

Gli Esercizi spirituali di sant'Ignazio di Loyola: il discernimento degli spiriti

1. La proposta degli «Esercizi spirituali» di Ignazio di Loyola¹

Il cuore degli *Esercizi Spirituali* (ES) è costituito dall'*esperienza personale di Ignazio*. Essa, meditata lungamente nella preghiera e arricchita da una singolare acutezza di introspezione, alla fine sarà composta nelle forme e nella precisione di linguaggio suggerito dagli studi accademici, ma non si trasformerà mai in un'esposizione scolastica, restando invece sempre una guida precisa, rispettosa e concreta, indirizzata a coloro che, dopo averli vissuti per primi, vorranno aiutare altri per questa via così efficace.

Nella composizione degli ES sono significativi anche i testi e le fonti² che aveva in mano Ignazio. Non è possibile qui affrontare il tema delle *fonti degli ES*, basta ricordare solo alcuni testi che Ignazio aveva letto: la *Vita Christi* di Ludolfo di Sassonia e il *Flos Sanctorum* di Jacopo da Varazze; poi l'*Imitazione di Cristo*; poi testi di San Bernardo di Chiaravalle, Riccardo di San Vittore e di San Tommaso e poi tutta una serie di «*libri confessionali*» diffusi nei santuari ad uso dei penitenti. Ancora: Giovanni Cassiano e Dionigi il Certosino (+1471).

Ciò che va ribadito è che negli ES e in Ignazio discernimento ed esperienza spirituale marciano di pari passo e la scoperta dei moti dell'anima, così come della volontà di Dio, sono il frutto di un abbandono sempre più radicale alla Provvidenza. Per cui il discernimento si fa più maturo, come ribadito nelle prime unità del nostro corso, man mano che la creatura si lascia afferrare dall'amore trasfigurante e trasformante di Dio, in un processo di crescita nell'amore (frutti).

Con Ignazio siamo oltre l'imperativo naturale «fa il bene ed evita il male», ma ci troviamo dinanzi alla volontà di Dio che si manifesta e si incarna in una volontà umana libera da affetti disordinati e desiderosa solo di maggior gloria di Dio.

Sant' Ignazio di Loyola ricorda cosa sono gli esercizi (prima annotazione):

«Con il termine di *Esercizi spirituali* si intende ogni forma di esame di coscienza, di meditazione, di contemplazione, di preghiera vocale e mentale, e di altre **attività spirituali**, come si dirà più avanti. Infatti, come il passeggiare, il camminare e il correre sono esercizi corporali, così si chiamano esercizi spirituali i diversi modi di preparare e disporre l'anima a **liberarsi** da tutte le affezioni disordinate e, dopo averle eliminate, a **cercare e trovare** la volontà di Dio nell'organizzazione della propria vita in ordine alla salvezza dell'anima» (ES 1).

In particolare al punto 23 ne definisce il principio e il fondamento:

«L'uomo è creato per **lodare, riverire e servire Dio nostro Signore**, e, mediante questo, **salvare la propria anima**; e le altre cose sulla faccia della terra sono create per l'uomo, e perché lo aiutino a conseguire il fine per cui è creato. Ne segue che l'uomo tanto deve usare di esse, quanto lo aiutano per il suo fine, e tanto deve liberarsene, quanto glielo impediscono. È perciò necessario renderci liberi rispetto a tutte le cose create, in tutto quello che è lasciato al nostro libero arbitrio e non gli è

¹ Testo tratto da G. COSTA, *Il discernimento*, San Paolo, Cinisello Balsamo 2018, 28-37.

² Un interessante e completa storia del discernimento spirituale, alla quale ha attinto Ignazio la si trova in M. RUIZ JURADO, *Il Discernimento spirituale. Teologia, storia, pratica*, San Paolo, Cinisello Balsamo 1997, p. 69-117.

proibito; in modo che, da parte nostra, non vogliamo più salute che malattia, ricchezza che povertà, onore che disonore, vita lunga che breve, e così via in tutto il resto; solamente desiderando e scegliendo quello che più ci conduce al fine per cui siamo creati» (ES 23).

Gli *Esercizi spirituali* di Ignazio enucleano due tipologie di discernimento quello detto «**degli spiriti**» e il discernimento «**dello stato di vita**» [l'elezione], cioè il discernimento operativo di fronte a una alternativa sulla strada da percorrere per compiere la volontà di Dio (la scelta dello stato di vita ne è il prototipo). Discernimento degli spiriti ed elezione non coincidono, anche se sono strettamente legati. Il primo anima necessariamente il secondo, ma non richiede di trovarsi di fronte a grandi decisioni o alternative: è anche uno strumento di rilettura del proprio percorso di vita, per «cercare e trovare» la volontà di Dio ogni giorno e sempre meglio. Certo, nessun discernimento autenticamente spirituale può rinchiudersi nell'interiorità ed evitare di interrogarsi sui passi concreti che Dio chiama a compiere: via via che si affina, la coscienza impara ai riconoscere le occasioni di scelta e di esercizio della propria libertà.

In questa quarta unità affronteremo le regole per il discernimento degli spiriti [ES 313-336], mentre nella quinta unità tratteremo delle regole per il discernimento dello stato di vita - elezione [ES 169-189] e per l'esame di coscienza [ES 24-31].

2. Discernimento «degli spiriti»³ e «mozioni interiori»

2.1. Linguaggio e struttura

Senza pretesa di esaustività e nella consapevolezza che si tratta di una materia che si arriva a conoscere solo con l'esperienza più che con la lettura di alcune pagine, proviamo qui a tratteggiare gli elementi fondamentali del «discernimento degli spiriti» all'interno della tradizione che risale a Ignazio di Loyola. Ignazio affronta tale questione all'interno delle «Regole per il discernimento degli spiriti» strettamente legate alla dinamica degli «Esercizi spirituali» [ES 313-336].

Nella parte introduttiva del corso abbiamo già visto come il discernimento degli spiriti comincia con l'ascolto delle risonanze interiori e soprattutto di quella sensazione di essere spinti o tirati “dall'esterno”. Ma che cos’è esattamente uno “spirito” per Ignazio?

Troviamo una risposta al n. 32° degli ES:

«Presuppongo che in me esistono tre tipi di pensieri: uno mio proprio, che proviene unicamente dalla mia libertà e volontà; e altri due che vengono dall'esterno uno dallo spirito buono e l'altro dal cattivo».

Il termine “**pensieri**” è qui utilizzato nel senso che gli attribuivano i Padri della Chiesa, quello del termine greco *loghismoi*, che include desideri, progetti, propositi, intenzioni, idee, immagini dotati di un contenuto cognitivo, ma anche di una carica affettiva. Attraversano e interpellano tanto la ragione quanto le emozioni e i sentimenti.

Secondo la lezione di Ignazio, alcuni pensieri sono percepiti come frutto di nostre disposizioni naturali e intenzioni e volontà: li abbiamo perché vogliamo averli. Altri si presentano come indipendenti dalla nostra volontà e originati da qualcosa di esterno.

³ Cf. M. RUIZ JURADO, *Il Discernimento spirituale. Teologia, storia, pratica*, San Paolo, Cinisello Balsamo 1997, p. 205-232; si veda anche A. GAGLIARDI, *Sul discernimento degli spiriti*, Edizioni ADP, Roma 2000. Per le fonti: I. DI LOYOLA, *Esercizi spirituali*, San Paolo, Cinisello Balsamo 2005.

Questi ultimi sono attribuiti alle suggestioni di uno “**spirito**”, che può essere buono o cattivo, che *influenza dall'esterno sull'anima*, le procura, come vedremo, consolazione o desolazione.

Nel linguaggio di Ignazio si utilizza anche la parola “**mozione**”, con la quale si intende ciò che si svolge nell’area emozionale-affettiva e che è stato sollecitato da una fattore esterno, così da muovere la volontà in una determinata direzione.

Le mozioni, come vedremo, sono ridotte a due stati d’animo fondamentali, che diventano la chiave per decifrarle: **consolazione e desolazione**.

Al di là dei termini utilizzati, l’esperienza ci mette di fronte ai fatto che dentro di noi albergano pensieri, emozioni e sentimenti che non abbiamo fatto niente per suscitare, che magari abbiamo difficoltà a “scacciare” e che ci spingono ad agire. Siamo rimandati all’esperienza di una alterità al nostro interno e di una passività nei suoi confronti, in quanto ne subiamo gli effetti.

Restando all’interno del lessico tradizionale, il discernimento degli spiriti si propone di identificarne **l’origine a partire dalla direzione** verso cui ci indirizzano, distinguendo le mozioni dello “spirito buono” (che riconduciamo a Dio) da quelle del “nemico dell’umana”. Se il Concilio Vaticano II insegna che la coscienza è il luogo in cui sentiamo la voce di Dio, questo non vuol dire che da Lui provengono tutti i nostri movimenti interiori. Per questo abbiamo bisogno di discernerli, per poter decidere se seguirne l’impulso o resistervi.

Vi si aggiungono infine le regole per il cibo [ES 210-217], per la distribuzione delle elemosine [ES 337-344], le regole per identificare gli scrupoli [ES 345-351] e infine per regole per sentire con la Chiesa [ES 352-370].

2.2. Le regole sul discernimento degli spiriti

Per aiutare il discernimento degli spiriti, Ignazio offre le sue regole distribuite in due serie: la prima [ES. 313-327]: «Regole per avvertire e conoscere in qualche modo i vari movimenti che avvengono nell’anima»; la seconda [ES. 328-336]: «Regole utili allo stesso scopo, attraverso un maggiore discernimento degli spiriti».

La **prima batteria di regole** è come un’introduzione al discernimento e serve, in generale, perché la persona cominci a **distinguere** alcuni movimenti dagli altri e sappia come comportarsi «**per trattenere i buoni**» (ES 313) e per respingere i cattivi. Sono le regole per coloro che si applicano alla purificazione di se stessi dal peccato. Quando Ignazio afferma che queste regole della **prima serie** sono più adatte per l’esercitante che si trova nella prima settimana di Esercizi, allude a un livello spirituale piuttosto che a una determinazione cronologica.

Le regole della **seconda serie** sono rivolte a chi compie gli esercizi della seconda settimana, sono considerate più adatte a quelli che hanno già superato la via purgativa e sono comunemente tentati «sotto parvenza di bene». Sono regole per chi si prepara all’elezione. Per questo motivo potrebbero recare più danno che profitto, se fossero date a coloro che sono ancora tentati «grossolanamente e apertamente».

2.2.1. Regole della prima serie⁴

⁴ Per questa sezione di commento alle regole si veda altresì S. FAUSTI, *Occasione o tentazione. Scuola pratica per discernere e decidere*, Ancora, Milano 1997, 69-135.

Il punto di riferimento scelto da sant'Ignazio per scoprire il significato positivo o negativo con cui si presenteranno le ispirazioni o mozioni al soggetto che le sperimenta è **l'orientamento globale dominante** nella persona al momento dell'esperienza. Dove si trova la persona in quel momento?

Premessa. “Le regole servono per avvertire e conoscere in qualche modo i vari moti del cuore: per trattenere quelli buoni e per respingere quelli cattivi” (ES 313).

Ciò significa distinguere ciò che porta al bene da ciò che porta al male, acconsentire al primo e custodirlo nel ricordo grato, dissentire dall'altro e respingerlo.

Iniziamo ad accostare le 14 regole di questa prima serie, di cui la prima è quella sopra.

PRIMA REGOLA: “Quando vai di male in peggio (ossia nei punti dove sei in modo serio schiavo del male, ndr), il messaggero cattivo di solito ti propone piaceri apparenti facendoti immaginare piaceri e godimenti, perché tu persista e cresca nella tua schiavitù. Invece il messaggero buono adotta il metodo opposto: ti punge e rimorde la coscienza, per farti comprendere il tuo errore” (ES 314).

QUANDO VAI DI MALE IN PEGGIO.

Quando la persona è ancora attaccata ai suoi egoismi e piaceri carnali, il maligno aumenterà e stimolerà in quella direzione l'attrattiva delle passioni del soggetto: proporrà piaceri apparenti, la gioia di godimenti sensuali immaginati; metterà difficoltà per non farli abbandonare. Così cercherà di mantenere gli uomini nei loro vizi e peccati. Invece lo spirito buono opera in senso contrario: sarà percepito come pungolo e rimorso della coscienza che si basa sui principi morali della sana ragione (regola prima - ES 314).

Qualche annotazione:

- negli spazi del tuo cuore dove ti lasci dominare in modo non-libero dai tuoi *istinti*, schiavo del «*mi piace, non mi piace*», se non cerchi di uscire dal tuo egoismo, se sei chiuso in te stesso senza interesse per gli altri e per l'Altro, in una parola, quando “*vai di male in peggio*”...
- il **Nemico** cerca di adescarti parlando con il **piacere**. Ma è **apparente**, perché esiste più *nell'immaginazione che nella realizzazione*; cessa comunque dopo l'azione, lasciandoti più vuoto e affamato di prima: è come le Sirene di Ulisse, che seducono e fanno naufragare. Il **male** dunque cerca sempre di **apparire bene, ma non ci riesce del tutto**. Alla fine si rivela menzognero: non mantiene ciò che promette e lascia un'insoddisfazione che non diminuisce, anzi cresce, ancor di più quando cerchi con affanno di rimuoverla o di colmarla con altra ricerca di piacere illusorio;
- in questa situazione **Dio** invece parla con il **rimorso**, che è un *dispiacere o disagio interiore*, presagio della sofferenza che ti stai procurando con le tue stesse mani e dalla quale vuole distoglierti.

Quindi, quando fai il male, il linguaggio del *piacere apparente* è dal *Nemico*, quello del *dispiacere da Dio*: il primo ti vuoi impantanare del tutto, il secondo tirar fuori.

- Il Nemico dunque, è un *comunicatore seducente*: rende appetibile il suo veleno falsificando la realtà, facendola apparire il contrario di quella che è: **il male deve apparire bene e il bene male**;
- giova molto imparare a distinguere il **piacere** e la **felicità**:
 - il **piacere** è **soddisfazione dei propri bisogni** – oltre quelli del corpo, ci sono anche quelli della mente e del cuore! –, prescindendo dalla relazione con gli altri e soprattutto con Dio.

Esso ha sempre l'apparenza di un *bene appetibile ai sensi* (= *emozione*), ma non sempre è bene per l'intera tua persona;

- la **felicità** è la **soddisfazione che viene da una relazione**: è *apertura, amore verso gli altri*, soprattutto *verso l'Altro*. Nessun piacere appaga l'uomo, perché è *fatto per amare*. Non fare quindi una cosa solo perché ti dà piacere immediato.

Quando *piacere* e *felicità* coincideranno, allora sarà “bello”: il bene piacerà e anche il piacere sarà bene, non apparenza. Questo accadrà nella misura in cui vivrai ogni cosa “in Dio”, nella fede e nel suo Amore... accadrà in modo pieno soltanto nella Vita Eterna, nella totale comunione con Dio, con se stessi e con i fratelli... in Lui.

- Il **piacere cercato in sé**, al di fuori di una relazione positiva, crea *frustrazione, assuefazione, dipendenza* e alla fine *meccanismi “autistici”* (tutto viene vissuto come una sorta di *droga*);
- per capire se ciò che ti attira è bello o brutto, dolce o amaro, bene o male, canto delle Sirene o di Orfeo, **vedi sempre il “dopo”**, anche dall'esperienza altrui, oltre che dalla tua: se dà *gioia* anche dopo, è da Dio; se dà *rimorso*, è dal Nemico. Il *bene* lo paghi subito, ma meno di quello che pare; il *male* lo paghi dopo e ben più di quanto supponi;
- distingui bene tra **colpa** e **rimorso**:
 - i **sensi di colpa** che hai perché non sei quello che vorresti o doverresti essere o non hai fatto come avresti voluto, sono bloccanti e mortiferi. Tacitali, se puoi, o fatti aiutare, se necessario: sicuramente vengono dal Nemico, che vuole inchiodarti – come “accusatore” (cf. Ap 12,10) – fissandoti sui tuoi peccati, perché tu ne rimanga prigioniero;
 - il **rimorso** invece che hai per il male fatto ti distingue dall'animale. Non tacitarlo, ma ascoltalо. È stimolante e salutifero: è *tristezza* che viene da Dio e porta alla vita, a differenza della *depressione* che il nemico tenta di inocularti per rinchiuderti nel tuo bozzolo di morte!

SECONDA REGOLA: «*Quando ti impegni per uscire dal male e cerchi il bene* (ossia nei punti dove stai cominciando a staccarti dal male, ndr), è proprio del **messaggero cattivo** bloccarti con *rimorsi, tristezze, impedimenti, turbamenti immotivati che paiono motivatissimi*, perché tu non vada avanti. È proprio invece del **messaggero buono** darti coraggio, forza, consolazioni, lacrime, ispirazioni e pace, rendendoti facili le cose e togliendoti ogni impedimento, perché tu vada avanti» (ES n. 315).

QUANDO TI IMPEGNI PER USCIRE DAL MALE E CERCHI IL BENE.

Quando la persona si è allontanata dal vizio e procede *di bene in meglio*, anche se ancora non ha acquisito *l'abitudine della virtù*, è proprio del maligno ingrandire la difficoltà del comportamento virtuoso, suscitando fantasie irreali, perché sembri impossibile il cammino del bene e interminabile il tempo necessario per percorrerlo: «*Rimordere, rattristare, creare impedimenti, turbando con false ragioni affinché non si vada avanti*» (regola 2), invece lo spirito buono, allorché trova in queste persone un'incipiente sintonia con la virtù e poiché hanno cominciato a gustare la gioia che comporta il sentirsi liberati dalla schiavitù del peccato, dà loro consolazioni e lacrime di devozione, suscita le energie del bene e gli impulsi pacificatori della coscienza; giacché desidera aumentare la loro sintonia con Dio, facilita il cammino del bene e del superamento delle difficoltà con la fiducia nell'aiuto divino (regola seconda - ES 315).

Alcune sottolineature:

- quando ti impegni per uscire dal male e cerchi il bene, **come parla il nemico e come parla Dio?**

Osserviamo che:

- il *Nemico* ti parla con *sentimenti negativi*, che ti impediscono di andare avanti, disturbandoti in ogni modo;
- Dio, al contrario, ti parla con *sentimenti buoni e positivi*, per farti andare avanti, aiutandoti in ogni modo;
- il **Nemico**, che prima ti faceva apparire bene il male per invogliarti, **ora ti fa apparire male il bene, per distoglierti**. E ti tenta con mille ragioni, false o vere: *sensi di colpa e scrupoli* presi per giusti rimorsi, *tristezze e incertezze, turbamenti e angustie, sfiducie e scoraggiamenti*; così il bene pare difficile, anzi impossibile! Avverti il male che hai fatto o subito come impedimento insormontabile a cambiare. **Dio**, al contrario, che prima ti distoglieva dal male col *rimorso*, **ora ti invoglia al bene con la sua consolazione**: ti da *coraggio e gioia, forza e lucidità, pace e fiducia* - tutto è possibile e facile! -. Anche il peso del male, fatto o subito, non è più un muro insormontabile, ma una spinta a uscire verso la libertà;
- se nel male il Nemico ti incoraggia e Dio ti scoraggia, **nel bene il Nemico ti scoraggia e Dio ti incoraggia**. È naturale che sia così: cambiando tu campo, il tuo alleato diventa tuo avversario e viceversa. Non meravigliarti quindi se il nemico ti lasciava in pace quando lo servivi da buon suddito, mentre ti combatte ora che vuoi riprenderti la tua libertà.

Note sulla **tentazione**:

- sappi che la **tentazione non è peccato**: è per sé occasione di crescita, non di caduta. Anche Gesù fu tentato dopo la scelta del battesimo... ma hai da imparare a "rimanere agganciato a Lui";
- essa comincia a **farsi sentire in tutta la sua aggressività quando scegli di fare il bene**, non prima: «*Figlio, se ti presenti per servire il Signore, preparati alla tentazione*» (Sir 2, 1). Se la senti, sii contento e coraggioso: stai davvero lottando contro il male;
- la **prima tentazione**, tipica per chi inizia, è questa: «*Io non ce la faccio. Non è per me! Come farò ad andare avanti così?*». Il nemico rattrista e appesantisce il cuore con difficoltà immaginarie, per distogliere dal buon proposito. Antonio il Grande, non appena decise a diciotto anni di seguire la chiamata del Signore, pensò: «*Noi giovani non siamo forti come quelli di una volta*». La cosa avvenne più di diciassette secoli fa: nulla di nuovo sotto il sole! Difatti durò nel deserto solo per circa novant'anni... e poi, dopo una vita serena, morì! Ignazio di Loyola, all'inizio della sua conversione, si terrorizzò all'idea di come avrebbe potuto perseverare in questa nuova vita fino a settant'anni. E difatti morì prima, dopo un'esistenza tutta nella consolazione e nella pace!
- tipico della tentazione è il **colore della falsità**. Il Nemico, «*menzognero e padre della menzogna*» (Gv 8,44), è *specialista in illusioni positive e negative*, per attirare al male e distogliere dal bene. Dio, al contrario, *chiama le cose col loro nome*: il male come tenebra e tristezza, il bene come luce e gioia. Come vedi, i due spiriti contrari desiderano in te l'uno contro l'altro, così che non fai mai senza lotta ciò che vorresti (cf Gal 5,17): la vita è conflittuale, come dice Paolo in Rm 7, 14 ss. Se vuoi il male, il Signore col *rimorso ti dissuade* proprio da ciò che il *Nemico ti facilita con l'adescamento del piacere immediato*. Se vuoi il bene, il *Nemico ti rende difficile con la sfiducia* ciò che il Signore ti facilita con la *consolazione*;
- la tentazione agisce **facendoti fissare la difficoltà**, per incantarti e immobilizzarti. E' tipico del male infatti fare il possibile per pietrificare il cuore dell'uomo nella paura;
- **i due spiriti li distingui sempre bene dal risultato**: uno ti impedisce e l'altro ti fa andare avanti nel cammino della *libertà*:

- ogni pensiero di *sfiducia, oscurità e tristezza*, che ti impedisce di andare avanti nel bene, è da respingere: è dal Nemico. Egli ha facilmente buon gioco, perché istintivamente siamo più sensibili al male che al bene. Devi imparare a «*renderti insensibile alla tua sensibilità*», a non dipendere troppo dalle tue *sensazioni, umori e paturnie*;
- qualche volta il nemico ti blocca con l'*atteggiamento "critico"*: ti sembra di essere buono e intelligente perché individui subito e ovunque il male, in te e negli altri. Ma così diventi solo un po' acido e malevolo. In realtà vedere il bene esige molto più acume e rende ben disposti e propositivi. Vedrai che, oltre la sensibilità al male che più appariscente, c'è, in profondità, anche una consonanza al bene, che dà grande *calma e coraggio*. Impara ad avvertirla e a coltivarla. Ogni pensiero di fiducia e speranza, di gioia del cuore e luce della mente, di pace e forza, che ti facilita il cammino, ridimensiona gli ostacoli e ti fa andare avanti nel bene, tutto questo è da accogliere: è da Dio. Guarda a lui, alla sua *promessa* e ai *buoni sentimenti* con i quali ti attira a sé. Camminerai con scioltezza.

LE DUE MOZIONI FONDAMENTALI: CONSOLAZIONE E DESOLAZIONE SPIRITUALE

Esaminato globalmente il panorama, si può dire che sono due i movimenti fondamentali che possono riassumere in sé le opposte alternanze attraverso cui passa l'anima nella vita spirituale: **la consolazione e la desolazione**. Teniamo conto che si tratta di vita spirituale, non di semplice vita psichica umana, di vita razionale o intellettuale. Pertanto, la consolazione e la desolazione di cui trattiamo non si devono confondere con semplice euforia, cenesthesia positiva, umore buono o cattivo, tristezza naturale, pessimismo ecc., mere conseguenze del cattivo tempo o di una cattiva digestione, di una notizia, un successo o un fallimento ecc. Questi sentimenti umani possono mescolarsi o no alla consolazione o alla desolazione; ma non portano l'esperienza sul piano spirituale, se non interviene anche il livello delle virtù teologali (fede, speranza, carità) della relazione soprannaturale con Dio.

LA CONSOLAZIONE SPIRITUALE

TERZA REGOLA «Quando ti impegni per uscire dal male e cerchi il bene, Dio ti parla con la **CONSOLAZIONE SPIRITUALE**. Questa è di tre tipi: il primo quando sorge in te qualche **movimento intimo che ti infiamma d'amore per il Signore**, e ami in lui e per lui ogni creatura, oppure versi lacrime che ti spingono ad amare il Signore e servire i fratelli o a detestare i tuoi peccati; il secondo quando c'è in te **crescita di speranza, di fede e di carità**; il terzo quando c'è in te ogni tipo di intima letizia che ti sollecita e attrae verso le cose spirituali, verso l'amore di Dio e il servizio del prossimo, con serenità e pace del cuore» (ES 316).

Quando vuoi uscire dal male che fai Dio ti parla con la consolazione.

I caratteri che si ripetono nelle descrizioni di Ignazio sono: calore, fervore interiore, amore per tutte le cose in relazione a Dio, attrazione verso Dio e le sue cose, gioia spirituale, lacrime. La consolazione non solo da gioia interiore, ma pacifica e rasserenata l'anima nel suo Creatore e Signore. Perciò a volte viene aggiunto: toglie ogni turbamento dall'anima, con essa «non c'è carico tanto più grande che non appaia leggero né penitenza né altra pena si grande che non sia dolcissima».

La sua *parola* è *azione* e la sua *azione* è *consolare*, cioè “*stare-con-chi-è-solo*”, procurando quei *sentimenti* che prova chi è in una compagnia desiderata, dalla quale si sente amato. Lui è l'*Emmanuele*, il “*Dio-con-noi*”. E noi siamo sempre soli senza di lui: niente può colmare il vuoto di chi è capace di Dio, se

non Dio stesso. Egli è la sola compagnia che vince la tua solitudine, la relazione d'amore che ti fa esistere, la fiducia che ti fa respirare e sviluppa le tue potenzialità.

Volendo fare una specie di riassunto, il santo afferma che chiama consolazione «*ogni aumento di speranza, di fede e di carità e ogni tipo di intima letizia che sollecita e attrae alle cose celesti e alla salvezza della propria anima*» (regola 3). Indica, pertanto, un vettore di crescita della vita interiore soprannaturale nelle virtù infuse, che si sperimenta come attrazione ed elevazione dello spirito verso Dio («cose celesti e salvezza dell'anima»), aureolato con il riflesso affettivo di gioia interiore e pace profonda, accentuata l'anima e assicurata la fiducia nel suo Creatore e Signore.

Teologicamente diremmo che la consolazione è una grazia attuale, attraverso la quale diventano *esperienza psicologica nell'uomo gli effetti beatificanti dell'attrazione di Dio nella sua creatura* e della sua azione in essa.

I pensieri o ispirazioni che vengono: se consideriamo la definizione data in precedenza, osserviamo che in essa non entrano necessariamente ispirazioni o pensieri specifici, qualche illustrazione di misteri determinati o inclinazione per qualche proposito o azione concreta che dobbiamo realizzare. Ma non sono neanche esclusi. Ignazio presuppone che tali pensieri o inclinazioni possono esistere nella stessa consolazione o come sue conseguenze. Considera la consolazione una *lezione data da Dio*, che dobbiamo sapere capire per trarne vantaggio. In essa l'anima riceve l'orientamento in una direzione o nell'altra, per una operazione o l'altra. Questo orientamento concreto deve essere in sintonia con il contenuto espresso nel decalogo e nelle disposizioni dell'autorità legittima, perché volendo Dio l'obbedienza, è il suo Spirito che ci muove a essa e lo Spirito divino non può contraddirsi se stesso, come accadrebbe se ci chiedesse una cosa attraverso un altro canale.

Avvertiamo sin da ora che ciò che qui abbiamo spiegato sulla consolazione si applica a qualsiasi consolazione autentica, alla consolazione in quanto tale, sia con causa previa che senza. Converrà tenerne conto quando Ignazio indicherà diligentemente queste due specie di consolazione.

LA DESOLAZIONE SPIRITUALE

QUARTA REGOLA: *“Quando ti impegni per uscire dal male e cerchi il bene, il messaggero cattivo ti dà desolazione spirituale. Essa è il contrario della consolazione: è oscurità, turbamento, inclinazione a cose basse e terrene, inquietudine dovuta a vari tipi di agitazione, tentazioni, sfiducia, mancanza di speranza e amore, pigrizia, svogliatezza, tristezza e senso di lontananza del Signore. Infatti, come la consolazione è contraria alla desolazione, così i pensieri che nascono dalla consolazione sono opposti a quelli che nascono dalla desolazione”* (ES n. 317).

Quando ti impegni per uscire dal male e cerchi il bene, “**come parla il nemico?**” Anche in riferimento alle regole precedenti, di cui la quarta è ulteriore sviluppo, si capisce che il linguaggio base del nemico è opposto a quello di Dio: **il nemico parla con la desolazione.**

Conosciamo tutti la *desolazione* meglio della consolazione, anche perché **il male è più percepibile del bene**: senti più una puntura di spillo che il benessere di tutto il corpo. Essa fa parte dell'esperienza quotidiana, con o senza colpa tua, come *rimorso* o come *afflizione*: è il luogo tipico della tentazione, propria di chi lotta contro il male. Se quando cerchi il male il *nemico* ti alletta col *piacere apparente*, quando vuoi uscire dalla schiavitù ti ostacola con la desolazione, *dispiacere apparente*. Il pericolo è fermarti a dialogare con essa, fino a cadere sempre più nell'angoscia, in un “*inferno*” che è assenza di

quanto desideri e presenza di quanto temi. Se nella consolazione senti “*movimento intimo*” e “*fuoco*”, qui avverti “**blocco**” e “**oscurità**”: sei *infelice, fermo*, in una vita *invivibile*.

I caratteri con cui è descritta la desolazione sono: è il contrario della consolazione, è oscurità, tristezza, turbamento dell'anima che si sente incline «alle cose basse e terrene» (regola quarta), come senza speranza e senza amore per le cose celesti e spirituali, come priva di fiducia, e come separata dal suo Creatore e Signore. E si aggiunge che, a volte, l'anima sperimenta aridità, o tentazione, o tiepidezza o pigrizia. *La mente vaga per le cose basse invece di sentirsi elevata*. L'anima si sente vessata: sente di non poter pregare con devozione, né parlare o anche sentir parlare di Dio con sapore e gusto interiore, come incentrata su se stessa e sulla propria fiacchezza. Non è che tutte le caratteristiche descritte entrino in ogni caso di desolazione. In alcuni predominano certe, in altri altre.

Quando ciò che si sente è *aridità o disgusto per la preghiera*, potrebbe essere dovuto al mancato adeguamento della forma di preghiera personale allo stato dell'anima. In questo caso, non si tratta di vera desolazione, perché non si sente disaffezione e disgusto per le cose divine, neanche come impossibilità di sintonizzarsi con esse e attrazione per quelle basse, poiché questa aridità nella preghiera, dovuta al modo di farla, è accompagnata da un grande desiderio e sete di Dio, grande devozione per il suo servizio e disaffezione e disgusto per le cose del mondo e per i piaceri terreni. Per il resto, non si esclude che in qualsiasi stadio della vita spirituale possa anche sperimentarsi occasionalmente la completa aridità, la tentazione o il disgusto delle cose spirituali e come un'asenza di Dio. Allora c'è vera desolazione.

I pensieri che vengono: di solito nella desolazione sono neri, per chiudere l'uomo nei suoi limiti e nelle sue deboli forze, per sprofondarlo sempre di più nella sua miseria e sfiducia, finché arriva a sentirsi come se fosse dimenticato da Dio.

Dal punto di vista teologico diremmo che la desolazione è uno stato d'animo in cui l'anima sperimenta psicologicamente gli effetti di infelicità e turbamento propri del suo attuale decentramento affettivo (anche quando non fosse volontario) da Dio, con le tendenze che la allontanano da Lui.

I pensieri che nascono dalla desolazione sono opposti a quelli che nascono dalla consolazione (regola 4). Nella desolazione ci guida e ci consiglia di più lo spirito cattivo (regola 5). Questi procura di portare pensieri di sfiducia e di concentrare la persona sulla sua miseria, fino a condurla, se potesse, alla disperazione.

Però la desolazione è una lezione che, secondo Ignazio, il Signore «permette». Il Signore lascia l'uomo «nella prova affidato alle sue forze naturali, perché resista alle molte agitazioni e tentazioni del nemico» (regola 7). Conviene imparare come poter capire questa lezione e trarne profitto.

COMPORTAMENTO CHE SI DEVE OSSERVARE NELLA DESOLAZIONE

a) non fare mai cambiamenti

QUINTA REGOLA: “**Quando sei desolato, non fare mai mutamenti.** Resta saldo nei propositi che avevi il giorno precedente a tale desolazione, o nella decisione in cui eri nella precedente consolazione. Infatti, mentre in questa ti guida di più lo spirito buono, nella desolazione ti guida quello cattivo, con i consigli del quale non puoi imboccare nessuna strada giusta” (ES n. 318).

Proprio perché in tempo di desolazione «ci guida e ci consiglia di più» lo spirito cattivo, «con i consigli del quale non possiamo imboccare nessuna strada giusta» (reg. 5), la prima norma che il desolato deve rispettare a ogni costo è «**non si facciano mai mutamenti**» per il momento; «ma si resti saldi e costanti nei propositi e nelle decisioni che si avevano il giorno precedente a tale desolazione o nella decisione

che si aveva nella precedente consolazione». Anche umanamente è una regola di prudenza non insistere nel continuare a camminare a caso, quando tutto è buio o si è smarrita la strada.

b) reagire in senso contrario

SESTA REGOLA: *“Se nella desolazione non devi cambiare i primi propositi, ti gioverà molto **reagire contro di essa**, restando per esempio più tempo nella preghiera e nella meditazione..., facendo, secondo che sarà meglio, qualche tipo di **rinuncia volontaria**”* (ES n. 319).

Anzi, gli viene chiesto di **reagire contro la desolazione**. Dato che normalmente la desolazione rende inclini alla tiepidezza e alla pigrizia, ad abbreviare o ad abbandonare (totalmente o in parte) la preghiera e gli esercizi di penitenza, la prima reazione consisterà nel restare «più tempo nella preghiera e nella meditazione, allungando gli esami e protraendo, secondo che sarà meglio, qualche tipo di penitenza». E la reazione dell'umile, il quale sa che solo in Dio può trovare ogni suo rimedio, e dell'uomo prudente che già deve sapere che nella desolazione «ci guida di più lo spirito cattivo» e, di conseguenza, deve fare il contrario del consiglio o della tendenza che gli viene da tale spirito.

c) Aspettare con fiducia la consolazione

OTTAVA REGOLA: *“Quando sei desolato, cerca di rafforzarti nei sentimenti contrari a quelli che senti e pensa che presto sarai consolato”* (ES n. 321).

Nel frattempo, deve **aspettare con pazienza la consolazione del Signore**, quando Egli vorrà darla di nuovo, contro la disperazione a cui vuole condurlo il nemico (regola ottava). Nella desolazione svanisce la speranza fasulla, i nostri idoli da cui speravamo salvezza e nasce la speranza vera. E reagire anche contro la tendenza a chiudersi in se stesso e a prendere in considerazione solo la propria debolezza, stimolando il pensiero che lo apre alla forza e alla provvidenza divina: «Il Signore gli ha sottratto il suo grande fervore, l'intensità dell'amore e della grazia», però gli lascia la grazia sufficiente per resistere al nemico e ottenere con il suo aiuto «che gli resta sempre, sebbene non lo senta» (reg. 7) la salvezza.

LE TRE CAUSE DELLA DESOLAZIONE

In genere aiuterà, inoltre, tener presenti le possibili cause della desolazione, cioè come poterla interpretare. Mentre su un pendio di ghiaccio stai iniziando a scivolare, non è bene che ti metta a pensare perché stai cadendo. Innanzitutto fermati. È quanto dicono le regole precedenti. Dopo, con calma, puoi vedere quali sono le cause che ti hanno messo in pericolo, per saperti regolare in seguito. Prima ti ho detto cosa non fare e cosa fare, che pensare e che sperare nella desolazione: atteggiamenti pratici necessari per l'immediato, per evitare la caduta o rimediare ai danni. Ora è bene che ti dica come interpretare la desolazione. È il male che ti da tristezza e ti prova, non Dio. Lui per sé ti da gioia e ti approva; e non può tentare nessuno (cf Gc 1,13). Come con Giobbe, è sempre il nemico che affligge e tenta. Dio lo permette soltanto in vista di un bene maggiore.

Le cause della desolazione possono essere tre: **il male fatto da te, il male fatto a te e il male stesso del mondo che è in te come in tutti**. Nel cammino della libertà ti scontri progressivamente con queste tre schiavitù sempre più profonde, che rappresentano rispettivamente i frutti, il tronco e le radici dell'albero del male. Il fine di questo scontro è sempre *l'opportunità di un bene: la tua progressiva liberazione*. La desolazione è da prendere come l'uscire e lo spurgarsi, la riparazione e la purificazione, l'espiazione e la vittoria dei tre livelli del male che è in ciascuno di noi.

Vediamo ora le tre cause nel dettaglio.

- a) La prima causa che conviene tener presente, come possibile, è che **la consolazione si sia allontanata da noi per mancanze nostre**, perché siamo tiepidi, negligenti o pigri. Invece di fare quello che piace a Dio, fai quello che piace a te: segui le tue voglie, invece della sua volontà. È giusto, se tu lo abbandoni, che senta il suo abbandono. Non perché lui abbia abbandonato te, ma perché tu hai abbandonato lui. L'oscurità che senti è un richiamo alla luce, campanello d'allarme per un maggior impegno. Assumiti la tua responsabilità.

Alcune sottolineature:

- a volte è il **rimorso** (prima regola) che ti fa capire di volare troppo basso, al di sotto di te: stai buttando via la tua vita. Ti senti annoiato, spento, oscuro, triste, senza desideri, depresso, vuoto, angosciato, non appagato da nulla, estraneo a tutti e a tutto, anche a te stesso, proprio perché sei fatto per altro, per l'Altro. Quindi svegliati!
- è una **desolazione salutare**, con la quale Dio vuoi toglierti dalla schiavitù del male che fai (anche per omissione), perché tu raggiunga la gioia per cui sei creato. Il cammino passa attraverso la pena, il disagio, la sofferenza, la vergogna e la confusione per tutto ciò che si è imposto a te in modo menzognero, con l'apparenza del piacere, della gioia, della bellezza e della bontà;
- se **riconosci il tuo male** (chiamarlo per nome e chiedere perdono come in confessione), fai la cosa più sublime che l'uomo possa fare e che sempre è tentato di non fare. Non cercare di giustificarti, attribuendo la colpa agli altri, alle situazioni, agli imprevisti. Tu vinci il male nella misura in cui sei effettivamente capace di assumertene la responsabilità in prima persona. Perciò la raccomandazione *d'insistere nell'esame*, per quanto si può, sereno e umile. Esso può aiutare a identificare un richiamo di Dio, per mezzo della desolazione, a evitare distrazioni e mancanze concrete che danneggiano e mettono in pericolo la nostra vita spirituale.

- b) La seconda causa possibile e che si può passare a considerare, una volta scartata a sufficienza o rimediata la prima, è quella che è già stata suggerita precedentemente: **il Signore ci ha lasciato in stato di prova**. Vuole che meritiamo di più, compiendo il suo servizio con un amore più puro, distaccati dal diletto dei doni divini, «senza tanta elargizione di consolazione e grandi grazie» (reg. 9). Ed è, inoltre, una pedagogia divina perché esercitiamo sempre di più la virtù della pazienza e della speranza e perché apprendiamo essenzialmente l'umiltà, giacché sperimentiamo internamente che non è nelle nostre mani «avere devozione, amore intenso, lacrime.

In entrambi i casi è necessario reagire contro la desolazione e i pensieri di sfiducia, tentazione o tiepidezza che ci vengono in essa, e fomentare la fiducia nel ritorno della consolazione, con la quale tornerà di nuovo a farsi sentire la presenza del Signore, che non abbandona nessuno al di là delle forze che gli dà per resistere nel tempo della prova.

- c) La terza causa non è né il male che hai fatto, né quello che hai subito; è piuttosto **l'aria malsana che respiriamo tutti, il male del mondo**: la non conoscenza di te e di Dio, del quale ognuno ha la sua quota-parte. Questa desolazione è ancor più dura, ma ancor più salutare della precedente. In essa affronti ed estingui la sorgente stessa del male, per giungere alla libertà piena che ti da la conoscenza della verità tua e di Dio.

COME COMPORTASI NELLA CONSOLAZIONE

DECIMA REGOLA: “Quando sei consolato **pensa a come ti troverai nella desolazione** che in seguito verrà e accumula nuove forze per allora (ES n. 323).

Nella consolazione, che pensare? Invece di cullarti e crogiolarti in essa, **pensa a che fare nella desolazione** che di certo seguirà. La consolazione, e il ricordo di essa, ti serve per andare avanti anche nei momenti di oscurità. La fede stessa è ricordo di ciò che Dio ha fatto, che diventa chiarezza e forza interiore per leggere e reggere positivamente la realtà, alla luce della sua promessa.

Non credere di essere già arrivato.

UNDICESIMA REGOLA: “Se sei consolato **pensa a umiliarti e a ridimensionarti**, pensando al poco che vali nella desolazione, senza quella grazia o consolazione. Al contrario, se sei nella desolazione, **pensa che, con la sua grazia, puoi resistere, prendendo forza dal Signore**” (ES n. 324).

Nella consolazione, che fare? Nella consolazione, invece di inorgoglirti, **sii umile**, pensando a come sei debole quando sei nella desolazione. E in questa sempre pensa che il Signore ti è vicino e ti aiuta.

La consolazione sia, invece che pericolo di autocompiacimento mortale, occasione di umiltà: «Che cosa mai possiedi, che tu non abbia ricevuto? E se l'hai ricevuto, perché te ne vanti come se non l'avessi ricevuto?» (1Cor 4, 7).

Ridimensionati – cioè, conosci le tue esatte dimensioni – pensando chi sei e cosa fai senza i suoi doni. La coscienza del tuo limite e del tuo niente è grande sapienza. È conoscenza vera di te, che sei come tutti gli altri, e di Dio, che tutto dona a te e agli altri.

Il vuoto attira il pieno: l'umiltà ti svuota di te e attira in te Dio. Egli fa dell'umile il suo tempio, dimora della sua gloria (Is 57,15). Fino a quando non sei umile, non sei in grado di accogliere ciò che Dio ti vuol dare; e quello che lui ti dà, se inorgogliisci, è già perso, anzi è divenuto occasione di caduta.

Per questo il Nemico ti tenta sempre di orgoglio nel bene e di depressione nel male, che è la stessa cosa. Quindi, se nella consolazione devi umiliarti e considerare il tuo nulla, nella desolazione non deprimenti e considera il tuo tutto: Dio, che riempie di se stesso il nulla tuo e di tutti.

UNDICESIMA REGOLA: “Se sei consolato **pensa a umiliarti e a ridimensionarti**, pensando al poco che vali nella desolazione, senza quella grazia o consolazione. Al contrario, se sei nella desolazione, **pensa che, con la sua grazia, puoi resistere, prendendo forza dal Signore**” (ES n. 324).

LE INSIDIE DEL NEMICO

Lo stile del nemico non cambia, anche se a volte deve cambiare la sua strategia. Lo stile è la persona. E, nel caso di Satana, la Sacra Scrittura lo descrive come «padre della menzogna» (Gv 8,44), «principe di questo mondo» (Gv 12,31) e «delle tenebre», che si presenta minaccioso ostentando forza (1Pt 5,8: «come un eone ruggente»), quando in realtà è stato già vinto da Cristo (Lc 11,20-22; Gv 16,11); ma circuisce, assedia, tende lacci e insidie per perdere l'uomo (1Tm 3,7; 6,9; Ef 6,11).

Inoltre avvertiamo che qui non si tratta necessariamente di «tempi abitualmente prolungati» o di «periodi di crisi». Si può trattare a volte di situazioni momentaneo o passeggero, di casi circostanziali, come prova l'esperienza personale.

Sin dal principio della vita spirituale conviene che la persona conosca questo stile per non farsi ingannare dal nemico. A questo scopo Ignazio indirizza le regole 12-14 [Es 325-327].

1. *Incutere paura*

DODICESIMA REGOLA: “Il Nemico si comporta come la donna che diventa debole davanti alla forza e forte davanti alla dolcezza. Infatti, come è proprio della donna che litiga con qualche uomo perdersi d'animo e fuggire quando l'uomo le mostra il viso duro – mentre al contrario, se l'uomo comincia a fuggire e a perdersi d'animo, l'ira, la vendetta e la ferocia della donna sono molto grandi e smisurate –; così è proprio del Nemico indebolirsi, perdersi d'animo e indietreggiare con le tentazioni quando la persona che si esercita nelle cose spirituali si oppone con fermezza alle sue tentazioni, facendo in modo diametralmente opposto. Ma se, al contrario, la persona che si esercita comincia ad avere timore o a perdersi d'animo nel fronteggiare le tentazioni, non c'è sulla faccia della terra bestia più feroce del Nemico della natura umana che persegua con maggiore malizia il proprio dannato intento” (ES 325).

La prima caratteristica della strategia del nemico, che Ignazio fa scoprire all'esercitante, è tipica del suo stile: mostrarsi con una potenza dominatrice che non ha, per far credere che è impossibile resistergli, che è più potente dell'anima che vuole guidare sulla strada tracciata con le sue imponenti suggestioni. **Incutere paura.** A questo deve corrispondere la reazione dell'anima avveduta, che non deve scoraggiarsi o avvilirsi davanti alla prepotenza del nemico, con energia e forte coraggio.

2. *Il suo mezzo è la menzogna*

TREDICESIMA REGOLA: “Ugualmente, il Nemico si comporta come un falso amante che non vuole venire scoperto: infatti, come l'uomo falso parla maliziosamente e adesca la figlia di un buon padre o la moglie di un buon marito, desiderando che le sue proposte restino segrete, mentre, al contrario, gli dispiace molto se la figlia scopre al padre o la moglie al marito le sue parole, perché comprende che non potrà più portare a compimento l'impresa cominciata; allo stesso modo, quando il Nemico ti suggerisce le sue astuzie e persuasioni, vuole che siano accolte e tenute in segreto: gli dispiace molto se tu le manifesti al tuo confessore o ad altra persona spirituale esperta, perché si rende conto di non poter portare avanti l'opera incominciata, dal momento che sono stati scoperti i suoi inganni” (ES 326).

La seconda caratteristica, tipica di Satana, è che la sua ispirazione malvagia induce a nascondere quello che uno sente a chi potrebbe aiutarlo a fugare l'inganno contenuto nella sua tentazione. Ignazio, in questo caso, ricorre al paragone dell'uomo che vuole sedurre una donna. Farà in modo di persuaderla a non dire niente delle sue lusinghe né a suo marito, né a suo padre, che potrebbero svelare in tempo all'interessata le cattive intenzioni dell'uomo, o farebbero tutto il possibile per impedirgli di andare avanti con il suo progetto.

L'insegnamento è chiaro e in consonanza con la tradizione dei padri del deserto e di tutta la tradizione spirituale cristiana: è necessario essere franco e trasparente davanti al padre spirituale, al maestro o all'aiuto competente, per non essere ingannati dalle seduzioni del nemico, per apprendere il discernimento dei suoi inganni e dei suoi perversi suggerimenti. La stessa esperienza dice che a volte basta soltanto aver manifestato la tentazione perché la sua forza scompaia. Basta solo aprirla alla luce, perché si scopra quello che è e smetta di avere importanza o potere di turbare.

Attualmente esiste con maggior frequenza di prima la voglia di aprirsi e manifestare le proprie tentazioni o situazioni psichiche, con mancanza di pudore e di prudenza, a chiunque indiscriminatamente; a volte, con somma imprudenza e ignoranza, proprio a chi sarà danneggiato dal conoscere i nostri pensieri occulti o tentazioni, soprattutto se si riferiscono alla stessa persona a cui vengono comunicati.

3. *La sua astuzia: attaccarti sui punti deboli*

QUATTORDICESIMA REGOLA: “*Similmente, il Nemico si comporta come un capo militare: dopo aver piantato la tenda di comando e osservato le postazioni o la posizione di un castello, lo attacca dalla parte più debole. Così il Nemico ti osserva da tutte le parti ed esamina tutte le tue virtù teologali, cardinali e morali, e ti attacca e cerca di prenderti dove ti trova più debole*” (ES 327).

La terza caratteristica dei comportamenti di Satana è quella di osservare come un buon stratega da che parte deve attaccare ognuno, riconoscendo per prima cosa i suoi punti deboli. Ignazio lascia trarre la conseguenza al lettore del suo testo: è necessario che vegli, particolarmente su quelle che sono le sue debolezze; conoscere i suoi punti deboli per rinforzarli, o rimediare a quelle debolezze.

Anche qui il linguaggio preso dall'esperienza di Ignazio e dalle sue categorie mentali di gioventù ci ricorda il consiglio della Sacra Scrittura (1Pt 5,8-9), dove siamo prevenuti contro il nemico che si presenta in agguato (come chi gira intorno alla vittima per divorzarla). E ci viene consigliato di resistergli con fermezza e premunirci con la vigilanza.

2.2.2. Regole della seconda serie: quando vai di bene in meglio

Le regole della seconda serie si suppone che preparino a un *discernimento più sottile e profondo* di quelle della prima serie. Per questo non conviene darle prima che l'esercitante cominci a essere tentato sotto apparenza di bene (regola 9-10). È il segnale che egli, nella sua evoluzione spirituale, è arrivato a darsi al Signore, senza paura delle difficoltà o degli schermi che possa comportare la sua generosa dedizione, superando vergogne, rispetti umani e altre resistenze della natura. Per questo il nemico trova la porta per entrare solo mascherandosi con l'apparenza di chi propone qualcosa di buono.

Sono le regole di **chi va di bene in meglio** che, oltre per crescere nel capire e nell'amare Dio e il prossimo (*via illuminativa* e *via unitiva*), ti servono per compiere scelte concrete di vita e/o di lavoro.

Mentre le regole della prima serie si basano sulla distinzione tra consolazione e desolazione, queste riguardano solo *la consolazione*, e in particolare la sua manifestazione sensibile: *la gioia*.

Tuttavia la consolazione stessa può essere vera o ingannevole. Il nemico cerca di ingannare con la parvenza di bene chi non è riuscito a ingannare con il piacere apparente o a scoraggiare con la desolazione. È importante distinguere la consolazione di Dio da quella del nemico, che sembrano agire allo stesso modo.

Attenzione che nel *campo del bene* il nemico provoca i danni maggiori. Per esempio il nemico sa guastare il bene mettendoci un pizzico di male, come l'orgoglio o la stupidità (una mosca morta può rovinare tutto il profumo).

Per esempio quando fai il bene stai attento al modo con cui lo fai per vedere se è conforme allo Spirito del Signore, al modo con cui nasce (perfezionismo, migliorismo, una correzione fraterna, attivismo, ...)

Insegna Antonio il grande che *solo l'umiltà salva*, per cui non prendere mai troppo sul serio te e i tuoi doni. Considera, invece, con venerazione e rispetto gli altri.

Questa seconda serie di regole sono 8 e possono distribuirsi così: Regole 1 e 7: segni dello spirito buono e cattivo; Regole 3-6: per la *consolazione con causa previa*; Regole 2 e 8: per la *consolazione senza causa previa*.

SEGANI DELLA SPIRITO BUONO E DI QUELLO CATTIVO [regole 1 e 7]

PRIMA REGOLA: “È proprio di Dio e dei suoi angeli dare con le loro ispirazioni vera **letizia e gioia spirituale**, togliendo tutta la tristezza e l'agitazione che il demonio procura; è invece proprio di costui combattere contro questa letizia e consolazione spirituale, presentando false ragioni, cavilli e continue menzogne” (ES 329).

SETTIMA REGOLA: “A coloro che procedono di bene in meglio, l'angelo buono si insinua nell'anima in modo dolce, delicato e soave, come una goccia d'acqua che entra in una spugna; al contrario, l'angelo cattivo si insinua in modo pungente, con strepito e agitazione, come quando la goccia d'acqua cade sulla pietra. Invece, in coloro che procedono di male in peggio, questi due spiriti si insinuano in modo opposto. La causa di questo è la disposizione dell'anima, contraria o simile a quegli angeli: infatti, quando è contraria, entrano con strepito e facendosi sentire; quando invece la disposizione è simile, l'angelo entra in silenzio, come in casa propria che gli è aperta.” (ES 335).

Nel tipo di anime a cui si riferiscono queste regole c'è già una *sintonia affettiva* e tendenziale con la volontà di Dio, che è l'unica cosa che desiderano. La partecipazione alla natura divina, che è stata loro concessa con la grazia santificante, ha sviluppato in esse, con l'azione ripetuta delle loro potenze soprannaturali nell'esercizio della virtù e nella cooperazione con le grazie attuali, un senso di connaturalità per captare i movimenti e gli impulsi dello spirito buono. Questa sintonia fa sì che la presenza e l'opera dello spirito buono si faccia sentire con effetti di pacifica soavità, dolcezza, felicità e gioia spirituale”, togliendo ogni turbamento che possa aver precedentemente indotto il nemico: «Come una goccia d'acqua che entra in una spugna; ..in silenzio, come in casa propria e a porte aperte».

Al contrario, la presenza e l'opera dello spirito cattivo non possono fare a meno di produrre dissonanza e inquietudine, poiché le sue insinuazioni e il suo stile non vanno d'accordo (anche se per un po' lo dissimula mascherandosi da angelo di luce, 2Cor 11,14) con la tendenza e l'orientamento affettivo più profondo e decisivo della persona: «Come quando la goccia d'acqua cade sulla pietra... con strepito e sensazioni percettibili» (Esercizi, n. 335).

Invece, se cominciano ad andare di male in peggio, a raffreddarsi, a perdere spirito e a dissiparsi, cadono nella tiepidezza e, secondo l'interpretazione di A. Gagliardi, sono equiparabili, nel loro atteggiamento rispetto alla perfezione, ai cattivi nel loro atteggiamento verso la grazia. E così nel loro caso bisogna applicare le regole riguardo ai segni che lasciano gli spiriti”. In essi non trovano consonanza né sintonia i suggerimenti o i segnali dello spirito buono che tende alla perfezione e, di conseguenza, produrranno disgusto, inquietudine, turbamento della loro falsa pace. Mentre quelli dello spirito cattivo entreranno in sintonia con la posizione spirituale che hanno queste persone e tenderanno a lasciarle tranquille nella loro falsa pace, nata dalla tiepidezza, e a consolidarli nella loro direzione deviata.

Un'osservazione che può servire come norma è quella della regola 1: «È proprio di Dio e dei suoi angeli dare con le loro moszioni vera letizia e godimento spirituale [non falsa pace e soddisfazione delle tendenze della “carne”], togliendo qualsiasi tristezza e turbamento inoculati dal nemico», perché l'anima continui ad andare avanti, senza ostacoli che la trattengono, con gioia e generosità, progredendo sempre nel servizio divino.

Invece è proprio dello spirito cattivo combattere contro tale letizia e consolazione spirituale, adducendo ragioni speciose, sofismi e continua falsità, poiché così, se non condurla al male direttamente, almeno la frana nella sua marcia generosa, la fa preoccupare di se stessa e a volte la rende triste, sgradevole, la strada della virtù per persuaderla a rinunciare allo sforzo dell'impegno a allontanarla dal bene.

CONSOLAZIONE SENZA CAUSA PREVIA [regole 2 e 8]

SECONDA REGOLA: *"Solo Dio nostro Signore può dare all'anima una consolazione senza una causa precedente; infatti è proprio del Creatore entrare nell'anima, uscire, agire in essa, attirandola tutta all'amore della sua divina Maestà. Dicendo senza una causa, si intende senza che l'anima senta o conosca in precedenza alcun oggetto, da cui possa venire quella consolazione mediante i propri atti dell'intelletto e della volontà"* (ES 330).

Questa regola dice che *solo Dio può parlare direttamente al tuo cuore, senza nessuna mediazione di alcuni tipo*. Se è proprio di Dio dare gioia e forza che resistono a ogni prova, è *proprio e solo di Dio* dare gioia anche senza alcuna causa specifica che la produca. Lui è più intimo a te stesso di te stesso, e può manifestarsi come vuole, dandoti all'improvviso amore, attrazione e slancio interiore verso di lui, con pace, gioia e forza, senza che tu abbia fatto nulla per produrre o meritare questo.

OTTAVA REGOLA: *"Quando la consolazione è senza una causa, in essa non c'è inganno, perché, come si è detto [330], proviene da Dio nostro Signore; tuttavia la persona spirituale, a cui Dio dà questa consolazione, deve considerare e distinguere con molta cura e attenzione il tempo proprio di questa consolazione da quello successivo, nel quale l'anima rimane fervorosa e favorita dal dono e dalle risonanze della consolazione passata. Spesso infatti, in questo secondo tempo, sia con un proprio ragionamento, cioè con associazioni e deduzioni di concetti e di giudizi, sia per l'azione dello spirito buono o di quello cattivo, la persona formula propositi o pensieri che non sono ispirati direttamente da Dio nostro Signore; perciò bisogna esaminarli molto accuratamente, prima di dar loro pieno credito e di metterli in atto"* (ES 336).

Questa regola ci ricorda che le ispirazioni del Signore più pure possono combinarsi con altre, che sono a loro volta buone e cattive. Bisogna che ti distingua bene tra *l'ispirazione del Signore e il momento che segue (il tempo che viene dopo)*, dove tu comincia ad agire, sotto la guida sia del tuo io sia dello spirito buono o cattivo.

CONSOLAZIONE CON CAUSA PREVIA [regole 3 - 6]

TERZA REGOLA: *"Sia l'angelo buono sia quello cattivo possono consolare l'anima con una causa, ma per fini opposti: l'angelo buono per il bene dell'anima, perché cresca e proceda di bene in meglio; l'angelo cattivo, al contrario, per attirarla ancor più al suo dannato disegno e alla sua malizia"* (ES 331).

Queste regole ci ricordano che oltre al messaggero buono, anche quello *cattivo può dar gioia con causa*.

QUARTA REGOLA: *"È proprio dell'angelo cattivo, che si trasforma in angelo di luce, entrare con il punto di vista dell'anima fedele e uscire con il suo: suggerisce, cioè, pensieri buoni e santi, conformi a quell'anima retta, poi a poco a poco cerca di uscirne attirando l'anima ai suoi inganni occulti e ai suoi perversi disegni"* (ES 332).

Con chi cerca di progredire con zelo, *il nemico si traveste da angelo di luce*, per poterlo fuorviare.

QUINTA REGOLA: “*Dobbiamo fare molta attenzione al corso dei nostri pensieri. Se nei pensieri tutto è buono il principio, il mezzo e la fine e se tutto è orientato verso il bene, questo è un segno dell'angelo buono. Può darsi invece che nel corso dei pensieri si presenti qualche cosa cattiva o distrattiva o meno buona di quella che l'anima prima si era proposta di fare, oppure qualche cosa che indebolisce l'anima, la rende inquieta, la mette in agitazione e le toglie la pace, la tranquillità e la calma che aveva prima: questo allora è un chiaro segno che quei pensieri provengono dallo spirito cattivo, nemico del nostro bene e della nostra salvezza eterna.*” (ES 333).

Questa regola specifica la precedente e dice due cose complementari: *l'azione di Dio è tutta buona* (sia nel principio, sia nel mezzo, sia nella fine) dal principio alla fine; se c'è qualcosa di meno bene, allora è in azione il nemico.

SESTA REGOLA: “*Quando il nemico della natura umana viene scoperto e riconosciuto per la sua coda serpentina e per il fine cattivo a cui spinge, colui che è stato tentato farà bene a esaminare subito il corso dei pensieri buoni all'inizio da lui suggeriti, e a considerare come il demonio a poco a poco abbia cercato di farlo discendere dalla soavità e dalla gioia spirituale in cui si trovava, fino ad attirarlo al suo disegno perverso; così, tenendo conto di questa esperienza, potrà guardarsi dai suoi soliti inganni*” (ES 334).