

# Esercizi spirituali: scuola di fed

**C**arissimo o carissima, vorrei leggere con te un altro brano degli *Esercizi spirituali*, il libro che, come abbiamo detto altre volte, pur essendo stato scritto nel Cinquecento rimane ancora il punto di riferimento per ogni corso di esercizi che cerchi il vero progresso spirituale della persona. Stiamo leggendo le venti *Annotazioni*, cioè i paragrafi introduttivi che sant'Ignazio ha scritto per chi guidava gli esercizi, affinché non facesse errori con l'esercitante. Riflettendo su quelle note di sant'Ignazio, tutti possono trarre qualche vantaggio e quindi penso siano utili anche per te che cerchi di vivere la tua vita cristiana in un mondo di conflitti e di confusione. Nella casella di testo allegata trovi l'annotazione 12<sup>a</sup>. È un testo breve e semplice, ma offre alcune possibilità di approfondimento che forse ti possono interessare. Ti consiglierò però di leggere adesso il testo ignaziano che ti riporto, così abbiamo una base comune su cui riflettere.

Chi dà gli esercizi deve avvertire con insistenza chi li riceve che, come deve fermarsi per un'ora in ciascuno dei cinque esercizi o contemplazioni, che si faranno ogni giorno, così deve sempre procurare che l'animo rimanga soddisfatto nel pensare che è rimasto un'ora intera nell'esercizio, e piuttosto più che meno. Il nemico infatti suole adoperarsi non poco per fare abbreviare l'ora della contemplazione, meditazione o preghiera. [ES 12]

## La preghiera e le preghiere

**L**eggendo il testo ignaziano ti sarai reso conto che si riferisce agli *esercizi residenziali*, cioè a quelli fatti in una casa di esercizi o in un luogo di ritiro, e a *esercizi completi*, svolti cioè per un mese intero. Nel testo si accenna a «*los cinco ejercicios o contemplaciones*», ai cinque esercizi o contemplazioni, e a «*estar por una hora*», allo stare per un'ora nell'esercizio. Sono le modalità specifiche del mese ignaziano, che rimangono per noi un ri-

ferimento valido e significativo, ma che per te che fai gli esercizi brevi o li vivi nella vita quotidiana non sono praticabili né opportune. Come puoi tu dedicare cinque ore alla preghiera? Non ti è possibile! Ti dicevo che il testo ignaziano è comunque un riferimento significativo; in questo caso esso ricorda che gli esercizi sono un percorso di preghiera personale, un percorso biblico, guidato, accompagnato, ma sempre di orazione, non di predicazione. Come certo sai, noi abbiamo una lunga tradizione di esercizi predicati, fatti di insegnamenti e conferenze; penso che pure tu ne abbia esperienza: chi non ha mai sentito commenti su un predicatore di esercizi? Sulla preparazione, sul modo di porgere la materia, sulla simpatia e sulla vivacità della persona? Sono aspetti da tenere presente, certo, ma non sono la cosa più importante! Vorrei portare la tua attenzione invece sulla preghiera, perché quella è l'elemento essenziale di ogni corso d'esercizi. Come prima cosa ricorda che la preghiera è una relazione viva, non un recitare delle preghiere pre-costruite. Noi parliamo negli esercizi di "preghiera", cioè di una relazione personale con Dio, nella fede e nella divina rivelazione, non di "preghiere", formule scritte da altri con dei bei pensieri e delle belle ispirazioni da leggere e interio-

rizzare. La preghiera è una relazione viva e personale con Dio, fatta di reciproca comunicazione; una relazione che assume le modalità della vita: la gioia quando siamo felici, il dolore quando siamo tristi, la supplica quando siamo nelle necessità, il ringraziamento quando siamo nel dono ricevuto. La preghiera è una relazione che si vive all'interno della vita, non al suo esterno; non è alternativa all'esistenza e non si vive solo in un luogo appartato; essa è l'anima e il cuore profondo del nostro vissuto esistenziale. In essa si accoglie la luce che illumina, la forza che sostiene e la consolazione che guida. In ogni corso di esercizi noi impariamo prima di tutto la preghiera vera, non le preghiere; impariamo a comunicare con Dio e ad accogliere i suoi doni.

## Le quattro relazioni degli esercizi

**A**vrai notato che nell'annotazione dodicesima sono presenti ancora le caratteristiche specifiche dell'accompagnamento negli esercizi; si parla infatti di «*el que da los ejercicios*», in italiano di colui che dà gli esercizi, cioè la guida o l'istruttore del percorso, e di «*el que los recibe*», colui che li riceve, cioè l'esercitante che svolge il percorso di preghiera. Come ti ho già detto altre volte, la rela-



## Fedeltà alla Parola di Dio

zione di accompagnamento negli esercizi assomiglia a quella eucaristica, in cui il sacerdote “dà” il corpo e il sangue di Cristo e il fedele lo “riceve” nella fede. E’ una relazione di dono e di accoglienza. Se si entra all’interno di questa relazione si possono cogliere dimensioni e significati molto utili per la vita. Le relazioni che si vivono negli esercizi sono quattro e sono intrecciate tra loro. Vorrei che tu ne fossi consapevole, affinché tu le possa vivere bene, con serenità e buon frutto. Come ti ho detto, la prima relazione è quella della persona con Dio; è la relazione di fede che sant’Ignazio indica come la relazione immediata del Creatore con la creatura, una relazione comunicativa, salvifica per la creatura [ES 15]. Forse tu hai studiato un poco di filosofia al liceo o almeno hai sentito parlare di Martin Heidegger, un filosofo del Novecento, morto nell’ormai lontano 1976. Nei suoi scritti Heidegger spiega che la verità è sempre “epifanica”, nel senso che si mostra e si svela a chi la cerca. È proprio ciò che avviene negli esercizi! D’altra parte Heidegger da giovane voleva diventare gesuita e conosceva gli esercizi spirituali di sant’Ignazio. Negli esercizi si cerca sempre la verità, cioè la volontà di Dio, e questa a poco a poco si manifesta, si svela e ci rivela il senso della nostra vita. La seconda relazione che si vive negli esercizi è quella dell’esercitante con la Parola di Dio, con il testo che ci viene offerto dalla Chiesa ed è frutto di una lunga tradizione di santità e di sapienza. Ultimamente Papa Francesco ha raccomandato l’uso della Parola di Dio nella preghiera. Nella lettera che istituisce la Domenica della Parola, egli ci insegna che: «Senza il Signore che ci introduce è impossibile comprendere in profondità la Sacra Scrittura, ma è altrettanto vero il contrario: senza la Sacra Scrittura restano indecifrabili gli eventi della missione di Gesù e della sua Chiesa nel mondo» (*Aperuit illis*, 1). La preghiera negli esercizi fa sempre riferimento alla Parola di Dio, che è letta all’interno della relazione col Risorto, che la spiega e la applica alla vita. La terza relazione è con il testo ignaziano, quindi con la persona e l’esperienza di sant’Ignazio. Il libro degli esercizi con-

tiene una pedagogia della preghiera, della contemplazione e del discernimento. Il cardinale C.M. Martini ha invitato a studiare il testo degli esercizi e ad approfondirne il significato; un giorno disse in un’intervista: «Nei miei esercizi io continuamente riprendo il testo ignaziano, lo rileggo, lo rimedito. È un testo inesauribile. Naturalmente, da questo [bisogna] passare poi, come il testo insegna, alle contemplazioni bibliche stesse. Ma non dimenticare di lavorare sul testo, perché non lo conosciamo mai abbastanza» (*Gli esercizi spirituali. Esperienze di gesuiti italiani, Appunti di spiritualità*, 1986, 6). La quarta relazione presente negli esercizi è con la guida che propone i passi biblici e le istruzioni e che accompagna nel percorso. La relazione con la guida è una relazione di aiuto, quindi le sue indicazioni vanno accolte con fiducia e con rispetto. Per un buon accompagnamento sant’Ignazio ritiene che la guida debba essere ben informata di quello che l’esercitante vive, dei suoi pensieri, delle sue risonanze, delle paure e ispirazioni; deve cercare di capire, in latino “curet intelligere” (*Note date a voce*, II 5 4), quello che la persona sta vivendo, perché solo così potrà darle delle indicazioni adeguate e opportune, evitando che faccia errori o cada in eccessi.

### La fedeltà alla Parola di Dio

**N**el testo che stiamo considerando, sant’Ignazio raccomanda che la guida avverta ripetutamente l’esercitante, nel testo spagnolo dice «*ha de advertir mucho*», di cercare di essere soddisfatto, in spagnolo «*que el animo quede harto*», per aver vissuto l’intero tempo di meditazione o contemplazione, cioè l’ora di preghiera. Quello infatti è già un successo, perché si dice subito dopo «*el enemigo no poco suele procurar de hacer acortar la hora de la tal contemplación*», il nemico cerca sempre di ridurre il tempo della preghiera! La raccomandazione di sant’Ignazio porta l’attenzione della guida e dell’esercitante sulla fedeltà alla preghiera e ai suoi tempi. Vorrei avvisarti però che il tempo è solo una cornice esterna della relazione interpersonale con Dio e che ciò che conta veramente è



la prima relazione degli esercizi. È quella che dobbiamo curare ed è quella che ha una dinamica comunicativa salvifica. Il tempo è qualcosa di esterno, è un aiuto, un riferimento, ma ciò che conta è la relazione con Dio e Dio può avere dei tempi che non sono i nostri! Cerca di non essere rigido nei tempi, perché rischi di ostacolare la dinamica interna alla preghiera. Anche su questo M. Heidegger può insegnarci qualcosa. Nel periodo centrale del suo pensiero, Heidegger ha svolto una riflessione molto importante per la cultura europea. In *Essere e tempo* (1927) egli ha portato l’attenzione sul tempo in cui viviamo, sull’esserci e sull’essere. Se noi applichiamo le sue osservazioni all’esperienza degli esercizi possiamo vedere che il tempo è la struttura esistenziale in cui ci troviamo, la struttura esterna della preghiera, e l’essere è ciò che manifestandosi offre il senso di tutto ciò che esiste, cioè dell’esserci. In parole nostre, essendo Dio verità epifanica, Dio si manifesta a chi lo cerca e a chi si pone in ascolto della sua Parola. Ecco il senso attuale dell’insegnamento di sant’Ignazio in questa annotazione: mettersi in ascolto della Parola di Dio, in un tempo e per un tempo, ma non confondere mai il tempo con l’Essere, perché ciò che conta è l’Essere; è Dio che con la sua Parola ci guida e ci salva. Ti auguro allora di fare anche tu l’esperienza della Parola di Dio, perché solo l’esperienza personale può confermare e autenticare queste mie parole, che sono la mia interpretazione di quell’antico testo ignaziano fatta proprio per te.

Buon cammino!

**P. Lorenzo Marcello Gilardi S.I.**