

## *Presentazione personale della vita spirituale*

Cercherò in questo incontro di parlarvi, con parole mie, della vita spirituale, come cioè intendo la vita spirituale e quali ne siano i punti più importanti.

Non è una trattazione, quanto un'esposizione amichevole di quella che è la mia concezione di vita spirituale e anche la mia piccola esperienza in questo campo.

A me ha colpito tantissimo il n 2558 del CCC:

“Grande è il Mistero della fede”. La Chiesa lo professa nel Simbolo degli Apostoli (*parte prima*) e lo celebra nella Liturgia sacramentale (*parte seconda*), affinché la vita dei fedeli sia conformata a Cristo nello Spirito Santo a gloria di Dio Padre (*parte terza*). Questo Mistero richiede quindi che i fedeli **vi credano, lo celebrino e ne vivano in una relazione viva e personale con il Dio vivo e vero. Tale relazione è la preghiera.**

La vita spirituale è quindi una relazione viva con il Dio vivo, relazione consapevole e libera.

### **UNA VISIONE PERSONALE DELLA DINAMICA DELLA VITA SPIRITUALE**

#### **1/ACCETTARE, ACCOGLIERE SE STESSI, PERDONARSI.**

Il primo momento della dinamica spirituale è la conoscenza di me stesso e l'accettazione della mia realtà personale.

Non è facile, eppure ciascuno di noi deve diventare un maestro di questo se vuole condurre le persone in alto.

**Accettare che Gesù ti lavi i piedi.** Accettare di essere amato gratuitamente, senza nessun merito. Accettare di non essere quei santi che vorremmo, accettare la nostra povertà e miseria.

Quando la persona arriva ad accettare che Gesù gli lavi i piedi è avvenuta un'esplosione di grazia, un nuovo **big bang** spirituale dovuto allo scontro di due abissi (cfr. *Sal 42,8*): l'abisso della misericordia di Dio che viene risucchiato dalla nostra miseria, dallo scontro di questi due abissi nasce la **“creatura nuova”** (*2Cor 5,17; Gal 6,15*) l'“**uomo nuovo**” (*Ef 4,24*) che dir si voglia.

#### **2/ CORRERE VERSO IL PADRE TENENDO FISSO LO SGUARDO SU GESU'** *Fil 3,13-14; Eb 12,1-2*

Non abbiamo tempo di guardare indietro! Il suo è un amore troppo grande. Siamo amati gratis.

Se guardiamo indietro, se ci fermiamo a guardare i nostri peccati è solo per due motivi, non esiste un terzo:

1. Per ricordarmi quanto è stato buono Dio con me, perché mi ha perdonato

## 2. Per mantenermi umile, basso, piccolo e non insuperbirmi

Ogni altro motivo mi rinchiude in me stesso, mi chiude il cuore, mi intristisce.

Le stesse penitenze che facciamo è meglio motivarle per la gloria di Dio, per l'esaltazione del suo amore, per la conversione dei peccatori, che per i nostri peccati (*S. Ignazio di Loyola: «Quando decideva di fare grandi penitenze, non badava tanto a scontare i propri peccati quanto a far cosa gradita a Dio e piacergli. Così pure quando gli veniva in animo di compiere una penitenza fatta dai santi, si proponeva di fare altrettanto e molto di più. Provava un grandissimo orrore per i peccati della vita passata; ma il desiderio di compiere cose grandi per il servizio di Dio era così vivo che, pur non giudicando che i suoi peccati fossero già perdonati, tuttavia nelle penitenze che si imponeva non pensava molto ad essi»* Autobiografia 14), non perché non sia cosa buona farla, ma perché c'è qualcosa di meglio e anche perché c'è sempre il rischio di rinchiudersi attorno al proprio "IO" mentre il Signore ci chiama ad uscire fuori e a perdermi in Lui.

### 2.1/ Entrare in intimità con Gesù

Questa intimità implica diversi aspetti:

- uno **"stare con Gesù"** (Mc 3,14) attivando la virtù della FEDE nella sua presenza interiore: il raccoglimento
- una sempre maggior padronanza di sé dovuta all'esperienza di un Gesù che cresce in noi mentre noi diminuiamo (cfr Gv 3,30)
- la ricerca di una preghiera più profonda che si semplifica sempre di più verso una preghiera di semplice presenza: *Lui mi guarda e io Lo guardo!*
- un sempre maggior coinvolgimento e compenetrazione negli atteggiamenti propri di Gesù che sono il suo consegnarsi e donarsi: entriamo nel mistero dell'umiliazione della croce nella sempre maggior disponibilità a compiere concretamente la volontà di Dio
- la vittoria sulla paura della morte.

### 2.2/ La ricerca della propria identità in Gesù Cristo

L'incontro intimo con Gesù ci conduce ad una conoscenza intima del Padre che Lui in sé ci rivela e ci conduce anche ad una conoscenza intima di noi stessi (cfr GS 22), non semplicemente in generale in quanto uomini e figli di Dio, ma anche e soprattutto in quanto singole persone che hanno la loro identità nascosta in Gesù sin dall'eternità: **"In Lui ci ha scelti prima della creazione del mondo per essere santi e immacolati nell'amore"** - Ef 1,4.

Questo è un aspetto non semplicemente importante, ma a mio giudizio determinante: la ricerca del proprio vero volto, la ricerca di quella pietruzza che Dio al **"vincitore"**: *"Al vincitore darò la manna nascosta e una pietruzza bianca sulla quale sta scritto un nome nuovo, che nessuno conosce all'infuori di chi la riceve"* - Ap 2,17

### 2.3/ Il discernimento

È a questo livello che si situa il processo di discernimento personale, che più che essere una serie di criteri che ci guidano nel nostro **fare**, si tratta della scoperta e della determinazione della linea di sviluppo del nostro essere ossia delle linee di sviluppo della realizzazione di

quella **“creatura nuova”** (2Cor 5,17; Gal 6,15) o quell’**“uomo nuovo”** (Ef 4,24) che siamo diventati in Cristo Gesù nel momento del nostro battesimo e di cui abbiamo preso particolare consapevolezza nel momento della nostra conversione esistenziale a Lui.

Ora, poiché quest’**“uomo nuovo”** è creato in Gesù Cristo, deve trovare in Lui la linea programmatica del suo sviluppo nell’esistenza, cioè quelle che sono state per Gesù le modalità, le linee direttive dello sviluppo della sua vita terrena, devono diventare le linee direttive ossia i criteri di discernimento assoluti dello sviluppo della **“nuova creatura”** in Cristo.

### 2.3.1/Il criterio assoluto del discernimento cristiano.

Criterio di discernimento assoluto è la **Kénosi** espressa mirabilmente da Paolo in Fil 2,5-11

«Abbiate in voi gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù, il quale, pur essendo di natura divina, non considerò un tesoro geloso la sua uguaglianza con Dio; ma spogliò se stesso, assumendo la condizione di servo e divenendo simile agli uomini; apparso in forma umana, umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e alla morte di croce. Per questo Dio l'ha esaltato e gli ha dato il nome che è al di sopra di ogni altro nome; perché nel nome di Gesù ogni ginocchio si pieghi nei cieli, sulla terra e sotto terra; e ogni lingua proclami che Gesù Cristo è il Signore, a gloria di Dio Padre».

Si tratta della croce di Gesù, del suo abbassamento, della sua consegna e resa senza condizioni all’Amore come criterio assoluto del mio essere in Lui.

Dunque tutto ciò che mi chiude in me stesso e mi impedisce la consegna di me e mi ostacola nell’assunzione della croce o mi invita a scendere da quella sulla quale sono inchiodato è certamente qualcosa che mi proviene dal nemico e non da Dio, mentre tutto ciò che mi invita a consegnarmi per amore, a sdraiarmi sul legno e a non scendere dalla croce è certamente qualcosa che mi proviene da Dio.

### 2.3.2/Il criterio personale del discernimento cristiano.

Questo aspetto del discernimento possiamo vederlo come il nostro sforzo per decifrare quel **“nome nuovo”** della **“pietruzza”** donataci dal Signore di cui ci parla Ap 2,17.

Come intravedere i lineamenti della mia personalità nuova in Gesù Cristo? Il discernimento della mia personalità avviene nello **“stare con Gesù”**, nell’intimità di vita con Lui, nel contatto esistenziale con la sua Persona viva nel mio cuore e viva nel Vangelo, attraverso quelle che noi generalmente chiamiamo **“consolazioni”** e **“desolazioni”**.

Gesù infatti esercita su ciascuno un’attrazione (cfr. Gv 12,32) è precisamente entrando dentro, in profondità di questa attrazione che scopriamo il nostro nuovo e vero volto.

Importante è anche che comprendiamo che dunque la nostra verità, il nostro vero volto, non è qualcosa che possiamo capire o scoprire semplicemente con l’introspezione. Non è scendendo in me che scoprirò chi veramente sono, ma è uscendo da me stesso lasciandomi attirare dietro a Gesù (cfr Ct 1,4) o meglio ancora, attirare *in* Gesù, che vengo introdotto nella verità di me stesso.

Questo aspetto è anche importante per la ridefinizione del passato e della propria storia personale di peccato, essa non potrà mai essere espressione della mia verità, ma della mia **falsità**. In altre parole, sì sono io che ho peccato e ho fatto quello che ho fatto, ma quella storia non è espressione della mia verità, non era il vero *Armando* che ha fatto quello che ha fatto, il vero *Armando* non è quello che ha peccato, ma quello che si sforza di amare Gesù, quello è il vero *Armando*.

Nelle “**consolazioni**” abbiamo l’autostrada dell’autorealizzazione in Cristo. Cosa voglio dire? Che abbiamo una strada facile e veloce per capire i nostri lineamenti nuovi. Come? Entrando dentro, gustando e assaporando quelle consolazioni che lo Spirito mi comunica nella contemplazione della persona di Gesù o nella meditazione di una qualche verità.

In altre parole: mi colpisce qualcosa di Gesù? Bene vi entro dentro, in profondità, gustandola e assaporandola e facendo questo mi assimilo nello Spirito a Lui. Gustando la sua umiltà divento umile, gustando la sua verginità divento vergine, gustando la sua misericordia divento misericordioso. Ma attenzione, questo non in genere, bensì in particolare, cioè non divento umile, vergine, misericordioso così in genere, ma a modo mio, modo che è dato dal mio personale modo di vedere e capire l’umiltà, la verginità e la misericordia di Gesù.

Le “**desolazioni**” invece rappresentano le strade di montagna dell’autorealizzazione in Cristo. Cioè la strada difficile, faticosa, ma necessaria se vogliamo vedere le vette dei monti della santità.

Infatti entrando dentro le desolazioni e le aridità, individuando bene quali sono gli atteggiamenti e le parole del Signore che mi danno fastidio e mi fanno fuggire o che io rimuovo nella mia vita concreta, entrandovi bene dentro con lo spirito della consegna di sé per amore all’Amore scopro quelle linee personali di conformazione a Gesù Crocifisso a cui il Padre mi chiama a realizzare in quella pietruzza santa.

### 2.3.3/ I MEZZI DEL DISCERNIMENTO

I mezzi per realizzare un buon discernimento sono, secondo me, 6.

1. La decisione ferma e stabile di consacrare del tempo all’intimità con Dio nella preghiera.
2. Una progressiva presa di consapevolezza di quanto avviene nella preghiera con un breve esame di essa.
3. La determinazione di una icona che riproduca in sintesi la mia comprensione attuale del mio “**nome nuovo**”. Questa icona può essere rappresentata da un’episodio del Vangelo o da una semplice frase della Scrittura che esprima qualcosa che noi sentiamo molto forte nel cuore.
4. L’unificazione della propria vita spirituale. Questo, penso io, è il segreto del progresso nella vita spirituale: far girare tutta la vita spirituale attorno a quell’icona di cui abbiamo parlato approfittando di tutte le mie attività spirituali per riorientare me stesso al mio *nome nuovo*, alla mia **verità in Gesù** o meglio ancora, **al mio Gesù**, a quel Gesù particolare che mi ha colpito e mi colpisce il cuore e mi attira a sé. Il riorientamento si attua in un modo molto semplice guardando interiormente l’icona che esprime il mio “*nome nuovo*”. Il riorientamento può occupare spazi di tempo anche brevissimi (2-3 minuti) o più lunghi. (*vedi il riorientamento*)

secondo p. Herbert Alphonso sj - *LA VOCAZIONE PERSONALE Trasformazione in profondità per mezzo degli Esercizi spirituali* - Pomel – Roma 1994).

5. Dare spazio al consueto incontro della preghiera prima di andare a letto, il cosiddetto *esame di coscienza* vissuto non come giudizio sulla propria giornata, bensì come presa di consapevolezza e accoglienza e offerta di quanto vissuto nella giornata (*vedi schema sotto*), includendo in esso anche il riorientamento.

E cosa ottima, poi, determinare uno o due momenti quotidiani dove attuare il riorientamento di noi stessi, e di approfittare di tutti gli altri momenti in cui possiamo.

6. L'aiuto di un buon accompagnatore spirituale, di qualcuno cioè che mi aiuti a capire meglio a discernere il mio **“nome nuovo”**.

## SCHEMI

### IL RIORIENTAMENTO

1.

Determinare nella giornata alcuni momenti, due o più, in cui abbiamo facilità di ritirarci, almeno nella cella del nostro cuore.

2

Quando quei momenti giungono, ci rivestiamo degli atteggiamenti della nostra vocazione personale o meglio del **“mio Gesù”**, guardando interiormente e con intensità di amore l'icona che ci siamo scelti.

3

Cerchiamo di essere fedeli a questi momenti ogni giorno

### L'ESAME DI CONSAPEVOLEZZA

Donarsi e arrendersi al Signore nella vita di ogni giorno

#### **Primo Momento: RINGRAZIAMENTO**

- Ringrazierò il Padre che oggi ha continuato a donarmi il suo amore entrando ancora una volta nella mia vita.

#### **Secondo Momento: ACCETTAZIONE DELLE ESPERIENZE**

- Mi metterò con tanta semplicità davanti alla mia giornata, prendendo consapevolezza di essa, di quello che è trascorso, chiedendo al Santo Spirito che la possa guardare in quello sguardo d'amore del Padre del Cielo che mi guarda con

amore dall'eternità e in quello sguardo d'amore con cui Gesù mi ha guardato quando moriva in croce per amor mio e con cui mi guarda oggi dal Cielo, e così io possa:

- Scoprire con gioia quanto bene il Padre ha fatto oggi per me, in me e attraverso di me;

- Avere compassione di me e accettare le mie miserie e le mie sconfitte;

Gustare la misericordia del Padre su di me.

### **Terzo Momento: RIORIENTAMENTO DEL CUORE**

- Chiederò allo Spirito Santo di rivestirmi in profondità dell'atteggiamento della mia vocazione Signore *in* e *con queste* mie esperienze vere e molto concrete e gusterò nel mio cuore la bellezza, la soavità e la forza della sua presenza in me.