

## Condizioni per un retto discernimento spirituale<sup>1</sup>

In questa terza unità, in continuazione con quanto detto nelle prime due lezioni, cerchiamo di individuare le *condizioni di fondo*, valide, se rispettate, a poter «presumere» di arrivare ad esercitare un retto discernimento.

### 3.1. Essere sani: individuare il bene più prezioso del cuore

Pensiamo a quando siamo invitati all'amore del prossimo, all'amore vicendevole. È evidente che non si tratta di un'esortazione sentimentale, per cui non posso dire di amare tutti gli uomini, se non sono capace di amare nel concreto il mio vicino. Ma l'errore, lì dove non siamo sani, sta nel fatto di pensare all'amore vicendevole sulla base del nostro sentire e non in funzione della *nostra esperienza di Dio*.

Se non c'è amore vicendevole, non significa che non ho buoni sentimenti: vuol dire che non sono intelligenti. In effetti in Ef 4,32-5,1 si dice: «*Siate benevoli gli uni verso gli altri, misericordiosi, perdonandovi a vicenda come Dio ha perdonato a voi in Cristo. Fatevi miei imitatori*».

Quello che qui è reso «perdonandovi a vicenda», in greco è un verbo altamente significativo. Abbiamo già avuto modo di citare questo passo. Non si tratta dell'usuale «perdonarsi», ma di un verbo che alla lettera si dovrebbe rendere «facendovi grazia gli uni gli altri come Dio ha fatto grazia di sé in Cristo a voi. Diventate quindi imitatori di Dio». Come Lui ha fatto dono di sé agli uomini in Cristo, così noi siamo chiamati a fare dono di noi agli altri in Cristo.

Qui va operato il discernimento: l'amore vicendevole non è in funzione del sentire di essere capaci di aprirci agli altri, ma in funzione della *condivisione di un'esperienza con Dio*, indipendentemente, almeno all'inizio, da quello che sentiamo. Il far grazia di sé agli altri risponde più direttamente al fatto di onorare sempre, comunque, in ogni occasione, gli altri. E questa è una decisione del cuore, non un effetto del suo sentire. È frutto di libertà, non di natura. Così dice il retto discernimento. **Il sentire dipende dalla natura, il decidere (acconsentire) dal volere.** Ma non semplicemente da quel volere che ancora esprime costrizione di abitudini, desideri e movimenti della natura, bensì da quel *volere libero che esprime responsabilità*, vale a dire *risposta di senso e di prospettiva* che il cuore liberamente assume. Non c'è corso di eventi, siano buoni o cattivi, capace di dar senso all'uomo. È l'uomo che, nella sua libertà responsabilmente giocata, da senso agli eventi e la responsabilità si gioca nel riconoscere che ogni azione è Grazia per vivere la propria *vocazione all'umanità*.

L'onorare non comporta la preoccupazione di abbassarsi davanti agli altri, ma di fare in modo che nessuno si abbassi davanti a noi. Questo contenuto positivo di far grazia di sé agli altri non può essere concretizzato, se il discernimento non è in funzione della *sapienza che viene dalla fede e da una fede sperimentata* perché se non abbiamo mai percepito che Dio ci ha

---

<sup>1</sup> E. CITTERIO, *La vita spirituale e i suoi segreti*, EDB, Bologna 2007, p. 150-162.

fatto grazia di sé senza che noi lo meritassimo, neanche noi saremo capaci di fare grazia di noi agli altri, quando non se lo meritano e ci danno fastidio o ci affliggono. Noi non sapremo mai presentare il nostro cuore accogliente, benevolo, se il nostro cuore non ha già provato ad essere accolto in modo benevolo, buono, da Dio. Ed ecco perché *l'amore del prossimo* è sempre legato alla *nostalgia di Dio* sia in chi lo dà sia in chi lo riceve.

Una affermazione di Massimo il Confessore ci aiuta a guardare ancora più in profondità:

*«Chi non disprezza gloria e disonore, ricchezza e povertà, piacere e dolore, non ha ancora raggiunto la perfetta carità: perché la perfetta carità non solo disprezza queste cose, ma persino la propria vita temporale e la morte».*

A noi pensieri di questo tipo suonano strani e difficili da capire. L'esercizio del discernimento invece è a tal punto preciso che fa *giocare la vita in rapporto al bene più prezioso del cuore*. L'amore, accolto e condiviso, che corrisponde all'esperienza e alla conoscenza del Dio che mi si è fatto vicino, è la cosa più preziosa che possiamo possedere e il cuore non trova nulla di più significativo o di più attraente nella vita, tanto da essere disposti anche a morire pur di non perderlo. Se non c'è niente per cui vale la pena di morire, vuol dire che il livello di vita è di bassa qualità. La vita è piena quando tu sei disposto anche a perderla per salvare quello che è il tesoro più prezioso. Nella fede il più delle volte non siamo certo «in pericolo» di martirio, ma la stessa logica del martirio vale nelle prove e nelle afflizioni della vita: «Scorgi ancora il tesoro? Lo vuoi difendere?». Se sì, siamo «martiri».

L'espressione «disprezzare» non va intesa come se i Padri invitassero a non tenere in conto il valore delle cose. Disprezzare equivale **all'essere indifferenti**; non però nel senso di non provare nulla, ma nel senso di non permettere che ci sia un motivo, a partire dalle cose, che faccia amare o odiare un altro uomo. Disprezzare vuol dire non cercare le cose come motivo sufficiente per amare od odiare. Da questo modo di vivere il disprezzo si scatena la libertà interiore. La sanità comporta il porsi a quel livello, dove entra in gioco la decisione del cuore. È la radicalità dell'esercizio della fede, nella convinzione che il nostro cuore è proprio fatto per quella radicalità, perché li trova la realizzazione della sua umanità.

### **3.2. Essere concreti: mai sentirsi nell'importanza di essere offesi**

Mi rifaccio a «*Le lettere di Berlicche*», di C.S. Lewis, dove viene descritta con arguzia l'attività di un giovane diavolo alle prese con le sue prime prede:

*«Il diavolo custode» di un inglese qualunque spinge con tutte le forze l'uomo, che lui "sorveglia", a sacrificarsi in una questione che lo preoccupa: quella eminentemente britannica del tè. Il comune mortale vorrebbe bere il tè delle cinque sulla terrazza, la moglie e la suocera preferiscono berlo in casa. Cedi, gli suggerisce il diavolo, sii pio, buono, altruista, sacramenti, accontentale. Così l'uomo beve il tè con loro e si sente sempre infelice e consapevole di subire un torto, la bevanda gli si ferma in gola, maledice nella sua mente le due donne che, a loro volta, si rendono ben conto che ha fatto loro una*

*concessione controvoglia e sentono crescere la loro avversione per lui. Il diavolo esulta, tre sue future prede. Cosa avrebbe dovuto fare l'uomo? Non andare troppo lontano sulla via della virtù per un fatto secondario, riconoscere i propri limiti; dire chiaro e tondo, che è più piacevole prendere il tè sulla terrazza, anche da solo. Le donne sarebbero state dentro, lui fuori, tutti sarebbero stati contenti, lo "spirito di sacrificio" privo di buon senso (e attuato a vanvera) sarebbe stato sconfitto e, ad un più alto grado di modestia, nessuna delle tre anime sarebbe affondata nei meandri del risentimento e dell'irritazione - meandri che per i piccoli diavoli sono un vero e proprio viale».*

La concretezza risponde all'urgenza della modestia nel vivere i propri sentimenti e i propri ideali. Penso a un commento ebraico della scena del peccato delle origini. Ricordate il colloquio tra il serpente ed Eva? Dove sta l'astuzia del serpente e il peccato di Eva? Rileggiamo i testi:

*«Il Signore Dio diede questo comando all'uomo: "Tu potrai mangiare di tutti gli alberi del giardino, ma dell'albero della conoscenza del bene e del male non devi mangiare, perché, quando tu ne mangiassi, certamente moriresti"» (Gen 2,16-17); «Il serpente era la più astuta di tutte le bestie selvatiche fatte dal Signore Dio. Egli disse alla donna: "è vero che Dio ha detto: Non dovete mangiare di nessun albero del giardino?". Rispose la donna al serpente: "Dei frutti degli alberi del giardino noi possiamo mangiare, ma del frutto dell'albero che sta in mezzo al giardino Dio ha detto: Non ne dovete mangiare e non lo dovete toccare, altrimenti morirete. Ma il serpente disse alla donna: "Non morirete affatto! Anzi, Dio sa che quando voi ne mangiaste, si aprirebbero i vostri occhi e diventereste come Dio, conoscendo il bene e il male"» (Gen 3,1-5).*

Qual è la differenza tra il comando che ha dato Dio e quello che Eva riporta al serpente? Eva altera la parola del Signore, fa un'aggiunta: «non lo dovete toccare». Quell'antico commento ebraico legge il testo con l'annotazione che il serpente ha detto ad Eva: «prova a toccarlo». Eva prova e non succede niente (e pensa: Dio non ha detto il vero!) e allora il serpente: «puoi anche mangiarlo». Eva mangia e disobeisce al Signore, trovando la morte.

Spesso noi ci troviamo esattamente in questa situazione nel nostro agire; *manchiamo di concretezza e di modestia e aggiungiamo qualcosa al comandamento di Dio.*

Nel discernimento occorre evitare in assoluto di aggiungere qualcosa alla parola di Dio. Si aggiunge sia perché si può interpretare in modo sbagliato la Parola che si invoca, sia perché si è immodesti, si va oltre le proprie forze. L'esempio riguardo all'amare il prossimo calza bene: se uno intende viverlo con il sentimento in un certo trasporto, non solo non osserva il comandamento, ma si allontanerà sempre più, perché come Eva dirà ad un certo punto: Dio mi ha ingannato, Dio comanda una cosa troppo complicata, fatta per i santi e non per tutti e così si chiude la possibilità di entrare nel regno dei cieli.

Altro esempio. Se mentre faccio una passeggiata mi imbatto in un cane e mi morde, resto ferito o offeso? Sicuramente solo ferito, magari arrabbiato nero con il padrone della bestia! Se invece incontro un uomo che mi dà del cretino, mi sento ferito o offeso? Mi ritrovo ferito dentro e offeso. Gli indiani dicono che un guerriero, per essere guerriero, può subire infinite

ferite ma mai sentirsi offeso, perché nessuno può entrare nella testa dell'altro e dire: tu non mi devi fare questo. Il guerriero sa di non essere tanto importante nel mondo da essere offeso da qualcuno. Per esercitare **un vero discernimento ed essere nella concretezza, non dobbiamo mai sentirci nell'importanza di essere offesi**. Questo però gli indiani lo dicono del guerriero perché l'uomo normale della tribù non arriverebbe a questo livello, ma chi accetta di fare un cammino spirituale deve sentirsi come un guerriero.

La concretezza della provvidenza per noi si esprime, per chi ha un buon discernimento, in tanti modi. Per esempio, quando vediamo un altro agire in un certo modo e formuliamo un giudizio oppure sentiamo un fastidio o subiamo un'afflizione da parte dell'altro, il fatto di registrare la cosa ha un preciso significato: è come se Dio ci avvertisse che qualche cosa di quell'atteggiamento cattivo l'abbiamo anche noi e ci invita al pentimento. Anche questo è un modo di imparare a discernere per quale strada noi dobbiamo passare.

Suggerisco altre due piccole indicazioni per essere concreti nel discernimento.

Una prima, quella che possiamo definire in sintesi come **il recupero dell'energia del peccato**. Spesso buttiamo via i nostri peccati disprezzandoci e invece sono preziosi, bisogna imparare a sfruttarli. Occorre *chiedersi nella preghiera cosa cercavamo*. L'antico adagio «odiare il peccato, ma non il peccatore» deve valere anche nei nostri confronti.

Nei peccati restano come intrappolate le risorse spirituali in termini di anelito, di desiderio, che dobbiamo imparare a decifrare e recuperare attraverso il pentimento. Ogni peccato si può così trasformare in un trampolino di lancio e non tramutarsi, come spesso capita, in un ingombro della coscienza. *Riconoscere il proprio peccato* fino in fondo vuol **dire comprendere l'esperienza interiore soggiacente**, le risorse positive impiegate che non perdono il loro valore semplicemente perché sono state impiegate male.

Non è poi realmente importante superare il difetto (di difetti ne avremo sempre); l'importante è riuscire a non giustificare il nostro difetto, a nessun livello. Significa accettare il principio della gradualità: ogni cosa comporta la sua concatenazione necessaria, nel tempo. Accettare questo con pace, in tutta normalità, evita rabbia e frustrazioni inutili e presuntuose. Si tratta, nella preghiera, di impostare un dialogo profondo che porti, in modo più o meno esplicito, ad una *manifestazione verbale dei pensieri*, cioè di quelle pulsioni elementari considerate/ancora prima che assumano una precisa connotazione morale è responsabile.

Si tratta di *imparare a entrare nel proprio cuore*, approdando in tal modo ad una reale conoscenza di se stessi. Vengono via via svelate quelle identificazioni, per lo più inconsce, che ciascuno instaura con una particolare *immagine di sé stesso*, immagine che di fatto rappresenta una maschera, la quale cela il proprio vero essere a se stessi e agli altri. Riuscire a riconoscerci nella nostra realtà, con pacatezza e misura, insegna a scoprire e a liberare quell'energia profonda del cuore che in molti casi è soffocata da gravi sensi di colpa o da schematismi morali costrittivi. È una buona propedeutica, insomma, per offrire a Dio tutto di noi.

La seconda, ancora nei riguardi del prossimo, la possiamo definire così: **non sprecare nessuna reazione**. Quando sentiamo un fastidio, un disagio, oppure un desiderio di prepotenza... non buttiamo via queste *reazioni della sensibilità* perché nascondono i nostri timori e i nostri desideri: *tutto ciò che registriamo verso il prossimo parla del nostro cuore*. Se

sappiamo tenerne conto, avremo spesse volte delineata in pratica la strada da percorrere. Non si tratta di fare uno sforzo particolare, ma di un'attenzione alle proprie reazioni nelle varie circostanze (registrare ciò che succede nel cuore). Non dobbiamo perdere nulla di quello che passa nel cuore, nel bene e nel male, e spesso il male che passa ha più da insegnarci del bene, perché il male ci fa vedere i punti più deboli, le corde che più vibrano e toccando le quali possiamo aprirci al regno di Dio.

### **3.3. L'intelligenza delle Scritture: discernimento spirituale e Parola di Dio**

Per custodire veramente il nostro cuore abbiamo bisogno di una parola certa e fedele, una parola che non può essere ingannata, una parola capace di fare chiarezza e mascherare l'origine e la direzione dei nostri desideri, una parola alla quale i pensieri non possono resistere e sono obbligati a rispondere correttamente. Questa parola capace di far luce e di interrogare ciò che si muove nel nostro cuore e ciò che orienta la nostra vita è la Parola di Dio. La Parola di Dio permette un autentico discernimento spirituale in vista di una scelta conforme alla volontà di Dio, al progetto che Dio ha su di noi; un discernimento appunto secondo lo Spirito.

In realtà, non è così facile disporsi a giocarsi le nostre scelte di vita secondo la Parola di Dio. E questo per diversi motivi, tra i quali la tendenza di ridurre *la parola a semplice strumento di comunicazione*.

Siamo troppo abituati a *collegare le parole alla mente* che le deve capire. E come se intendessimo una parola solo in funzione del messaggio che vuole comunicare. Parola come comunicazione. Ma il mistero di una parola è ben più profondo e radicale. Una parola ha sempre attinenza con colui che la proferisce, con le segrete e palesi intenzioni del cuore dal quale scaturisce; prima che comunicazione dice rapporto, legame, comunione; ha a che fare con le attese del cuore che l'ascolta. Parola insomma rivolta prima di tutto e fondamentalmente al cuore di una persona.

Ecco perché, lungo tutta la tradizione, quando si parla della Parola di Dio, delle Scritture, non si insiste tanto sullo sforzo per comprenderla, ma *sull'apertura di cuore per assimilarne la potenza*. Quello che una bellissima preghiera dopo la comunione dice dell'eucaristia vale allo stesso titolo nei confronti della parola di Dio: «*La potenza di questo sacramento, o Padre, ci pervada corpo e anima, perché non prevalga in noi il nostro sentimento, ma l'azione del tuo Santo Spirito*». Per percepire la realtà di questa potenza, ci è utile questa esortazione di Simeone il Nuovo Teologo:

*«Siate pienamente certi, fratelli miei, che nulla rende così facile la nostra salvezza quanto il seguire i divini precetti del Salvatore. Abbiamo però bisogno di molte lacrime, di grande timore, di grande pazienza e di preghiera perseverante perché ci venga rivelato il senso anche di una sola parola del Signore, cosicché possiamo conoscere il grande mistero nascosto nelle minime parole ed esporre la nostra vita fino alla morte anche per un solo apice dei comandamenti di Dio».*

Di qui scaturiscono certi atteggiamenti interiori, senza i quali il senso stesso della Parola che ascoltiamo o leggiamo, nonostante lo sforzo mentale di comprenderla, resterà chiuso per noi, impenetrabile, respingente, senza possibilità di interferire con le energie vitali che danno vigore al nostro uomo interiore. Mi riferisco a tre atteggiamenti particolari.

### **3.3.1. Aprirsi al mistero: leggere, praticare, comprendere**

In senso religioso, il «mistero» della Parola non allude primariamente a ciò che non si può comprendere, bensì a ciò di cui si è invitati a diventare partecipi. È l'atteggiamento che descrive Origene

*«E così, dopo questo discorso, raccolte per quanto possibile le parole delle Scritture, deponiamole nel cuore e cerchiamo di vivere in modo ad esse conforme, se mai possiamo diventare puri prima del nostro esodo e avendo preparato per questo esodo le nostre opere possiamo, uscendo, essere accolti tra gli stessi buoni ed essere salvati in Cristo Gesù».*

Il suggerimento di Origene: dopo la lettura, scrivere tutto nel proprio cuore, conformare la propria vita con quanto letto per entrare in possesso della santa eredità, cioè arrivare a comprendere la parola di Dio fino ad assimilare tutta la potenza di salvezza che racchiude.

La norma del comprendere è definita dalla Tradizione in questa successione: **leggere, praticare, comprendere**; non invece come solitamente intendiamo: leggere, comprendere, praticare. Non si pratica quello che la testa capisce, ma quello che il cuore è disposto ad accogliere. La potenza della Parola è in funzione del cuore, non della mente, come dice Marco l'Asceta:

*«La parola del Signore contiene la potenza stessa del regno, essendo diventata per i credenti la sostanza dei beni sperati, la caparra della nostra eredità, le primizie dei beni eterni... La parola pone coloro che l'hanno ascoltata nell'obbligo di metterla in pratica fornendo contemporaneamente al cuore la possibilità di eseguire ciò che è stato detto».*

S. Paolo scrive:

*«Infatti fino ad oggi quel medesimo velo rimane, non rimosso, alla lettura dell'Antico Testamento, perché è in Cristo che esso viene eliminato. Fino ad oggi, quando si legge Mosè, un velo è steso sul loro cuore; ma quando ci sarà la conversione al Signore, quel velo sarà tolto»* (2Cor 3,14-16).

Il discorso può essere allargato per noi: fino ad oggi, quando si leggono le Scritture, Antico e Nuovo Testamento, un velo è steso sul nostro cuore; ma quando ci sarà la conversione al Signore, quel velo sarà tolto! Conversione, in questo contesto, significa anzitutto nuova visione delle cose, nuovo orientamento del cuore fino a realizzare il mistero della fede, cioè il Cristo in noi. Ecco perché la comprensione della Parola è segnata dalla conversione del cuore. Senza

l'attesa del cuore di incontrare qualcuno, di trovare qualcuno che desidera incontrarlo e farlo partecipe della sua intimità, la comprensione delle Scritture è velata. Come dice una bella preghiera: «*Donaci, o Padre, di non avere nulla di più caro del tuo Figlio, che rivela al mondo il mistero del tuo amore e la vera dignità dell'uomo; colmaci del tuo Spirito perché lo annunziamo ai fratelli con la fede e con le opere*».

O con le parole di Simeone il Nuovo Teologo:

«*O divina carità, dove trattieni il Cristo? Dove lo nascondi? Perché, tu che hai preso il Salvatore del mondo, ti sei allontanata da noi? Apri un poco la tua porta anche a noi indegni, perché anche noi vediamo il Cristo che ha patito per noi e crediamo alla sua misericordia per la quale non morremo più, se lo avremo così contemplato*».

Oppure ancora con la brama di Origene:

«*Magari venisse concessa anche a me l'eredità di Abramo, Isacco, Giacobbe e divenisse mio il mio Dio allo stesso modo che è diventato Dio di Abramo, Dio di Isacco, Dio di Giacobbe, in Cristo Gesù, Signore nostro*».

### **3.3.2. Custodire il senso della preziosità e dell'infinitezza della Parola di Dio**

Dice Efrem nel suo commento al Diatessaron:

«*Chi è capace di comprendere tutta la ricchezza di una sola delle tue parole, o Dio? Ciò che comprendiamo è assai meno di quello che lasciamo [...] Egli ha nascosto nella sua parola tutti i tesori, perché ciascuno di noi trovi una ricchezza in ciò che medita [...] Quanto hai preso e portato via è la tua parte, ma ciò che resta è ancora tua eredità [...]*».

**Noi siamo troppo preoccupati di prendere subito la nostra parte, dimenticando che anche quello che resta da comprendere ci spetta come eredità.** Nel Vangelo di Giovanni leggiamo: «*Dio infatti ha tanto amato il mondo da dare il suo Figlio unigenito, perché chiunque crede in lui non muoia, ma abbia la vita eterna. [...] In verità, in verità vi dico, il Figlio da sé non può fare nulla se non ciò che vede fare dal Padre; quello che egli fa, anche il Figlio lo fa*» (Gv 3,16; 5,19).

La prima frase la applichiamo solitamente al mistero dell'incarnazione. Ma anche il dono della Parola rivela l'amore del Padre per il mondo. E la Parola è stata rivelata perché gli uomini abbiano la vita, proprio come Gesù ripete ai farisei, sebbene in un contesto di rimprovero: «*Voi scrutate le Scritture credendo di avere in esse la vita eterna [...]*» (Gv 5,39).

La seconda frase non esprime forse il mistero stesso della meditazione delle Scritture? Gesù fa quello che vede fare dal Padre, quello cioè che contempla nel Padre in ragione della sua intimità, non del suo «voller comprendere» il Padre. E per noi non vale la stessa cosa? Non dovremo fare quello che vediamo fare da Dio, dal Cristo? E come vedere, se non immersendoci nelle Scritture, in ragione della disponibilità del nostro cuore a sentire e a raccogliere il desiderio di Dio di incontrare l'uomo e godere con lui della vita di cui lo vuole fare partecipe?

Queste due espressioni del Vangelo di Giovanni raccontano tutta la preziosità e l'infinitezza della Parola di Dio!

### **3.3.3. Il gusto per la Sapienza di Dio**

È l'insistenza sul rapporto più che sulla circostanza o sull'oggetto della Parola. L'affirma Marco l'Asceta:

*«Ogni parola del Cristo manifesta la misericordia, la giustizia e la sapienza di Dio: chi l'ascolta volentieri ne sperimenta la potenza. Perciò quelli che senza misericordia e ingiustamente ascoltarono con fastidio, non poterono comprendere la sapienza di Dio; anzi crocifissero chi la insegnava loro. Esaminiamoci dunque se lo ascoltiamo con piacere. Egli ha infatti detto: Chi accoglie i miei comandamenti e li osserva, questi mi ama. Chi mi ama sarà amato dal Padre mio e anch'io lo amerò e mi manifesterò a lui» (Gv 14,21). Vedi come ha nascosto la sua manifestazione nei suoi comandamenti?»*