

Immaginazione e discernimento nella preghiera ignaziana.

Istruzioni: immaginazione e discernimento dei contenuti, della "verità" spirituale della preghiera
Guida Sambonet

A titolo di indispensabile premessa, ricordo che l'immaginazione è una funzione naturale negli esseri umani. È "immaginazione" ciò che ci permette di comunicare con noi stessi e tra noi. Tu parli e io vedo con gli occhi dell'immaginazione quello di cui stai parlando prima di tradurlo in un concetto e di poter capire ciò che dici. In me sale un'emozione e quest'emozione presente si collega ad altre emozioni del passato per consentirmi di capire come rispondere a quello che dici. È l'immaginazione a trovare nella mia memoria un'esperienza analoga a quella di cui mi parli. Nella mente si forma un'immagine riferita a circostanze del passato, quell'immagine si associa a un significato e, a seconda dei casi, quel significato viene accolto o respinto per consentirmi di risponderti nel modo più adeguato. Più adeguato per me sola o per entrambi noi. Anche nel caso in cui tu sia un nemico, suggerisce Gesù, cercherò di rispondere nel modo più adeguato anche a te.

Tutto questo processo accade in noi in una frazione di secondo e il più delle volte non siamo consapevoli della complessa concatenazione delle immagini e dei sentimenti che ci portano a rispondere in un modo piuttosto che in un altro. Ogni stimolo esterno accende nella nostra memoria una lunga serie di immagini nascoste. Se fossero sempre presenti alla coscienza il carico sarebbe enorme. I bambini sono più diretti, più spontanei proprio perché hanno accumulato meno immagini. La parte razionale inconscia organizza poi le immagini che emergono dal passato per rispondere allo stimolo ricevuto. Quanto meno siamo gravati da traumi del passato, da un lato, o dall'adesione meccanica a regole esterne divenute abitudini, tanti più saremo liberi e creativi nel rispondere alle nuove circostanze.

Grazie alla recente possibilità di monitorare l'attività cerebrale, oggi le neuroscienze confermano questo processo, processo che in realtà i maestri dedicati alla crescita delle persone e i mistici conoscono da sempre. Nelle diverse situazioni si attivano parti diverse del cervello. Sognare, vedere, toccare, ascoltare, ricordare, leggere, scrivere, pregare, meditare, contemplare, parlare, studiare, provare gioia, provare dolore, partecipare alla gioia o al dolore di altre persone, vivere e ammalarsi e morire. La parte affettiva, emotiva, immaginativa, sensitiva del nostro cervello e la parte razionale e operativa del nostro cervello sono continuamente in relazione tra di loro. Ed entrambe continuamente si aprono (o si chiudono) per ricevere ed elaborare ciò che ci accade.

Nella relazione e nella comunanza con Dio, con lo spirito di Dio e – secondo la tradizione cattolica alla quale abbiamo scelto di appartenere – con lo spirito dei santi, degli angeli e dei nostri cari che vivono nello spirito e non più nel corpo, accade esattamente lo stesso.

Anche le parole di Dio scritte nella Bibbia ebraica e poi nei Vangeli stimolano in noi che le leggiamo o le ascoltiamo con attenzione una serie di immagini inevitabilmente collegate a eventi e situazioni che abbiamo vissuto in passato e a partire da queste ne producono di nuove. In questo senso, si potrebbe dire che il brano evangelico sul quale preghiamo diventa il luogo e il tempo, offre una scena fisica, affinché le immagini che sorgono in noi possano incontrare le immagini che l'evangelista – ispirato da Dio – ci offre e così aprirci alla possibilità di essere trasformati dallo Spirito che desidera entrare in relazione con noi per farci crescere, per farci avvicinare a Dio. Un'esperienza di preghiera ricca di immagini, di emozioni, di incontri a sua volta si trasformerà in comportamenti profondamente etici e in sintonia con la volontà di Dio nelle situazioni della vita quotidiana che ci attendono.

Riflettere quando la preghiera è terminata su quello che abbiamo vissuto nell'incontro con il testo sacro, rendere nuovamente attive tutte le nostre facoltà razionali, ci consente poi di valutare e capire quanta parte dell'immaginazione dobbiamo attribuire a noi stessi e quanta invece possiamo – tentativamente ma precisamente – riconoscere quale comunicazione divina, non prodotta da noi.

Il processo di discernimento dell'esperienza di preghiera non è facile, e i suoi esiti non sono sicuri né mai potranno esserlo (se non nell'aldilà...). Se però non proviamo, se non ci dedichiamo sia alla preghiera immaginativa sia alla riflessione che nasce da essa, rinunciando in partenza al dono meraviglioso che Dio ci fa di sé, al suo desiderare una relazione intima con ciascuno di noi. Costa fatica? Costa impegno? Certamente. Ma non ci sono scorciatoie. Per ricevere il brevetto di piloti d'aereo ci vogliono migliaia di ore di volo. Qualcuno di voi conosce qualcosa di più grande della possibilità di ascoltare Dio, parlare con Dio, essere guidati personalmente da Dio nel nostro amare il prossimo?

Ora, un esempio pratico basato su quello che nei giorni scorsi mi è capitato preparando la preghiera guidata su Mc 1,14-15.

Il primo tempo di preghiera:

Due righe soltanto, Marco non dice di più riguardo all'arresto di Giovanni. Dalla preghiera è nato il testo sull'arresto di Giovanni, che vi ho letto.

Il secondo tempo di preghiera:

1 - Ho riletto diverse volte il brano. Marco non dice di più nemmeno riguardo all'inizio della predicazione di Gesù: solo che Gesù annuncia il Regno di Dio.

2 - Ho portato di nuovo in preghiera il mio desiderio, la mia disponibilità, la mia curiosità, i miei dubbi e le mie perplessità su come interpretare questi versi. Gesù non può essersi presentato alla gente, gente povera, dicendo così poco... pensavo.

3 - In preghiera, è "arrivato" il suggerimento di prendere in considerazione le parabole del Regno e l'invito a scegliere quella che ricordavo più facilmente. "A cosa possiamo paragonare il regno di Dio?"

4 - L'immagine. Un seme di senape, piccolissimo, diventa un albero capace di ospitare gli uccelli del cielo.

5 - Le emozioni che associo all'immagine di un albero, in preghiera come nella vita, mi danno pace. Mi portano a intuire che il Regno di Dio è un luogo di pace. In preghiera sosto in quel senso di pace. Immagino Gesù mentre parla del Regno, a me e ad altre persone vicine a me. Non "vedo" Gesù. Non sento le sue parole. Forse non è necessario.

6. Concluso il tempo di preghiera, mi dedico ad approfondire i temi che sono emersi più chiaramente.

a) Nel vangelo di Marco, sì, ci sono le parabole del Regno. Al capitolo 4. Che Gesù le utilizzasse anche prima di chiamare i primi discepoli è verosimile. Di che cosa parlava, altrimenti? In che modo individuava i discepoli da chiamare? Forse parlava loro a lungo, prima di chiamarli. Quali parole di Gesù avevano convinto ciascuno dei discepoli a seguirlo? Le parabole. Forse, alcune delle immagini che le parabole di Gesù evocavano.

b) Tra le parabole del Regno nel vangelo di Marco, la parabola del seme di senape è quella che mi ha colpito di più, in preghiera. Ma com'è un seme di senape? Che pianta è la senape? Cerco la risposta in Internet. I predicatori e i commentatori che trovo sul web, sia italiani sia inglesi o americani, sembrano considerarlo un dettaglio. Si concentrano solo sulla sproporzione che esiste tra il piccolissimo e il grande, sul significato della parabola.

d) Cerco tra le immagini: appaiono foto di alberi solitari scelti a caso oppure immensi campi di fiorellini gialli, senza alberi. Da semi piantati così vicini l'uno all'altro, penso, non potrà mai crescere un albero. Un albero non avrebbe lo spazio sufficiente per crescere. Gesù parla di un albero!!! La senape è un'erba. È alta al massimo 50 cm., leggo poi.

e) Torno ai commentatori e ai predicatori: Non importa, dicono. Gesù amava il paradosso. Per Gesù il punto non era quello. Ma come? Gesù si rivolge a dei contadini, a dei pescatori, gente umile, sceglie realtà del loro quotidiano, metafore semplici, che loro possano capire – magari non del tutto, non abbastanza per seguirlo, ma le possono capire – e per descrivere il Regno di Dio chiama "albero" una banale insalata? Cerco ancora.

f) Finalmente scopro che il termine inglese "mustard" si riferisce a due specie di piante diverse: il nome scientifico del "mustard bush", arbusto di senape, è *Brassica Sinapis* (*Brassica nigra*, *Brassica juncea*, *Brassica alba*, ecc.). È una pianta erbacea, annuale. Cresce nelle zone umide e produce semi piccolissimi che possono essere trasportati facilmente e si adattano a tutti i tipi di terreno. Non ha proprietà curative. Il nome scientifico che corrisponde a "mustard tree", albero di senape, è *Salvadora persica*. *Peeloo* in urdu, *misvak* in arabo, *qisa* in aramaico, *qesam* in ebraico, *mactic* in latino, *kharijal* in hindi. È un albero che può raggiungere i 6 metri di altezza, cresce nelle zone desertiche, ha tantissime proprietà curative e tantissimi usi pratici, non ultimo quello di proteggere gli abitati dal vento e di far produrre alle api un miele dalle proprietà nutritive straordinarie. Da millenni e ancora oggi, le comunità povere africane, arabe, indiane e africane ed estremo orientali usano i suoi rametti fibrosi come spazzolini da denti e disinfettanti della bocca. I semi sono piccoli, ma impossibili da trasportare. È un albero molto generoso, ma lontano dal deserto, lontano dalla miseria di quei paesi, lo conoscono in pochi.

g) Dal web arriva infine una risposta anche riguardo all'esegesi dei versetti della parabola di Marco: gli studiosi si dividono tra coloro che attribuiscono le parole greche "seme di senape" alla *Brassica* e coloro che le attribuiscono alla *Salvadora*. Posso accogliere senza timore l'intuizione ricevuta in preghiera.

Da me per prima, le ore e ore della ricerca nata dalle immagini che accompagnavano la mia preghiera potrebbero essere considerate un'inutile perdita di tempo. Ma sono convinta che non sia così. Perché inseguendo quelle immagini sono arrivata a conoscere e amare molto più intimamente Gesù, a intuire e forse persino ad avere argomenti per dimostrare quale fosse lo stile della sua predicazione: una radicale, umile attenzione alla realtà delle persone alle quali si rivolgeva. È uno stile che sicuramente può aiutare anche me a trovare le metafore più adatte per spiegare ad altri l'ineffabile mistero del regno di Dio. La mia preghiera, così, diventa servizio.