

PER INTRODURSI MEGLIO IN UN CORSO DI ESERCIZI SPIRITUALI

Tratto da ANASTASIO BALLESTRERO ocd, *I pensieri del suo cuore*, Ecumenica Editrice, 1978, 9-13

«Ascoltate oggi la sua voce.
Non indurite il vostro cuore»
(Sal 95,8)

Un corso di esercizi è sempre un avvenimento spirituale di notevole importanza per la nostra vita, non tanto per quello che noi sappiamo fare, quanto per il dono di Dio che ci viene offerto e per quel fermento di grazia e di fede che esso provoca. Proprio perché si tratta di un fermento di fede e di grazia è giusto che il nostro atteggiamento sia consona alle istanze della fede e della grazia; ciò significa che la cosa più importante non è programmare noi il corso di esercizi, ma metterci in atteggiamento di disponibilità, pronti al dono e alla grazia. Crediamo fermamente che in questi giorni benedetti il Signore ha qualche cosa da dirci e da darci; e e proprio perché lo crediamo, il dono è particolarmente vicino.

ascolto e disponibilità

Ecco allora il primo atteggiamento, quello dell'ascolto: «Parla, Signore; il tuo servo ti ascolta!» (*ISam* 3,9). Ascolto non vuol dire soltanto attenzione dello spirito, apertura del cuore, ma anche disponibilità, docilità, raccoglimento. È difficile ascoltare bene nel tumulto di molte voci ed essere disponibili nel groviglio di molti interessi. Per ascoltare bene bisogna mettersi nel raccoglimento interiore in modo che emerga nell'intimo il richiamo misterioso del Signore e, attraverso il dinamismo della fede e il fervore della carità, esso provochi un'esperienza viva e sempre nuova.

L'ascolto esige anche un'altra disposizione: non proporre noi il tema del discorso, non suscitare noi il problema, ma lasciare la scelta al Signore stesso.

Sono persuaso che molti corsi di esercizi non portano il frutto che dovrebbero perché sono fatti con un attivismo spirituale e psicologico esagerato, si rischia di considerare tali giorni come un tempo adatto per pensare ai problemi personali, per risolverli, studiarli, discorrerne se occorre. Entrare in esercizi con lo spirito già occupato da determinati interessi e problemi fa sì che la disponibilità all'ascolto sia minore. Talvolta può anche accadere che il fervore degli esercizi sia notevole proprio perché si è presi dalle cose scelte e decise personalmente; ma finito il corso tutto ritorna come prima.

Credo che la disponibilità, l'abbandono, il lasciarsi condurre dallo Spirito sia la cosa fondamentale. Lo Spirito spira dove vuole (*Gv* 3,8), parla quando vuole, dice le cose che vuole. Quindi è indispensabile per gli esercizi un clima interiore di docilità, di abbandono, senza mete prestabilite: ***Signore, portami dove vuoi; dimmi ciò che vuoi; sii Tu a scegliere nella mia vita!*** Tale atteggiamento di ascolto veramente pieno, totale, deve essere tutelato, garantito, non soltanto con disposizioni interiori di docilità, ma anche con disposizioni esterne coerenti. Perciò questi giorni non dovrebbero essere affollati da molte cose da fare, da prediche lunghe e nemmeno da interminabili letture – la valigia piena di libri perché non c'è stato tempo di leggerli lungo l'anno!... –. Bisogna avere poche cose da fare perché lo spirito rimanga sereno, tranquillo, disteso e, se si può usare una parola un po' paradossale, disoccupato da tutto ciò che non è l'ascolto. Se qualcuno ha portato con sé corrispondenza arretrata, bozze da correggere, problemi da studiare, lasci tutto in valigia; insomma non faccia ricuperi fuori posto: non hanno senso e potrebbero frustrare il dono di Dio.

È necessario avere una disponibilità che permetta una grande calma interiore. Oggi siamo tutti drogati dalla fretta; ci lamentiamo di non aver tempo, ma se abbiamo cinque minuti di disoccupazione, non siamo capaci di stare tranquilli perché la fretta ci ha elettrizzati. Succede così che il più delle volte restiamo in superficie, senza scavare a fondo la nostra esperienza spirituale, andando incontro a grossi rischi: l'aridità interiore, per esempio.

intimità con Dio

In questa prospettiva è tanto importante anche un clima di silenzio. In realtà, il silenzio durante gli esercizi spirituali è oggi un valore discusso: c'è chi è favorevole e chi è contrario. Non è questo il momento di discutere su questioni di principio, però vorrei suggerire che la scelta concreta di questi giorni sia quella del silenzio.

Un silenzio inteso non in maniera disciplinare, ma come clima interiore, prima ancora che esteriore. Cerchiamo di lasciarci colmare dalla Parola di Dio, dalla luce della fede, dalla ricchezza dell'esperienza della preghiera, e lasciamo che questi valori scavino dentro. Arricchiti da tale esperienza, troveremo poi in noi stessi luce, grazia e forza per affrontare le istanze della nostra vita.

Per indicare tutte le condizioni propizie per il silenzio bisogna aggiungere una certa solitudine esteriore, che va custodita a vantaggio proprio e altrui, per creare un'atmosfera in cui il respiro delle cose di Dio è meglio avvertito, lo spirito si dilata in piena libertà interiore e riesce ad andare in profondità. Facciamo sì che in questi giorni lo Spirito del Signore non abbia a sfiorare soltanto la superficie della nostra vita, ma la intrida dal di dentro, la pervada e, se occorre, la maceri in una fermentazione interiore che ci sollevi ad una vera novità spirituale, ad una conversione.

Un altro atteggiamento che deve caratterizzare questi giorni è quello della preghiera. Cerchiamo di pregare «a pieni polmoni».

Se la preghiera è il respiro dell'anima, è proprio il caso di fare una cura di ossigenazione spirituale, che non avverrà attraverso una preghiera quantitativamente affollata, ma vissuta con grande interiorità, pace e disponibilità al dono di Dio.

Crediamo che in questi giorni il Signore faciliterà il nostro incontro con Lui; se saremo fedeli, sperimenteremo quanto sia vero che lo Spirito prega in noi, che in Lui sappiamo dire «Padre» (Rm 8,15), sappiamo dire «Signore» (1Cor 12,3). Scopriremo la ricchezza inesauribile di queste parole evocatrici di realtà mirabili, che danno alla preghiera anche un afflato contemplativo.

Spesso siamo un po' costretti dalla vita ad una preghiera, non dirò frettolosa – perché mi auguro che almeno quando preghiamo la fretta non ci prenda –, ma un po' tormentata. In questi giorni cerchiamo di pregare senza guardare l'orologio, senza pensare al molto lavoro che ci attende al ritorno nelle nostre famiglie e comunità: preghiamo in un clima di distensione perché la meraviglia, lo stupore, l'entusiasmo, la commozione, la tenerezza – tutti questi atteggiamenti dello spirito – emergano e rendano la preghiera vissuta, vibrante; la rendano, insomma, ciò che deve essere: un incontro a tu per tu con il Signore, nella immediatezza di uno scambio personale, in cui la gioia che Dio sia Dio diventa la nostra gioia e l'umiltà, la pazienza di essere creature del Signore e figli di Dio diventano motivo di serenità e di speranza.

Sia questo il clima dei nostri esercizi.