



## ***2° - Il luogo della vita spirituale***

---

In questo incontro vorremmo approfondire qual è il luogo della vita spirituale e come ci si entra. Nel capitolo 14 di Marco al versetto 13 si dice che Gesù manda due dei suoi discepoli per cercare la stanza dove celebrare la Pasqua. E dice di chiedere a colui che porta la brocca d'acqua: "Dov'è la mia stanza?" Ecco, c'è la sua stanza, c'è il luogo dove Lui è di casa, dove Lui mangia con noi e noi con Lui. È la stanza superiore, fuori dalle occupazioni ordinarie, già pronta, ornata con tappeti. E in questa stanza superiore si svolge l'ultima cena, l'Eucarestia, la comunione col Signore, ci sono le apparizioni del Risorto, c'è la discesa dello Spirito santo, c'è la missione, c'è il ritorno dalla missione. Questa stanza superiore è il luogo della Chiesa, è il luogo della comunità, è il luogo nel quale noi siamo in comunione con il Signore, morto e risorto, viviamo la sua vita, siamo in comunione con gli altri, riceviamo lo Spirito, e siamo in comunione con tutto il mondo.

Il problema del Vangelo è trovare questa stanza superiore. Evidentemente non è un luogo materiale, è il Cristo che per la fede abita nei nostri cuori, Efesini 3-16, è l'uomo interiore. Nella sua prima Pietro, 3-4, lo chiama "l'uomo nascosto nel cuore". Ecco, il problema è trovare questo "dove", quest'uomo interiore, tutta la vita spirituale è una vita interiore che procede dal cuore dell'uomo, ed è in quest'ottica che voglio spiegare il numero 43 degli esercizi, l'esame della coscienza, non l'esame "di" coscienza come si è abituati a fare ma l'esame "della" coscienza e spiego in che cosa consiste.

Nel numero primo degli esercizi spirituali si pone come primo esercizio spirituale "qualunque modo di esaminare la coscienza". Il primo esercizio spirituale è esaminare la coscienza, cioè prendere coscienza di ciò che avviene dentro di noi. Perché? Perché Dio agisce ventiquattro ore al giorno: "Il Padre mio sempre



opera”; il problema è prendere coscienza della sua azione dentro di noi. E la vita spirituale è la presa di coscienza della vita dello Spirito che in noi agisce, in modo da riconoscerlo, da favorirlo, e da crescere in questo.

Quindi l'esame della coscienza è il principio della vita spirituale e il grande peccato dell'uomo è l'incoscienza, l'oblio, il vivere fuori di sé. E per questo l'esame di coscienza è quella preghiera che Ignazio rende obbligatoria, e che il gesuita professa. Una volta alle nove del mattino ho incontrato un padre che mi ha chiesto: -hai fatto l'esame di coscienza? - Sì. - Quante volte. - Sette. - Soltanto? Dovremmo viver sempre nella coscienza, non fuori della coscienza. Ma davanti a Dio! È questa la vera coscienza. Non davanti all'io. L'io è tale davanti a Dio. Mentre noi ci dimentichiamo di Dio e del nostro io e siamo sempre fuori, la nostra vita spirituale è soprattutto fare attenzione a ciò che avviene dentro di noi, è il prender coscienza di questo. Poi si potrà discernere, ma prima bisogna prendere coscienza. Praticamente il nostro cuore è come una scatola nera dove si registra il volo del giorno, si registra tutta l'azione; ecco la sera è bene aprirla e vedere cosa c'è dentro. E ci si accorge che è proprio nera. Quando uno comincia a esaminare quello che è passato nella coscienza non si accorge di niente, perché è appunto incosciente; è come quando uno va dall'analista a raccontare i sogni, all'inizio non sogna o pensa di non sognare, poi si abitua e si accorge che sogna sempre. E così ci si accorge un po' alla volta, facendo l'esame della coscienza, che Dio agisce sempre e non c'è nulla di neutro. Ogni cosa in noi ha una ripercussione e questa ripercussione è sempre in luogo dello Spirito o del suo contrario. Sta a noi prima prenderne coscienza. Poi daremo le regole del discernimento, ma è lì che si svolge la vita spirituale. Generalmente viviamo nei nostri propositi, nelle nostre cose da fare, ma questo non è spirituale, è ridurre a materiale anche la vita spirituale; la vita spirituale è la vita dello Spirito che è in noi e che diventa poi abito del nostro corpo, ti fa vivere in un modo invece che nel suo contrario. E il primo principio è la coscienza.



Ecco allora, *l'esame della coscienza*, (prima di dire come farlo), vorrei dire che è proprio questa presa di coscienza dell'azione di Dio che è in noi. E questa è forma fondamentale di preghiera. Come la Bibbia è una preghiera biblica, è memoria dei doni di Dio, così attraverso l'esame della coscienza la nostra giornata diventa una pagina di storia sacra, diventa memoria dei doni di Dio. Dio non è che ha agito una volta e basta, agisce ancora, sempre. E ogni nostra giornata è una pagina di storia, ma di storia sacra, di storia della salvezza. E lo diventa mediante il far memoria dei doni di Dio. Oltre che memoria diventa poi Eucarestia, ringrazio dei doni. Ogni mia giornata è Eucarestia. È la mia vita che è eucaristica. È molto bello in Romani 12-1, dice: "vi esorto fratelli per la misericordia di Dio, a presentare i vostri corpi", l'Eucarestia è addirittura il nostro corpo, concreto, come sacrificio vivente, santo, gradito a Dio, come culto spirituale, il culto spirituale, il culto logico, è il nostro corpo. La nostra vita concreta è animata dallo Spirito, non conformandovi a questo secolo ma trasformandovi nel rinnovamento della mente, per discernere la volontà di Dio, ciò che è buono, ciò che è gradito, ciò che è perfetto. Per cui è la nostra vita concreta che diventa Eucarestia, che diventa vita spirituale. È la vita materiale che è spirituale, se no viviamo normalmente con la vita spirituale che è un tumore della vita concreta, lo risolviamo nelle pratiche spirituali, così non mi nuoce. "Dio ridotto a pratica spirituale". È facilissimo no? E invece no, è l'anima, è lo spirito della mia vita concreta, questo è il Dio incarnato. Ed è questo il senso dell'esame della coscienza come forma fondamentale di preghiera. È proprio il far memoria dei doni di Dio, il fare Eucarestia e il richiamarsi a conversione, sono i tre momenti della Scrittura e dell'Eucarestia.

E poi c'è un'altra cosa, questa forma di preghiera è una preghiera apostolica. Nel senso che prima di tutto non mi impedisce l'apostolato. Se uno dovesse dire che la vita spirituale è fare sei sette ore al giorno di coro, certo gli rimane poco da fare. Invece la vita spirituale non è fare il coro, non è fare lunghe preghiere. La vita spirituale è stare attenti allo Spirito che agisce in me e fuori di me.



Per cui il mio stesso ministero è un ministero spirituale, cioè è un contemplare l'azione di Dio nell'altro ed è un favorirla. E quindi anche l'azione non mi stacca da Dio, mi unisce a Dio. Quando parlo con uno in direzione spirituale o in confessione, o sto attento allo Spirito che agisce in lui e allora faccio qualcosa di buono e io sto unito a Dio e faccio un'azione spirituale di preghiera, oppure non sto facendo niente di utile all'altro, lo sto attaccando a me e io attaccandomi a lui, allora è meglio che ognuno se ne vada per conto suo. Invece proprio il ministero stesso diventa un momento spirituale, di verifica, di crescita dello Spirito, in me e nell'altro. Diventi contemplativo nell'azione. *Il senso dell'esame della coscienza è un portarci a essere contemplativi anche nell'azione.* Cioè esattamente la nostra azione è contemplare l'azione di Dio e favorirla, aiutare a discernerla.

Quindi, come vedete, l'esame della coscienza è qualcosa di estremamente importante per la vita spirituale, è il principio della vita spirituale. È solo lì che si può operare il discernimento. Prima bisogna registrare quello che c'è, poi puoi discernere, se è bene o male, se no siamo al di fuori del bene e del male. Abbiamo solo qualche norma che cerchiamo di osservare ma non ho la norma interna. E lì che ricerchi la volontà di Dio, che percepisci le mozioni interiori, è lì che puoi deliberare, è il principio morale: il principio morale è proprio il deliberare cos'è la volontà di Dio, non è una legge esterna. Quella, è chiaro, è uguale per tutti. Ma non agisci in base alla legge, la legge ti dice cosa non devi fare. Qual'è la volontà di Dio positiva lo capisci solo dalle mozioni interne. Se no dovremmo far tutti la stessa cosa. E invece ognuno agisce diversamente secondo la volontà di Dio su di lui e questo è possibile nell'esame della coscienza.

Ritengo allora che questa inquadratura sia importante proprio per farci capire in cosa consiste, e nel rivalutarlo. Perché noi normalmente siamo abituati a fare l'esame "di" coscienza nei termini banali per vedere quante volte ho trasgredito le leggi. Ecco,



è giusto anche avere questa coscienza, e questa è tipica del bambino che si scontra con la norma, ma non è questo l'esame della coscienza. È qualcosa di più importante, è una forma fondamentale di preghiera, la forma più alta di preghiera, in cui la tua vita stessa concreta diventa preghiera. Allora si capisce proprio il valore fondamentale che ha nella nostra vita apostolica questa forma di preghiera perché ci permette l'azione apostolica e la rende apostolica. E diventa poi principio di elezione e di azione apostolica.

Ecco, allora ci fermiamo sul numero 43 degli esercizi, l'ultima parte, la prima la spiegherò un altro giorno.

Riguarda il modo di fare l'esame generale. Comprende cinque punti.

- Il primo punto consiste nel ringraziare Dio nostro Signore per i benefici ricevuti. Quindi la prima cosa è registrare i doni, i benefici che il Signore mi ha fatto oggi. È la memoria ed è Eucarestia. Questo è il momento principale dell'esame della coscienza. Ed è proprio il ricordo dei doni di Dio che mi rende eucaristico, mi fa percepire la mia identità, mi fa percepire la sua volontà, mi pone davanti a Dio, mi fa vedere come Dio agisce, mi rende uomo spirituale, mi rende uomo eucaristico. E mi dispone a riceverne altri. E c'è una grossa insensibilità ai doni di Dio, perché non siamo abituati. Addirittura quelli più ovvi non li riteniamo più neanche doni, il fatto che tu respiri. Perché vi chiedo: prova a star tre minuti senza respirare. Da qui pensa al fatto che sei figlio di Dio che è un dono costante e quindi all'amore del Padre per te. Bisogna quindi abituarsi a registrare i doni e poi a vivere nella coscienza costante dei doni. E dietro ogni dono c'è il donatore, c'è Cristo, c'è il Padre. Ed è davanti a Lui che noi stiamo. Il grosso pericolo della vita spirituale è la noia, il vedere i nostri limiti, i nostri difetti come prima cosa. Come prima cosa dobbiamo vedere Dio e i suoi



doni. E rendere grazie. Questo anche nelle difficoltà, anche nella morte, c'è un dono di Dio anche nella morte perché ritroverò Lui. Non solo quando agisco, anche quando non posso agire. Trovo Lui crocifisso e mi associo alla sua passione. Riuscire a capire i doni.

- Ed è davanti ai doni allora che chiedo la grazia di conoscere i peccati per eliminarli. È una grazia conoscere i peccati. Una grazia da chiedere. Conoscere come ho peccato, cioè come do risposta al dono. E il nostro principale peccato è la dimenticanza del dono, il che vuol dire cancellare Dio dalla vita. Il nostro peccato è che cancelliamo Dio dalla vita. Siamo “atei pratici”. L'esame della coscienza ci aiuta a uscire dall'attivismo pratico, è la dimenticanza di Dio che è il vero peccato dell'uomo, è l'abbandono di Dio. Quindi imparare a chiedere le grazie per conoscere i propri peccati ed eliminarli.
- E poi, vado in concreto, chiedo conto all'anima mia, dalla levata fino all'esame presente, consigliate di farne almeno due al giorno, di ora in ora, non delle cose che ho fatto, innanzitutto, ma dei “pensieri”, inteso in senso largo, dei sentimenti, di come ho vissuto. Perché se ho ucciso uno mi accorgo subito, invece qualcosa di più importante, con che sentimento ho agito? Con quale pensiero fondamentale? Perché i pensieri sono proprio i pensieri del cuore, cioè con gioia, con tristezza, con sopportazione. La vera ascesi, vedremo, sarà proprio a questo livello, dell'eliminare i pensieri negativi, i sentimenti negativi che mi fanno agire negativamente, è la vera ascesi interiore. Quindi prima i pensieri intesi nel loro senso più ampio, perché più che i pensieri sono proprio i sentimenti profondi, sono quelli che dettano la mia azione. E devo prendere coscienza di questo.
- Poi capiterà una cosa strana, cioè che prendendo coscienza di questo, arriverò a capire cose semplicissime,



che, per esempio, i sette vizi capitali li ho tutti; che, per esempio, le tre concupiscenze le ho tutte, che tutti i peccati possibili e immaginabili li ho, e allora capisco perché Cristo è morto per me, non per gli altri. E quindi comincio a diventar cristiano. E poi comincio ad accettare gli altri come miei fratelli e a non giudicarli più. Quindi comincio ad esser solidale con gli altri, non perché sono tollerante per una virtù particolare, perché sono un borghese illuminato, ma perché li vedo della mia stessa pasta. Ed è la santità cristiana questa coscienza della propria umanità e della propria umanità anche del negativo ormai, come luogo del perdono di Dio e della solidarietà con tutti.

- Poi chiedo perdono delle parole, infine delle azioni, seguendo lo stesso ordine che è esposto nell'esame particolare.
- Il quarto punto è chiedere perdono a Dio nostro Signore per le mancanze.
- Il quinto è proporre di correggersi.

Vedete che la struttura fondamentale è memoria, Eucarestia e conversione. E questo ogni giorno. Il far memoria dei doni, (che vuol dire far memoria di Dio), facendo Eucarestia, faccio poi memoria anche dei miei peccati, e lì faccio Eucarestia del perdono e appello alla conversione. Questo è il principale strumento spirituale, se uno vuol fare una vita spirituale deve fare queste cose, in un modo o in un altro. Il modo più semplice è sempre il più raccomandabile, cioè quello di farlo. Dargli un tempo e uno spazio, poi io non aggiungerei altro.

La prima pratica spirituale che si abbandona, anche se è intesa in modo fiscalistico, è vedere cosa ho fatto. Cosa ho fatto più o meno lo so già. Mettiti davanti a Dio e ripassa i suoi doni e vivi questo spirito di riconoscenza e di Eucarestia e di conversione. Questo quotidianamente. Altrimenti è difficile parlare di vita spirituale perché noi siamo sempre fuori da ciò che avviene in noi.



Ed è difficile parlare poi di unione col Signore e di ministero perché il nostro ministero è un fare quel che ci salta in mente a svantaggio del malcapitato in quel momento.