

## Scuola di preghiera. Gesù, Maestro di empatia

12 febbraio 2020

### Immaginazione e discernimento dell'esperienza di preghiera

Nei mesi scorsi abbiamo verificato insieme quanto l'immaginazione sia d'aiuto per entrare in una relazione intima con Gesù. La domanda che ora si pone è: Come posso essere sicuro/a di non essermi inventato/a tutto?

1. La premessa fondamentale da cui partire per rispondere a questa domanda è "sospensione dell'incredulità". Solo accogliendo la possibilità che Gesù, lo Spirito di Gesù, possa dialogare con la mia immaginazione potrò arrivare a capire se ciò che ho sentito durante la preghiera è nato da me oppure da un'iniziativa divina.

2. Sebbene non potrà mai esservi certezza assoluta che un'intuizione o un'emozione provati in preghiera siano davvero frutto dell'incontro tra la mia immaginazione e la volontà divina, gli *Esercizi Spirituali* si basano sulla convinzione che quell'incontro possa accadere. Se Dio desidera comunicare se stesso a tutte le sue creature, se in ogni epoca Gesù guida i suoi discepoli e le persone che si affidano a lui<sup>1</sup>, è precisamente la preghiera – il tempo che dedichiamo a Dio prendendo le distanze dal quotidiano – il luogo più adatto in cui imparare ad ascoltare la voce di Dio in noi. Dopo che avremo imparato a decifrare i messaggi che Dio ci rivolge in preghiera, saremo in grado di riconoscere più facilmente anche i messaggi che Dio ci rivolge nel quotidiano.

3. È importante, poi, non dimenticare la differenza tra preghiera orientata ad ascoltare la voce di Dio e preghiera nella quale chiediamo a Dio qualcosa di cui abbiamo bisogno, per noi stessi o per altri. In quest'ultima il soggetto dell'invocazione siamo noi. Nel primo tipo di preghiera, invece, desideriamo entrare in *relazione* con Dio. Ma, proprio come accade nelle relazioni umane, quando Dio risponde al nostro desiderio diventa molto difficile tracciare una linea di separazione netta tra i suoi pensieri e i nostri. I pensieri di Dio, Dio-l'infinitamente-Altro, e i nostri sembrano intrecciarsi. Per questo è imperativo prestare estrema attenzione alla corrente che li unisce, foss'anche per un attimo soltanto.

4. Accogliendo umilmente il dono della sublime possibilità che il dialogo si sia svolto nelle due direzioni, prima di concludere la preghiera domandiamo direttamente a Gesù in che misura possiamo fare affidamento su quello che abbiamo visto, sentito, toccato e gustato in preghiera tramite l'immaginazione. (Vedremo in dettaglio nei prossimi incontri in che cosa consiste la fase del metodo della contemplazione immaginativa che negli *Esercizi Spirituali* sant'Ignazio chiama "colloquio".)

5. Poi, quando il tempo della preghiera è terminato, riflettiamo sull'esperienza appena vissuta appoggiandoci alla ragione: qui il discernimento si basa soprattutto sulle nostre forze. L'immaginazione che ha potuto muoversi liberamente all'interno del racconto evangelico cede ora il passo a un'osservazione più razionale, più distaccata. Ora al centro della riflessione non poniamo soltanto l'amore provato incontrando in preghiera Gesù, ma soprattutto il SERVIZIO. In che modo quello che ho vissuto tramite l'immaginazione può informare il mio essere discepolo/a di Gesù oggi? Il mio collaborare con Gesù per il Regno?

6. Il significato e il valore dell'esperienza di preghiera si valutano dunque a partire da domande quali:

a) Ciò che ho provato in preghiera mi porta ad amare di più Dio e il prossimo?

b) In particolare, se in preghiera mi sono sentito/a amato/a da Gesù, il mio sentirmi amato/a si traduce in amore per il prossimo oppure nutre soltanto un bisogno di conferme che ha in me il suo termine ultimo?

c) Ciò che ho provato in preghiera indica un aspetto del mio carattere che meriterebbe di essere messo a fuoco?

d) Si collega forse a una precisa circostanza del mio passato, del mio presente? Se è così, che indicazioni posso trarre per interpretare o per affrontare quella circostanza in un modo più vicino al modo in cui la interpreterebbe o l'affronterebbe Gesù?

Spesso i messaggi che provengono da Dio contengono un aspetto di forte novità rispetto a ciò che già sapevamo. Ci colgono di sorpresa.

---

<sup>1</sup> Per un approfondimento sul mistero dell'auto-rivelazione di Dio si vedano le Costituzioni Dogmatiche sulla Rivelazione Divina del Concilio Vaticano Secondo, *Dei Verbum*, *Gaudium et spes* e *Nostra aetate*, e le riflessioni dei teologi Karl Barth e Karl Rahner sj.

7. Ovviamente, alcuni brani biblici ci parlano di più e altri di meno. Questo può dipendere da diverse ragioni. Per esempio, in preghiera, quel giorno, potrei non essere stato/a interiormente disponibile: in futuro lo stesso brano potrebbe parlarmi tantissimo. Ma è anche possibile che in questa fase della mia vita il brano sul quale ho pregato non mi sia molto utile. Nel muoversi all'interno dell'immenso materiale offerto dai Vangeli ogni persona segue un itinerario personalissimo. È naturale rispondere più facilmente ad alcuni brani piuttosto che ad altri. Solo mantenendoci costanti nella preghiera potremo individuare quali aspetti della sua storia Gesù sceglie *di volta in volta* per forgiare il nostro essere suoi discepoli. E solo il TEMPO ci consentirà di riconoscere tra le emozioni che proviamo in preghiera quelle che Gesù utilizza *più spesso* per comunicare con noi. Le emozioni legate ai racconti biblici che in passato ci hanno colpiti di più, scopriremo, continueranno a essere molto vive nella nostra memoria anche a distanza di anni. Chi ha grande esperienza del metodo ignaziano assicura che il loro ripresentarsi annuncia – o conferma – la presenza dello Spirito: come pietre miliari sul cammino, quelle stesse emozioni ci permetteranno di riconoscere la presenza dello Spirito in noi non solo quando torneremo a provarle in preghiera, ma persino nelle circostanze apparentemente più banali della vita di tutti i giorni.

8. In sintesi, per poter riconoscere la presenza dello Spirito nella nostra preghiera è fondamentale:

- a) notare e poi riflettere con attenzione sulle emozioni vissute;
- b) non avere paura: qualora la nostra immaginazione si fosse spinta troppo lontano, Dio stesso – magari tramite una guida o un compagno di fede – ci suggerirà come riportarla sulla rotta giusta;
- c) non avere fretta: l'autenticità e l'importanza spirituale di un'esperienza di preghiera potrebbero rivelarsi in un momento successivo;
- d) essere perseveranti;
- e) essere umili ed essere grati: in realtà, tutto quello che viviamo in preghiera custodisce un messaggio di Dio per noi.