

Pregare insieme a Gesù. Ascoltare insieme a Gesù.

Il metodo degli Esercizi Spirituali di sant'Ignazio di Loyola come scuola di empatia

L'immaginazione nella preghiera ignaziana.

Composizione del luogo

Salmo 130 / 129

Canto delle ascensioni.

1 Dalle profondità a te grido, o Signore;

2 O Signore, ascolta la mia voce,

Siano i tuoi orecchi attenti
alla voce delle mie suppliche!

3 Se le iniquità consideri, o Signore,
Signore, chi sussisterà?

4 Ma presso di te è il perdono:
affinché ti si tema.

5 Ho sperato nel Signore,
ha sperato l'anima mia spera
e la sua parola ha atteso.

6 L'anima mia attende il Signore
più che le sentinelle il mattino,
più che le sentinelle il mattino!

7 Attenda Israele il Signore,
perché presso il Signore è la misericordia
e abbonda presso di lui la redenzione.

8 Ed egli riscatterà Israele
da tutte le sue colpe.

Salmi 131 / 130

Canto delle salite. Di Davide.

1 O Signore, non si inorgolisce il mio cuore,
non si alzano alteri i miei occhi
e non vado in cerca di cose grandi
e straordinarie per me.

2 Anzi, ho reso calma e silenziosa la mia anima:
come un bimbo svezzato sul seno di sua madre,
come un bimbo svezzato è in me l'anima mia.

3 Spera, Israele, nel Signore,
da ora e per sempre!

Luca 1, 39-56

³⁹ In quei giorni Maria si alzò e andò in fretta verso la regione montagnosa, in una città di Giuda. ⁴⁰ Entrata nella casa di Zaccaria, salutò Elisabetta. ⁴¹ Appena Elisabetta ebbe udito il saluto di Maria, il bambino sussultò nel suo grembo. Elisabetta fu colmata di Spirito Santo ⁴² ed esclamò a gran voce: «Benedetta tu fra le donne e benedetto il frutto del tuo grembo! ⁴³ A che cosa devo che la madre del mio Signore venga a me? ⁴⁴ Ecco, il tuo saluto è giunto ai miei orecchi, il bambino ha esultato di gioia nel mio grembo. ⁴⁵ E beata colei che ha creduto nell'adempimento di ciò che il Signore le ha detto».

⁴⁶ Allora Maria disse:

«L'anima mia magnifica il Signore
⁴⁷ e il mio spirito esulta in Dio, mio salvatore,
⁴⁸ perché ha guardato l'umiltà della sua serva.
D'ora in poi tutte le generazioni mi chiameranno beata.
⁴⁹ Grandi cose ha fatto in me l'Onnipotente
e Santo è il suo nome:
⁵⁰ di generazione in generazione la sua misericordia
si stende su quelli che lo temono.
⁵¹ Ha spiegato la potenza del suo braccio,
ha disperso i superbi nei pensieri del loro cuore;
⁵² ha rovesciato i potenti dai troni,
ha innalzato gli umili;
⁵³ ha ricolmato di beni gli affamati,
ha rimandato i ricchi a mani vuote.
⁵⁴ Ha soccorso Israele, suo servo,
ricordandosi della sua misericordia,
⁵⁵ come aveva detto ai nostri padri,
per Abramo e la sua discendenza, per sempre».
⁵⁶ Maria rimase con lei circa tre mesi, poi tornò a casa sua.

Negli incontri scorsi abbiamo visto in che modo, in quale luogo e per quanto tempo conviene disporsi a pregare, e abbiamo cercato di comprendere il metodo ignaziano nella concatenazione delle sue parti fondamentali. Ora possiamo addentrarci in quello che ne è il cuore. La caratteristica che più contraddistingue la contemplazione ignaziana da altri tipi di orazione cristiana è l'uso dell'immaginazione, la fiducia che l'immaginazione sia un dono di Dio, una facoltà utile alla crescita spirituale, che va coltivata e nutrita.

Non è da escludere che il metodo ignaziano non sia adatto ad alcune persone. Tuttavia, prima di decidere che è così e per non correre il rischio di attribuire a un proprio limite le difficoltà che eventualmente si incontrano nell'utilizzare l'immaginazione, è necessario chiedersi se quelle difficoltà non dipendano da un contesto molto più grande. Storicamente, la cultura occidentale ha messo l'immaginazione in secondo piano, le ha privilegiato la razionalità, e ha identificato nella ragione la massima espressione dell'essere umano. Gli studiosi fanno risalire questo orientamento culturale ai primi secoli del primo millennio, alla scelta dei Padri della Chiesa di esprimere la dottrina cristiana tramite concetti derivati dalla tradizione filosofica greco-romana. La matrice semitica del linguaggio e delle forme di pensiero con cui si esprimevano Gesù di Nazaret e i suoi primi interpreti venne a poco a poco dimenticata. Con il passare del tempo, il privilegio dato alla ragione, alla logica, alla necessità di dimostrare un assunto in modo razionale, portò a confinare l'immaginazione, il pensiero non-lineare e tutto quello che riguarda sentimenti ed emozioni nella sfera dell'irrazionale, della non-verità, dell'illusione, e cioè nella sfera inferiore, negativa, della materia e del corpo. Oggi che le neuroscienze hanno riconosciuto le aree del cervello e i circuiti neuronali associati sia alla creatività artistica sia alla contemplazione e dimostrato su base scientifica l'importanza del pensiero non-lineare per lo sviluppo psico-fisico umano, possiamo augurarci che quegli antichi pregiudizi, ancora molto presenti nella società contemporanea, possano venire superati. Non dare valore e non coltivare quelle parti di noi ha provocato danni enormi. Ha giustificato la distruzione di interi popoli – perché, secondo i criteri occidentali, non dotati di un'anima razionale. Ha sfruttato indiscriminatamente le risorse naturali e causato l'estinzione di un numero incalcolabile di specie animali e vegetali. Ha emarginato le persone che soffrivano di disturbi psichici, i “folli”. Ha disprezzato le donne – considerate troppo emotive, troppo vicine al corpo – non consentendo loro di accedere a posizioni di responsabilità nella società. Ha tarpatto le ali ai bambini, femmine e maschi, impedendo loro di crescere armoniosamente e dunque di poter contribuire, una volta adulti, alla costruzione di un mondo armonico e rispettoso delle differenze. Infine, ha manipolato il mistero di Dio, trasformando Dio in un prototipo della ragione assoluta, in un padre-padrone imperturbabile e inaccessibile. Per non cadere in flagrante contraddizione, poi, ha separato la teologia, la filosofia e le scienze esatte dalla spiritualità e dalla creatività, premurandosi tuttavia di stabilire che, per avere accesso all'arte, fosse necessario possedere grande genialità e, per avere accesso alla mistica, essere persone di accertata santità, anche se prive di facoltà intellettuali superiori. Nel Duecento San Francesco, nel Cinquecento sant'Ignazio di Loyola, nel Novecento teologi e uomini di Chiesa gesuiti come Karl Rahner, Teilhard de Chardin e il Cardinal Martini e, oggi, papa Francesco, non sono di quell'avviso. Al contrario, affermano che Dio desidera una relazione personale con *ciascuna* delle sue creature, con *ogni* essere umano. Siamo tutti figli di Dio.

Quando insegnava, Gesù discriminava forse le persone in base al loro livello di razionalità? Il Regno di Dio che Gesù predica, il Dio che Gesù incarna, sono accessibili solo alle persone in grado di comprendere ed esprimere concetti sofisticati? «Ti rendo lode, o Padre, Signore del Cielo e della terra, perché hai nascosto queste cose ai sapienti e ai dotti e le hai rivelate ai piccoli» (Lc 10,21).

Entrando ora nel merito dell'uso dell'immaginazione nel metodo ignaziano e della "composizione del luogo" che le dà l'avvio, vorrei portarvi un esempio a me molto caro, l'immagine (e alle immagini ovviamente si accede tramite l'immaginazione) con la quale Gesù sintetizza la propria relazione con Giovanni Battista, le differenze del loro stile profetico, e l'attitudine di coloro che rifiutano di ascoltarli e perseguitano entrambi.

Giovanni Battista è in prigione. Gesù ha ormai chiaro che lo aspetta lo stesso destino, e si dispone e dispone i suoi discepoli ad affrontare quel destino a qualsiasi costo, fino alla croce.

«A chi dunque posso paragonare la gente di questa generazione? A chi è simile? È simile ai bambini che, seduti in piazza, gridano gli uni agli altri così:

"Vi abbiamo suonato il flauto e non avete ballato, abbiamo cantato un lamento e non avete pianto".» (Lc 7, 31-32; cf. Mt 11,16-19)

Non più di quindici parole. Giovanni Battista è il bambino che canta una canzone triste per suscitare lacrime di pentimento. Gesù è il bambino che suona il flauto per suscitare gioia, per annunciare che il regno di Dio è vicino.

Proviamo a immaginare quella piazza. Non viene descritta, dunque possiamo attribuirle tutte le caratteristiche che ci vengono in mente. Possiamo immaginare una piazza di paese o una piazza di città, e dal tipo di case che la formano assegnare alla scena un'epoca storica. Possiamo immaginare la piazza piena di alberi, oppure aperta, per essere occupata da un mercato; la disposizione dei muretti o delle panchine su cui gli abitanti sono soliti sedersi; il tipo di pavimentazione, in terra battuta, a ciottoli, a selciato, o in asfalto. Quanti più elementi inseriamo, tanto più facile ci risulta individuarne di nuovi – la forma delle porte e delle finestre, dei balconi, dei tetti, il colore dell'intonaco delle facciate. Sentiamo i rumori che attraversano lo spazio ancora deserto, il cinguettio dei passerini tra i rami degli alberi, l'abbaiare di un cane in lontananza, o il profumo di fiori di gelsomino che arriva chissà da dove. Riconosciamo l'ora del giorno. Il colore del cielo. La temperatura dell'aria.

Poi, quando i particolari fisici sono stati definiti, iniziamo a immaginare le persone che popolano la piazza.

Ci sono altre persone oltre ai bambini? E i bambini, quanti sono? Che giochi fanno? Sospendono il gioco quando uno di loro inizia a cantare? Quando un altro bambino si porta il flauto alla bocca e intona una melodia?

Facilmente, mentre l'immaginazione a poco a poco introduce la vita in quel luogo e arricchisce la scena con gesti, conversazioni, risate, in parallelo nella nostra mente emergono il ricordo di una situazione analoga oppure l'insieme delle sensazioni collegate a una situazione analoga, in cui da bambini abbiamo sentito che il nostro invito, alla gioia o alla tristezza, non veniva raccolto. Proviamo a mettere a fuoco i sentimenti che abbiamo provato allora: disappunto, sconforto, senso di abbandono, e magari confusione, perché invitando i compagni non chiedevamo niente per noi stessi, e ora non riusciamo a spiegare la loro disattenzione, la loro derisione.

Se, come credo, la composizione del luogo ha prodotto una serie di libere associazioni tra questo testo e alcuni momenti importanti della nostra vita, non avremo alcun problema a entrare con l'immaginazione anche nei racconti evangelici apparentemente più lontani dalla nostra sensibilità.

Il brano che vi propongo per la preghiera di questa sera e sul quale vi "eserciterete" a casa nelle prossime due settimane è la Visitazione (Lc 1,39-55). Luca guida la nostra immaginazione facendoci avvicinare il mistero dell'incarnazione del Figlio di Dio tramite l'incontro – affettuosissimo e umanissimo – tra due donne, Maria e Elisabetta. Nel segreto dei loro grembi si annuncia la relazione che lega Giovanni Battista e Gesù e che, attraversando i millenni, unisce la promessa che Dio ha fatto a Israele alla promessa che Dio in Gesù fa all'umanità intera. Anche quella della Visitazione è un'immagine molto semplice. Nei secoli, ha nutrito la lode a Dio e la bellezza delle relazioni umane di milioni di persone e ispirato le opere di alcuni tra i più grandi maestri della storia dell'arte.

Come scoprirete osservandoli con un po' di attenzione, oltre che suscitare in noi grande ammirazione i dipinti che ho selezionato possono esserci di aiuto per capire il valore della "composizione del luogo", perché da un lato rispecchiano la libertà nell'immaginare e rappresentare la Visitazione che ha guidato gli autori, e dall'altro la cultura dell'epoca in cui sono stati eseguiti. Ogni secolo ha letto il racconto con grande fedeltà e devozione, ma ha anche attribuito a Maria e Elisabetta caratteristiche psicologiche e modalità di relazione molto diverse.

I discepoli e le discepole di oggi sono chiamati a fare altrettanto, se desiderano che quelle note di flauto e quei canti di lamento raggiungano le nuove generazioni.