



## *INCONTRO SULLA PREGHIERA*

### ASCOLTO DELLO SPIRITO NELLA PAROLA



## PREGHIERA COME ASCOLTO DELLO SPIRITO

### **Discernimento delle mozioni interiori, consolazioni e desolazioni**

« Pensando alle cose del mondo provava molto piacere, ma quando, per stanchezza, le abbandonava si sentiva vuoto e deluso. Invece andare a Gerusalemme a piedi, non cibarsi che di erbe, praticare tutte le austerità che aveva conosciute abituali ai santi, erano pensieri che non solo lo consolavano mentre vi si soffermava, ma anche dopo averli abbandonati lo lasciavano soddisfatto e pieno di gioia. (...) E a poco a poco imparò a conoscere la diversità degli spiriti che si agitavano in lui: uno dal demonio, l'altro da Dio» (Ignazio di Loyola, Autobiografia, n° 8)

Abbiamo visto nelle settimane scorse soprattutto alcuni aspetti preliminari riguardanti l'entrata nella preghiera, per aiutare a disporsi all'incontro con Dio, preparandone il corpo e lo spirito, poiché tutta la nostra persona è coinvolta nella preghiera.

In questo quinto incontro, ci soffermeremo sul tema dell'ascolto dello spirito, in particolare sul discernimento delle mozioni interiori. Ascolto dello spirito, discernimento delle mozioni interiori, sono queste parole che a prima vista sembrano difficili, un po' astratte. Vedremo invece che esse riguardano la nostra concreta esperienza di quello che sentiamo e viviamo giorno dopo giorno.

### **Ascolto dello spirito.**

Il titolo ascolto dello spirito è da collegare a una cosa molto semplice, al fatto che la preghiera sia essenzialmente ascolto, principalmente ascolto di sé.

Anzi, più precisamente, è un ascolto di quello che avviene in sé. E a partire da quest'ascolto, si può instaurare un dialogo, un colloquio con Dio.

L'ascolto di sé nella preghiera non è però da confondere con la coscienza di sé che ci accompagna costantemente nel nostro vivere nel mondo. Ad esempio, ognuno di noi è consapevole di essere qui in questo luogo in questo preciso momento, in questo 17 febbraio 2012.

L'ascolto di sé è invece in relazione con la nostra intensa vita spirituale di tutti i giorni.

Infatti, nel nostro continuo interagire con le varie realtà del mondo che ci circondano – le relazioni al lavoro, in famiglia, il rapporto con le cose – in tutto questo si esprime e si realizza la nostra vita spirituale.

Le esperienze vissute giorno dopo giorno ci fanno pensare, riflettere. Talvolta richiedono giudizi, valutazioni e prese di decisioni.

Inoltre, ci rendiamo conto che la nostra vita è animata da una fitta dinamica dei desideri. I desideri sono il motore della nostra vita.

Ecco, c'è una ricca vita dello spirito in noi, da ascoltare, da comprendere.

E' questo il materiale principale della preghiera che ci conduce al dialogo con Dio.

Da non confondere con il monologo interiore, quando entriamo in dialogo con il nostro stesso spirito, quello che ci capita frequentemente quando passiamo ore e ore parlando a noi stessi, ripetendo ad esempio quello che dovremmo dire o ad una persona della famiglia o ad un amico quando ci sono tensioni e problemi.

L'ascolto della preghiera tocca quindi le dimensioni più profonde della nostra esistenza.

Non è semplicemente un ascoltare se stessi, ma è un ascolto attivo di quello che viviamo, è un attento esame di quello che proviamo e gustiamo nella nostra esperienza esistenziale.

Così, l'ascolto della preghiera implica un essere attenti e un porsi delle domande, un chiedersi: "Ma, da dove viene questo stato d'animo improvviso?" oppure "perché da tempo noto l'assenza di mozioni interiori, come mai tutto in me è piatto" e talvolta "cosa significa questa o quella mozione interiore per me, adesso?" e infine "chi mi parla in questo momento? Chi parla in me?"

Come vedete, si tratta dunque di entrare, pregando, nella consapevolezza di quello che accade nel nostro vissuto interiore più profondo, nel nostro vissuto spirituale, che coinvolge tutte le dimensioni personali, l'intelletto, la volontà, l'affettività, il desiderio.

## ASCOLTO DELLO SPIRITO NELLA PAROLA

### **La lectio divina**

«Non è il sapere molto che sazia e soddisfa l'anima, ma il sentire e gustare le cose internamente.» (IGNAZIO DI LOYOLA, Esercizi spirituali)

La lectio è ricerca del senso del testo biblico, ma soprattutto ricerca di Colui che è la verità; è studio, ma l'oggetto di esso è Dio.

La lectio della Parola divina è, quindi, ricerca della verità di una Persona, anzi del contatto con essa.

### **È ricerca pacifica e pacificante di Dio e compagna dell'anima nel suo itinerario verso Dio**

Lo Spirito, però, parla in molti modi e inoltre esistono molti spiriti. Imparare a pregare significa cominciare ad affinare l'orecchio alla voce delle "mozioni interiori", degli spiriti, imparando a discernere gli spiriti buono da quelli cattivi, per seguire i primi e disobbedire ai secondi.

*Per rendere l'idea di cosa siano questi spiriti o mozioni interiori, vi racconto un'a storia di s. Ignazio. Mentre era un attempato studente di teologia che arrancava sui libri, cominciò ad avere delle fantastiche illuminazioni spirituali,*

*in cui comprendeva grandi cose, aveva visioni mistiche etc. Il problema era che queste illuminazioni gli venivano di notte, proprio durante le poche ore che aveva deciso di dedicare al sonno e non nelle tante ore che già dedicava alla preghiera. Si ritrovava così molto stanco e non riusciva a progredire negli studi. Fu allora che capì che probabilmente quelle illuminazioni non venivano da uno spirito buono, ma da uno cattivo, perché lo distraevano da ciò che lo avrebbe fatto veramente crescere, cioè lo studio. Decise così di non prestare loro attenzione e dopo un po' sparirono.*

Oggi ci soffermeremo su un primo modo di ascoltare la voce dello Spirito, attraverso la Sacra Scrittura. Crediamo che la Bibbia sia ispirata, che sia Parola di Dio, ma dobbiamo riconoscere che alcune interpretazioni della Bibbia hanno portato e portano a terribili aberrazioni.

Non basta, dunque, che sia ispirato l'autore di un testo, ma deve esserlo anche il lettore! Mentre leggiamo la Bibbia, infatti, dentro di noi agiscono sia lo spirito buono, sia lo spirito cattivo. L'arte di pregare a partire dalla Sacra Scrittura sta nel saper distinguere i due spiriti, per lasciarsi portare dal primo, evitando di farsi distogliere dal secondo.

Come si prega a partire da un testo biblico? Oggi vedremo il modo classico della lectio divina. Per prima cosa entro in preghiera come abbiamo visto nei primi incontri attraverso il rilassamento, la consapevolezza della presenza di Dio e la richiesta della grazia.

LECTIO. Leggo il testo lentamente, gustandolo con calma, frase per frase, parola per parola, anche se lo conosco già.

MEDITATIO. Applico al testo la mia intelligenza riflessiva, cercando di capire ciò che il testo dice in sé, nel suo contesto, magari avvalendomi di un buon commentario. Presto attenzione alla struttura, all'uso delle parole, al contesto storico in cui è stato scritto, alle possibili intenzioni dell'autore, il tutto in base alle mie conoscenze, senza pretendere di sapere tutto.

Confronto e accosto ciò che mi sembra il testo dica in sé alla mia situazione particolare, alla mia storia, cogliendo ciò che il testo dice a me, le immagini o i ricordi che evoca, fermandomi là dove qualcosa mi colpisce, in positivo o in negativo. Presto attenzione ai sentimenti che accompagnano i pensieri, i ricordi o le immagini, cercando di intuirne l'origine e la destinazione. Grazie ai sentimenti posso capire se un pensiero o un impulso vengono dallo spirito buono o da quello cattivo.

-Per esempio, se sto pregando sul brano del figliol prodigo e mi viene da pensare che non è giusto che il padre lo riaccoglia in casa così facilmente mi domando quale sentimento sperimento mentre faccio quel pensiero, dove affonda le sue radici e dove vuole portarmi. Probabilmente sarà un sentimento di rabbia che viene da un mio ricordo di ingiustizia subita e che mi impedisce di perdonare e di accettare il perdono altrui.

-Oppure, a partire dallo stesso brano, penso a come Dio perdona e accoglie anche mecome il figliol prodigo, senza condizioni, rendendomi conto di provare un sentimento di pace e consolazione che fa risuonare nel presente i momenti in cui mi sono sentito amato nel mio limite. È importante io sia vero con me stesso e con Dio, riconoscendo con umiltà e verità tutto ciò che si agita dentro di me, positivo e negativo.

CONTEMPLATIO. Una volta individuata una suggestione dello spirito buono mi soffermo a gustarla in silenzio, come si gusta una cosa buona, fin quando non se ne esaurisce il nutrimento. A quel punto posso riprendere a lavorare sul testo come sopra. Mi soffermo anche sulle suggestioni dello spirito cattivo, per smascherarle e impedire che agiscano senza che neanche me ne accorga, quindi le presento al Signore, con umiltà e fiducia, chiedendo aiuto per superarle.

ORATIO. Concludo con un colloquio a tu per tu con il Signore, ringraziandolo, chiedendo perdono o domandando ciò che desidero.

## **Proviamo ad mettere in pratica quanto detto**

### **1) Preghiera**

O Dio, che hai promesso di essere presente  
in coloro che ti amano  
e con cuore retto e sincero custodiscono la tua parola,  
rendici degni di diventare tua stabile dimora.  
Per il nostro Signore Gesù Cristo...

### **2) Lettura del Vangelo**

Dal Vangelo secondo Marco 8,27-33

In quel tempo, Gesù partì con i suoi discepoli verso i villaggi intorno a Cesarea di Filippo; e per via interrogava i suoi discepoli dicendo: “Chi dice la gente che io sia?” Ed essi gli risposero: “Giovanni il Battista, altri poi Elia e altri uno dei profeti”. Ma egli replicò: “E voi chi dite che io sia?” Pietro gli rispose: “Tu sei il Cristo”. E impose loro severamente di non parlare di lui a nessuno.

E cominciò a insegnar loro che il Figlio dell’uomo doveva molto soffrire, ed essere riprovato dagli anziani, dai sommi sacerdoti e dagli scribi, poi venire ucciso e, dopo tre giorni, risuscitare.

Gesù faceva questo discorso apertamente. Allora Pietro lo prese in disparte, e si mise a rimproverarlo. Ma egli voltatosi e guardando i discepoli, rimproverò Pietro e gli disse: “Lungi da me, satana! Perché tu non pensi secondo Dio, ma secondo gli uomini”.

### **3) Riflessione**

- Il vangelo di oggi parla della cecità di Pietro che non capisce la proposta di Gesù quando costui parla della sofferenza e della croce.

Pietro accetta Gesù messia, ma non messia sofferente. E' influenzato dal "lievito di Erode e dei farisei", cioè, dalla propaganda del governo dell'epoca per cui il messia era un re glorioso. Pietro sembrava cieco. Non si rendeva conto di nulla, ma voleva che Gesù fosse come lui voleva. Per capire bene tutta la portata di questa cecità di Pietro è bene inquadrarla nel suo contesto letterario.

- *Contesto letterario:* Il vangelo di Marco ci trasmette tre annunci della passione e morte di Gesù: il primo in Marco 8,27-38; il secondo in Mc 9,30-37 ed il terzo in Mc 10,32-45.

Questo insieme, che va fino a Mc 10,45, è una lunga istruzione di Gesù ai discepoli per aiutarli a superare la crisi prodotta dalla Croce.

L'istruzione è introdotta con la guarigione di un cieco (Mc 8,22-26) e alla fine si conclude con la guarigione di un altro cieco (Mc 10,46-52). I due ciechi rappresentano la cecità dei discepoli.

La guarigione del primo cieco fu difficile. Gesù dovette farla in due tappe. Anche difficile fu la guarigione della cecità dei discepoli. Gesù dovette procedere ad una lunga spiegazione riguardo al significato della Croce per aiutarli a capire, poiché la croce stava producendo in loro la cecità. Vediamo da vicino la guarigione del cieco.

- Marco 8,22-26: *La prima guarigione del cieco.* Portano davanti a Gesù un cieco, chiedendo a Gesù di guarirlo. Gesù lo guarisce, ma in modo diverso. Prima, lo porta fuori dal villaggio. Poi mette un poco della sua saliva sugli occhi del cieco, gli impone le mani e chiede: *Vedi qualcosa?* L'uomo risponde: *Vedo persone; sembrano alberi che camminano!* Notava solo una parte. Scambiava alberi per persone, o persone per alberi! Gesù lo guarisce solo nel secondo tentativo.

Questa descrizione della guarigione del cieco introduce l'istruzione dei discepoli, in realtà il cieco era Pietro. Lui accettava Gesù messia, ma messia glorioso. Vedeva solo una parte! Non voleva l'impegno della Croce! Anche la cecità dei discepoli è guarita da Gesù, in più volte, non in una sola.

- Marco 8,27-30. *La scoperta della realtà: Chi dice la gente che io sia?* Gesù chiede: "Chi dice la gente che io sia?" Loro rispondono esponendo le diverse opinioni: "Giovanni Battista", "Elia o uno dei profeti". Dopo aver ascoltato le opinioni degli altri, Gesù chiede: "E voi, chi dite che io sia?" Pietro risponde: "Il Signore, il Cristo, il Messia!" Cioè il Signore è colui che la gente sta aspettando! Gesù è d'accordo con Pietro, ma gli proibisce di parlare di ciò con la gente. Perché? Perché in quel tempo tutti aspettavano la venuta del messia, ma ognuno a modo suo: alcuni aspettavano il *re*, altri il *sacerdote, dottore, guerriero, giudice, profeta!* Nessuno sembrava che stesse aspettando il messia *servo e sofferente*, annunciato da Isaia (Is 42,1-9).

- Marco 8,31-33. *Primo annuncio della passione.* Poi Gesù comincia ad insegnare dicendo che lui è il Messia Servo ed afferma che, come tale Messia Servo annunciato da Isaia, presto sarà condannato a morte nello

svolgimento della sua missione di giustizia (Is 49,4-9; 53,1-12). Pietro si spaventa, chiama a parte Gesù per sconsigliarlo. E Gesù gli risponde: "Lungi da me satana. Perché tu non pensi secondo Dio, ma secondo gli uomini!" Pietro pensava aver dato la risposta giusta. Infatti, lui dice la parola giusta: "Tu sei il Cristo!" Ma non le dà il senso giusto. Pietro non capisce Gesù. Era come il cieco. Scambiava la gente per alberi! La risposta di Gesù fu durissima: "Lungi da me, satana!" Satana è una parola ebraica che significa accusatore, colui che allontana gli altri dal cammino di Dio. Gesù non permette che qualcuno lo allontani dalla sua missione. Letteralmente il testo dice: "Allontanati da me, satana!" Pietro deve seguire Gesù. Non deve cambiare le carte e pretendere che Gesù segua Pietro.

#### **4) Per un confronto personale**

- Come fa Gesù a suscitare la fedeltà di Pietro? Egli ha la straordinaria capacità di far nascere domande, di introdurre problemi, di far avanzare l'intelligenza della fede. Il Signore interroga, verifica e domanda anche a noi. Credi davvero? Chi sono io per te? Sei capace di non abbandonarmi? Realmente pensi che sono il figlio di Dio e che questo rapporto è capace di riempire il tuo cuore e la tua vita? Gesù aiuta chi gli è vicino a trovare se stesso. Lo aiuta a "sentirlo". È una pedagogia che spinge a poco a poco, a esporsi in una dichiarazione, in una scelta.

- Quali domande il Signore ha suscitato lungo il cammino della nostra vita? Quali sono le domande che suscita ancora oggi sulla sua persona? Egli non vuole una risposta generica, ma personale. Pietro ha la risposta pronta, perché è uno predisposto all'amore generoso, onesto. Non calcola molto e si compromette subito: "Tu sei il Cristo, il Messia". Certo è una intuizione particolare, non ha guardato a tutti i passaggi, non si è fermato ad analizzare ogni apparente contraddizione o a chiedersi se ne valeva la pena.

Anche per noi cristiani ci sono stati e ci saranno dei momenti nei quali ci si sente come trasportati totalmente verso un assenso che subito ci fa sentire bene. "Tu sei il Cristo". Però all'interno di questo, Gesù comincia ad aprire il suo segreto misterioso, incomincia ad introdurre apertamente il tema della croce: *"E incominciò a spiegare loro che il figlio dell'uomo doveva soffrire molto,.....essere messo a morte e risuscitare dopo tre giorni"*.

Quando nel cristiano l'amore si dichiara, Gesù comincia il suo insegnamento difficile, ma subito l'amore si smarrisce. "Allora Pietro Io prese in disparte,.....". Pietro era ancora molto lontano dal comprendere l'insegnamento del Signore. E noi? Leggendo il Vangelo di Marco sentiamo la dolce amarezza Pietro per non aver compreso il difficile magistero del Signore. Pietro non aveva per niente in mente l'ottica della croce. È il primo smarrimento.

Se Marco ha costruito il suo Vangelo, collocando al centro questo episodio,

significa che chissà quante volte Pietro, nella sua predicazione, l'aveva ripetuto. magari ancora con il nodo alla gola, ricorrendo che aveva preso in disparte Gesù per rimproverarlo e che il Signore, sebbene egli non pensasse secondo Dio, l'aveva perdonato.

Pietro ha sperimentato e vissuto il perdono. Così anche noi dobbiamo capire che non c'è uno stile di fedeltà sempre in progressiva ascesa, perché un cammino in linea retta all'insù non è umano. Noi percorriamo invece un cammino frastagliato, fatto di dichiarazioni e di figure non sempre belle. Dobbiamo riflettere su questa domanda: come so sostenere i rimproveri che il Signore mi rivolge?

### **5) Preghiera finale**

Benedirò il Signore in ogni tempo,  
sulla mia bocca sempre la sua lode.  
Io mi glorio nel Signore,  
ascoltino gli umili e si rallegrino. (Sal 33)