

Gli esercizi spirituali nella vita quotidiana

Carissimo o Carissima, continuiamo la lettura del testo degli *Esercizi spirituali* di sant'Ignazio, facendone con calma una spiegazione, paragrafo per paragrafo e parola per parola, cercando di comprendere esattamente l'intenzione del loro santo Autore e di conoscere le interpretazioni che nel corso dei secoli vi sono state date. Tu sei una persona che ormai conosce bene gli esercizi, li hai fatti varie volte e li hai anche usati per guidare gli altri nella preghiera e nel discernimento. Non dimenticare però che bisogna curare sempre la propria formazione, teologica e culturale. Come saprai, in pedagogia si parla di formazione iniziale, cioè di formazione di base, e di formazione permanente, quella che si fa nel corso della propria vita professionale. Nella lingua inglese, che è per noi oggi la lingua internazionale, si usa l'espressione *life-long learning*, per indicare l'apprendimento che si svolge lungo tutto l'arco della vita e che comporta cambiamenti concreti e progressivi. Io vorrei che anche il nostro piccolo studio del testo ignaziano fosse per te un apprendimento di quel genere: uno

studio che accompagni la tua vita, che la modifichi concretamente e che ti offra degli strumenti per aiutare gli altri nel discernimento. Nella lettera precedente, che spero tu ricordi, mi ero fermato sull'annotazione 18^a e sulla traduzione del verbo ignaziano «aplicar» con «applicare» e «adattare», riferito alle situazioni e alle persone (cfr. *Il Vento* 2024/1, pp. 14-15). Adesso possiamo passare all'annotazione 19^a, che continua l'opera di adattamento degli esercizi alle possibilità concrete delle persone. Ti consiglio però di leggere adesso il testo che ti riporto nella casella, così avremo una base letteraria comune su cui riflettere.

Le persone e le loro occupazioni

Dopo aver considerato nell'annotazione 18^a le persone «semplici» e «senza istruzione», di «poca consistenza» e di «poche capacità naturali», a cui come si è visto sant'Ignazio suggerisce di dare solo alcuni esercizi leggeri, in spagnolo «algunos ejercicios leves», espressione che è stata tradotta in latino con «aliqua ex dictis levioribus exercitiis» (Versio Vulgata) e «aliqua exercitia

leviora» (Versio Prima, P1 e P2), egli passa a considerare nell'annotazione 19^a le persone «di cultura o d'ingegno», occupate in «cose pubbliche o affari convenienti», cioè in impegni che non possono lasciare. Per questo tipo di persone sant'Ignazio elabora un altro adattamento degli esercizi consono alle loro possibilità. Si tratta di un adattamento forte e significativo, che esclude l'isolamento sociale, richiede solo un'ora e mezza di preghiera al giorno, comporta una selezione di esercizi e ne propone una diversa sistemazione.

L'annotazione 19^a è molto breve ed è anche incompleta, nel senso che dice solo alcune cose; forse è per questo che è stata oggetto di numerose interpretazioni lungo la storia e che ancora oggi continua a essere applicata con modalità differenti. Se vuoi approfondire la storia di questo adattamento e conoscere le sue principali interpretazioni contemporanee, puoi vedere la voce scritta da me «Gli esercizi nella vita quotidiana» in *Cathopedia*, l'enciclopedia cattolica on-line (https://it.cathopedia.org/wiki/Esercizi_spirituali_nella_vita_quotidiana). Da alcune testimonianze sappiamo che sant'Ignazio aveva praticato questo adattamento a Parigi per alcuni suoi compagni, ad esempio per Simone Rodriguez, che era impegnato allora con la scuola e gli studi, e in seguito anche con altre persone a Roma. Se si legge con attenzione il testo si può notare che, oltre alle capacità della persona, sant'Ignazio considera la sua disponibilità di un'ora e mezza di preghiera al giorno, scrive infatti: «dedicando un'ora e mezzo per esercitarsi»; la versione antica in spagnolo ha «tomando una hora y media para se exercitar», tradotta in latino con «hora una et dimidia diebus singulis ad sumenda nonnulla exercitia» (Versio Vulgata) e «accipienti horam cum dimidia ad exercitia facienda» (Versio Prima, P1 e P2). Ti riporto qui le tre antiche traduzioni latine perché vorrei mostrarti più avanti delle loro piccole varianti e il chiarimento del



Lettere a un amico

significato originario del testo che è stato fatto. Per ora ti faccio notare che le condizioni poste da sant'Ignazio per questa modalità di esercizi sono proprio minime: un'ora di meditazione o di contemplazione, più un'altra mezz'ora, forse per la Messa o i Vespri o l'esame di coscienza o il colloquio con la guida; questo non è precisato nel testo né nelle indicazioni successive di sant'Ignazio e neppure nelle interpretazioni dei commentatori; rimane solo l'accento presente nel testo all'esame di coscienza della prima Settimana, da svolgersi appunto per una mezz'ora, «se le puede dar asimismo por espacio de media hora el examen particular».

Le attività e l'ispirazione divina

Se passiamo dalle capacità e dalle disponibilità delle persone ai contenuti degli esercizi spirituali da dare si può notare che nell'annotazione 19^a sant'Ignazio parla di esercizi di prima Settimana e fa solo un breve accenno a quelli delle Settimane successive. Suggerisce infatti di esporre all'esercitante il *Principio e fondamento*, «spiegandogli perché l'uomo è creato», poi gli esami di coscienza particolare e generale, la confessione e la comunione, cioè «il modo di confessarsi e di ricevere il sacramento», gli esercizi sul primo, secondo e terzo peccato, quelli sul processo dei peccati e sulle conseguenze eterne dei peccati; tutto questo per la durata complessiva di dieci giorni. È un percorso piuttosto breve per essere svolto nella vita ordinaria! Subito dopo però egli accenna alla possibilità di un percorso successivo, che non viene definito bene e che si svolge sui misteri della vita di Cristo, scrive infatti: «seguendo lo stesso criterio per i misteri di Cristo nostro Signore, come più avanti e diffusamente si spiega». Sembra quindi che possano essere dati in questa modalità anche altri esercizi e che si possa condurre l'esercitante alla contemplazione dei misteri della vita di Cristo. Nella storia di questo adattamento è stato posto il problema se si potesse dare l'elezione oppure no in queste condizioni e con tali impegni dell'esercitante. Nella traduzione latina del testo detta *Vulgata* era stata usata l'espressione «ad sumenda nonnulla exercitia», che significa ricevere qualche esercizio; nelle altre versioni era stato inserito invece il verbo esercitarsi, «para se exercitar» in spa-

gnolo-castigliano, e il generico fare esercizi, «ad exercitia facienda» in latino nella Versione Prima, P1 e P2. Si era diffusa allora l'opinione che gli esercizi fatti nella vita quotidiana non potessero portare a una vera e propria elezione, perché secondo sant'Ignazio essa richiede sempre un grande isolamento e la massima libertà. Su questa linea alcuni avevano interpretato gli esercizi nella vita quotidiana come una preparazione agli esercizi residenziali, i quali soltanto, secondo loro, avrebbero permesso l'elezione. Tuttavia nel 1835, dopo la ricostituzione della Compagnia di Gesù, il Superiore Generale dei gesuiti padre Giovanni Roothaan (1783-1853) curò personalmente una nuova traduzione latina del testo spagnolo degli esercizi e tradusse quelle parole di sant'Ignazio con «dari Exercitia possunt [...] ad se exercendum», cioè si possono dare esercizi per esercitarsi; in una sua nota all'annotazione 19^a spiega che «Non enim aliqua solum, sed etiam omnia», non solo alcuni ma *tutti* gli esercizi si possono dare in questa modalità. Il padre Roothaan affermava quindi esplicitamente e autorevolmente la possibilità di far fare l'elezione anche negli esercizi svolti nella vita quotidiana, cioè tra le proprie occupazioni ordinarie.

La preghiera e l'ascolto interiore

Questa volta ho dedicato attenzione al testo degli esercizi e alle sue antiche interpretazioni per offrirti una base sicura e per confermarti che le sante e divine ispirazioni si possono accogliere anche nella vita quotidiana; l'importante è che la persona preghi veramente e si ascolti sinceramente, facendo attenzione alle consolazioni e alle desolazioni che avverte nella vita e nella preghiera. Bisogna comunque ricordare il consiglio di sant'Ignazio riguardo al momento dell'elezione, consiglio che rimane sempre valido; egli diceva:



«Entrando nei tre o quattro tempi dell'elezione, [colui che riceve gli esercizi] si isoli in modo tutto particolare, senza voler vedere o sentire cosa che non venga dall'Alto» e poi «Immediatamente prima di questo [colui che dà gli esercizi] lo disponga a stare completamente disponibile ai consigli o ai precetti» (SANT'IGNAZIO DI LOYOLA, «Direttorio autografo», in *Gli scritti*, Adp, Roma 2007, p. 339, parr. 6-7). I modi e i percorsi degli esercizi spirituali nella vita quotidiana, o come alcuni più liturgicamente dicono nella vita ordinaria, possono essere molti e assai diversi tra loro, secondo l'indicazione ignaziana della giusta applicazione. L'importante è che la persona occupata segua le ispirazioni divine, si ascolti bene e preghi liberamente, perché come ci ha insegnato il Signore Gesù, Dio è Padre buono e risponde sempre alle richieste sensate dei suoi figli. Buon cammino allora anche a te, Carissimo o Carissima, per tutto l'Anno Giubilare che ormai viene.

P. Lorenzo Marcello Gilardi S.I.

A chi fosse occupato in cose pubbliche o in affari che non è possibile tralasciare, se è persona istruita o d'ingegno e può dedicare un'ora e mezzo per esercitarsi, dopo avergli spiegato per qual fine l'uomo è creato, gli si può dare ugualmente, per lo spazio di mezz'ora, l'esame particolare e poi anche il generale e il modo di confessarsi e di ricevere il sacramento; faccia per tre giorni ogni mattina, per lo spazio di un'ora, la meditazione del primo, secondo e terzo peccato; poi, per altri tre giorni, alla stessa ora, la meditazione del processo dei peccati; dopo, per altri tre giorni, alla stessa ora, mediti sulle pene che corrispondono ai peccati; gli si diano in tutte e tre le meditazioni le dieci addizioni. Si segua lo stesso criterio per i misteri di Cristo nostro Signore, come più avanti e diffusamente si spiega negli stessi esercizi. [ES 19]