES 16].

## La dimensione affettiva della vita

**I**n queste lettere ti sto presentando gli elementi strutturali del percorso degli esercizi, così come sono stati esposti da sant'Ignazio nelle prime venti annotazioni del libro degli *Esercizi spirituali*. Siamo arrivati alla nota sedicesima, che vorrei presentarti e spiegarti brevemente, offrendoti una interpretazione adeguata ai nostri tempi e alle nostre necessità. Ti consiglio di leggere adesso il testo che ti riporto nella casella, così possiamo avere una base comune su cui riflettere. L'annotazione è dedicata alla gestione dei propri affetti, affetti che sant'Ignazio indica, col linguaggio del suo tempo, come ordinati o disordinati. Qui egli parla della necessità del mettere in ordine gli affetti per avere la pace, interiore e esteriore, la pace che è frutto della giustizia di Dio; egli usa l'espressione «ordinare i desideri», nella forma del gerundio spagnolo «ordenando sus deseos». Ordinare i desideri corrisponde all'ordinare gli affetti, perché i desideri derivano dagli affetti e ne esprimono l'intrinseca finalità. Proviamo a riflettere sugli affetti e a vedere come si gestiscono, se si vogliono gestire. Un gesuita spagnolo, il padre Louis García Domínguez, uno studioso degli esercizi, ritiene che l'affettività abbia un



## Lettere a un amico

ruolo molto importante nel percorso degli esercizi e che quindi non possa essere trascurata, soprattutto nei momenti di contemplazione ed elezione: «L'affetto fa riferimento alla facoltà della volontà, una parte o una potenza dell'anima, sede dell'affettività e delle passioni, ma anche luogo della decisione libera e della pratica della virtù» (L.M. GARCÍA DOMÍNGUEZ, «Afecto», in *Diccionario de Espiritualidad Ignaciana*, Mensajero - Sal terrae, Bilbao 2007, pp. 95-102, cit. p. 95); aggiunge ancora «Il significato di "affetto-affezionarsi" [afecto-afectarse] assume un peso notevole col considerare l'enorme importanza che l'affettività ha nella antropologia e nella spiritualità ignaziana e, concretamente, nel momento di ogni decisione» (*Ibidem*, p. 97). Se l'affettività è così importante per gli esercizi, tu potresti chiedermi: Che cosa si intende per affettività? Che cosa è? Di cosa si tratta? Vediamo allora di chiarire questi punti fondamentali.

### Affettività, affetto e affezione

Con affettività si intende una facoltà della nostra interiorità, che potremmo chiamare il nostro cuore e che tradizionalmente era collegata alla volontà e alla capacità di amare. L'affettività come facoltà contiene in sé gli affetti, cioè i sentimenti dell'amore, con tutte le loro sfumature e alternative: voler bene o odiare le persone, gli animali, le cose, i luoghi ecc. L'affettività è la capacità di amare che ogni persona ha, almeno la persona sana. Oggi alcuni psichiatri hanno messo in luce una patologia dell'affettività, molto dolorosa e pericolosa, che hanno chiamato «alessitimia», cioè incapacità di avvertire e raccontare le proprie emozioni, quindi anche i propri affetti. La parola è formata da un «a» privativo, cioè un non; poi da «lexis», cioè mancanza di lessico, e infine «thymos», emozioni, sentimenti e affetti. Negli esercizi spirituali noi parliamo sempre con persone sane, che sanno amare e odiare, che avvertono sentimenti, che sanno parlarne e gestirli. Per tale aspetto della salute necessaria agli esercizi, padre García Domínguez ha notato che l'affettività svolge un ruolo importante nel momento centrale degli esercizi, quello dell'elezione. Nelle lingue romanze, come l'italiano, il francese lo spagnolo e altre, si sono formate due parole da una stessa radice linguistica: affetto e affezione, nel testo degli esercizi spirituali «afecto» e «afección». Entrambe provengono dalla

parola latina «adfectus», che ha alla sua origine la preposizione «ad», che significa a, per, e il verbo «ficere», cioè «facere», fare, operare. La parola dice bene cosa significa e a che cosa si riferisce: il desiderio di fare qualcosa per qualcuno! Alcuni autori moderni, come Renato Cartesio e Benedetto Spinoza, hanno collegato «adfectus» alla parola greca «pathos», che indicava appunto il sentimento e la forza interiore.

### Il linguaggio degli esercizi

Nel testo degli *Esercizi spirituali* si trovano due termini che indicano la realtà affettiva, entrambi presenti della lingua spagnola, nel castigliano del tempo: «afecto», presente dieci volte nel testo degli esercizi, e «afección», presente undici volte. Nelle lingue spagnola del tempo era presente anche il termine «afición», che non è presente nel testo degli esercizi ma in altri scritti di sant'Ignazio; il padre Garcia rileva che «[afición] sembra avere il significato di un'attrazione spontanea e naturale, come l'affezione carnale alla propria famiglia o l'affezione ad altre persone, allo studio, ai luoghi e alle letture. I testi utilizzano questa parola nel contesto del disordine che può prodursi posteriormente in chi sperimenta tale attrazione, se non è in grado di cambiarla di qualità» (*Ibidem*, p. 96). Negli esercizi, lasciando da parte «afición» che non vi è presente, le altre due parole, «afecto», affetto, e «afección», affezione, sono invece presenti e usate con due sfumature di significato differenti. La parola «afección», affezione, è sempre accompagnata da un aggettivo qualificativo negativo; ad esempio, sant'Ignazio presentando gli esercizi parla di allontanare da sé le «afecciones desordenadas», le affezioni disordinate [ES 1], e nell'annotazione sedicesima di «[afección] inclinada a una cosa desordenadamente», «mala» e «primera» [ES 16]. La parole «afecto», affetto, amore, devozione, è usata sempre da sola e riferita molte volte a Dio, a Gesù, alla Madonna e ai santi, come nella *Contemplazione per crescere nell'amore*, dove si invita l'esercitante a ponderare i benefici ricevuti, «con mucho afecto», con molto affetto, cioè con amore e riconoscenza. In tal modo, come puoi immaginare, nel linguaggio tecnico degli esercizi la parola affetto, voler bene, è usata normalmente per gli affetti ordinati (così in ES 60 e 234; non in ES 153, 154, 155 e 157), mentre la parola affezione, voler bene, è



usata per gli affetti disordinati (in ES 16, 21, 149, 155, 172, 179 e 342). Mettere in ordine i propri affetti, metterli in gerarchia, vedere quale prevalga su un altro, è opera della persona ed avviene attraverso il ragionamento, il buon senso, l'ascolto di se stessi e del proprio cuore, nella preghiera e con l'aiuto della grazia di Dio. Non credo però che sia sufficiente vedere quale affetto prevalga, quale sia il più importante e significativo, bisogna vedere se la grazia di Dio lo conferma, cioè lo attiva. L'affetto è una realtà misteriosa che non dipende solo dalla ragione e dalla buona volontà umana. Padre Garcia dice che «il cuore diventa maggiormente attivo quando è toccato dal ragionamento vero e dalla fede, a sua volta [il cuore, cioè l'affetto] muove la persona a procurare, pretendere e preferire qualcosa, relativizzando le prime emozioni o almeno ordinandole nella direzione migliore» (*Ibidem*, p. 99). L'annotazione 16 è quindi semplice da capire, ma richiede una corretta comprensione dell'affettività. A te che leggi queste righe direi di non avere paura dei tuoi affetti, di prenderne coscienza, di riconoscerli e di dar loro un nome. Poi, con la preghiera e la grazia di Dio, vedrai come si orientano e si mettono in gerarchia, da soli, e col tempo vedrai quale prevale in te. Quello che in te prevale, in preghiera, in sincerità e verità, quello ti indicherà la volontà di Dio per te, in quel momento della tua vita. L'affetto va emergere il desiderio e il desiderio è la prima forma dello Spirito. Auguri allora di un buon ascolto, carissimo e carissima, perché sempre ti ho voluto, ti voglio e ti vorrò bene.

**Padre Lorenzo M. Gilardi S.I.**