

Richiesta della grazia ed emozioni

La richiesta della grazia. *Id quod volo*¹

Ora che abbiamo affidato a Dio, a Gesù tutto ciò che ci accadrà in preghiera, apriamo la Bibbia e leggiamo il brano. Questa prima lettura è volta a cogliere il clima che lo sottende, così da poterci sintonizzare con esso e formulare la grazia da chiedere più appropriata per quel tempo di preghiera. Nel cammino degli Esercizi o di un percorso accompagnato è la guida a suggerire di volta in volta la grazia da chiedere. Quando preghiamo da soli la decisione spetta a noi.

Nel libretto degli Esercizi sant'Ignazio precisa questo passaggio suggerendo di «chiedere a Dio nostro Signore quello che voglio e desidero» (ES104). *Id quod volo*, nella versione latina.

Questa richiesta mi porta nel cuore della dinamica della comunicazione con Dio e da Dio. Da un lato è un atto di umiltà, mi ricorda che non è in mio potere né raggiungere una maggiore comprensione del mistero che sto per contemplare né lasciare che la contemplazione di quel mistero susciti in me emozioni profonde. Dall'altro, mi rende parte attiva. Mi mette in gioco. Esplicita il desiderio di conoscere intimamente Gesù al fine di poterlo amare e servire con tutto me stesso/a. Mi porta a implorare Gesù di rendere le parole e le situazioni descritte nel testo trasparenti alla mia coscienza e di parlarmi attraverso di esse.

In genere, la richiesta della grazia più adatta quando si contemplanو episodi della vita di Gesù, come suggerisce sant'Ignazio, è quella di una «conoscenza intima del Signore, che per me si è fatto uomo perché più lo ami e lo segua» (ES104). Questa richiesta fondamentale si precisa poi a seconda del brano evangelico che contempliamo.

Se nel brano Gesù si rivolge agli interlocutori rimproverandoli di essersi allontanati da Dio e di contrastare il progetto divino, chiederò di sentire il peso dei loro peccati contro l'Amore e di capire che i loro peccati sono anche i peccati del mio tempo, i miei peccati. Chiederò di percepire, dietro il tono di accusa di Gesù, la sua infinita disponibilità a perdonarci, a sollevarci dopo la caduta per consentirci di riprendere il cammino. Chiederò a Gesù di far affiorare dal mio passato il ricordo delle situazioni in cui ho percepito più distintamente l'azione della misericordia di Dio.

Se il brano ha per oggetto una guarigione, un esorcismo, un miracolo, una parabola o un insegnamento di Gesù, chiederò di potergli stare accanto e di saper gustare l'effondersi del suo amore, divino e al tempo stesso umanissimo. Di saper osservare i suoi gesti, intuire i suoi stati d'animo, accogliere con entusiasmo sia i suoi insegnamenti che i suoi inviti a seguirlo.

Se il brano ha per oggetto un momento felice per Gesù, un momento di gloria, come il Battesimo o la Trasfigurazione, per esempio, chiederò di poter comprendere la sua gioia.

Se il brano descrive un episodio della Passione, chiederò di partecipare alla sofferenza di Gesù, di soffrire insieme a lui. Di comprendere in che modo il mistero del suo sacrificio sulla croce, sebbene tanto lontano nel tempo, riguarda la mia salvezza e il mio destino e la salvezza e il destino dell'intera creazione.

Infine, se il brano descrive una delle apparizioni del Risorto, chiederò di gioire della gioia del Figlio che torna al Padre, di condividere sia lo stupore incantato dei discepoli sia il loro mettersi al servizio del regno dei cieli che in Cristo si fa casa per tutti e di tutti. Chiederò di aprirmi al suo Spirito e al mistero della Pentecoste: «Io sono con voi tutti i giorni, fino alla fine del mondo» (Mt 28, 20).

Affermare ciò che voglio e desidero, significa ammettere, quasi sfacciatamente: Voglio esserci anch'io! E subito dopo sussurrare con trepidazione, Posso esserci anch'io?

Uno scopo importante della richiesta della grazia è quello di consentirci di verificare alla fine della preghiera se abbiamo ricevuto ciò che abbiamo chiesto oppure è accaduto qualcosa di diverso e perché. Nel "colloquio" e poi nella revisione considererò l'esperienza appena vissuta. Se la grazia che ho chiesto all'inizio mi è stata accordata, ringrazierò Gesù e mi disporrò ad approfondire nelle future contemplazioni il dono dell'incontro tra il mio desiderio di Dio e il desiderio di Dio per me. Se invece non avrò ricevuto la grazia che ho chiesto, rimarrò in

¹ Testo tratto e adattato da Guia Sambonet, *Ai piedi del Maestro. Guida alla contemplazione immaginativa secondo gli Esercizi Spirituali di Ignazio di Loyola*, Ancora, Milano 2018, p. 53-62.

ascolto. Potrebbe arrivare più tardi, nel corso della giornata. Quando meno me lo aspetto. Potrebbe cogliermi di sorpresa, forse nel "... grazie... grazie... grazie..." mormorato dalla ragazza di colore accucciata di fronte alla porta del supermercato nella cui mano ho lasciato cadere una misera moneta; nel rosso di un papavero che danza tra gli steli di un campo di grano oltre il finestrino del treno; nel racconto dell'amico dopo una giornata di lavoro nel reparto di Terapia intensiva e rianimazione; nel sorriso di un neonato incurante del via vai della folla. La nuova vita.

Le emozioni nella preghiera

Le Scritture, dunque, ci consentono contemporaneamente di conoscere Dio, conoscere noi stessi, conoscere il nostro rapporto con Dio, e di capire in che modo possiamo collaborare al meglio al progetto di Dio – servire Dio, essere servi di Dio, ubbidire alla volontà del Padre, direbbero gli antichi. Vanno lette e contemplate prestando attenzione sia a quello che ci rivelano di Dio, di Gesù, sia alle nostre risposte emotive. La richiesta della grazia da chiedere all'inizio del tempo di preghiera, in un certo senso, fa da cerniera e da filtro tra il brano che ci accingiamo a contemplare e la nostra realtà, con la sua complessità e le sue emozioni. Sarà infatti attraverso le nostre emozioni, e del tutto indipendentemente dal livello delle nostre competenze teologico-dottrinali, che riconosceremo il modo in cui Dio ci parla per tramite del testo biblico. Ricordate? «Ti rendo lode, Padre, Signore del cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli» (Mt 11,25). Prestando attenzione alle mie emozioni di fronte ai personaggi del racconto, a quello che mi commuove o mi rattrista, alle resistenze e alle attrazioni con le quali rispondo ai diversi brani biblici, a poco a poco comincerò a decifrare l'alfabeto del registro emotivo sul quale si basa la mia relazione con Dio. È un po' come tornare a scuola: la riga delle A, poi la riga delle B, nella scuola elementare del passato, A-anatra, B-balena, in quella di oggi. Poi la grammatica. Ricordiamo tutti la fievolezza di passare dalle lettere dell'alfabeto alla grammatica, da bambini. La "punteggiatura". Il "periodo". E infine, in seconda media, l'analisi logica, la "sintassi". Arrivare alla sintassi è come accedere a un master, a un dottorato. Quanta fievolezza quando finalmente si è imparato a riconoscere la "sintassi", da ragazzini!

Alle emozioni vissute in preghiera che si accordano con il sentire di Gesù corrisponde un'esperienza di consolazione spirituale. Alle emozioni in disaccordo corrisponde un'esperienza di desolazione spirituale. Le regole per il discernimento, che insieme alla contemplazione immaginativa sono la massima espressione del genio di sant'Ignazio, si basano su questo semplice criterio. La loro efficacia, ancora una volta, va però sperimentata personalmente. Di nuovo, è necessario prestare grande attenzione ai propri movimenti interiori e alle risposte che ricevono da Dio. Mettersi in gioco.

Con il tempo, le emozioni positive si trasformeranno in sentimenti di lealtà e fedeltà, la lealtà e la fedeltà in senso di responsabilità e in dono di sé. Quando infine avremo decifrato il linguaggio con cui la relazione tra noi e Dio si esprime, potremo uscire dall'*hortus conclusus* delle Scritture, dal chiostro del nostro piccolo monastero. Riconosceremo la presenza di Dio in tutte le cose. Saremo in grado di accettare che nella vita non esistono situazioni neutre, che esiste il bene ed esiste il male, sì, ma anche che, diversamente dalla legge morale, la legge dello Spirito è infinitamente comprensiva, perché ama. Ci renderemo, «ognuno al suo lavoro»², collaboratori umili, efficaci, generosi e creativi dell'opera con cui Dio incessantemente trasforma il mondo³. Sapremo trovare alleati e alleate insieme ai quali «rimboccarci le maniche per restituire dignità a milioni di persone che sono nostri fratelli e sorelle, chiamati con noi a costruire una "città affidabile"»⁴.

² «Nei luoghi deserti / noi costruiremo con nuovi mattoni. / Ci sono macchine e mani, / e calce per nuovo cemento. / Dove i mattoni sono crollati / noi costruiremo con nuove pietre. / Dove le travi sono spezzate / noi costruiremo con nuovo legno. / Dove la parola non è pronunciata / noi costruiremo con nuovo linguaggio. / C'è un lavoro comune, / e c'è una fede per tutti, / un compito per ognuno. / Ogni uomo al suo lavoro.» (Thomas Stearns Eliot, *Ogni uomo al suo lavoro*, da *Cori da La Rocca*, traduzione Roberto Sanesi, 1934).

³ «È il momento di dare spazio alla fantasia della misericordia per dare vita a tante nuove opere, frutto della grazia. La Chiesa ha bisogno di raccontare oggi quei "molti altri segni" che Gesù ha compiuto e che "non sono stati scritti" (Gv 20,30), affinché siano espressione eloquente della fecondità dell'amore di Cristo e della comunità che vive di Lui. Sono passati più di duemila anni, eppure le opere di misericordia continuano a rendere visibile la bontà di Dio» (Francesco, *Misericordia et misera*, n. 18).

⁴ *Ibidem*.