II. L'ESAME DI COSCIENZA[1]

George A. Aschenbrenner, S.I.

L'esame di coscienza è di solito la prima pratica a scomparire dalla vita quotidiana dei religiosi. Ciò succede per molte ragioni; ma tutte le motivazioni si collegano all'unica idea (raramente esplicita) che esso non abbia valore pratico immediato in una giornata pienamente occupata. Il mio punto di vista in questo articolo è che tutte queste ragioni e la loro falsa conclusione derivino da una errata comprensione alla base della pratica dell'esame di coscienza nella vita religiosa. L'esame va visto in relazione al discernimento degli spiriti. Esso è un quotidiano e intensivo esercizio di discernimento nella vita di una persona.

Esame di coscienza

Per molti giovani oggi la vita non è altro che spontaneità. Se la spontaneità è trascurata o soffocata, la vita stessa è morte. Da questo punto di vista, l'esame è la vita vera privata della spontaneità. È un approccio disidratante che aspira dalla vita tutta la spontaneità. Questa gente non condivide l'idea di Socrate, secondo cui una vita non esaminata non è degna di essere vissuta. Per queste persone lo Spirito è nella spontaneità; per cui qualunque cosa militi contro la spontaneità è non spirituale.

Questa idea non tiene conto del fatto che nella coscienza ed esperienza di ciascuno di noi sono radicate due spontaneità: una buona, secondo Dio, e una cattiva, non secondo Dio. Questi due tipi di impulsi e movimenti capitano a tutti noi. Quindi spesso la persona arguta e dalla lingua sciolta — che è capace di intrattenere gli altri diventando il centro dell'attenzione e che si caratterizza proprio per il fatto di essere tanto spontanea — non è di per sé mossa dalla buona spontaneità e nemmeno sta dando espressione ad essa. Per una persona desiderosa di amare Dio con tutto il proprio essere, il problema non è solo lasciare che ci sia spontaneità, ma piuttosto essere capace di vagliare i vari impulsi spontanei e dare piena approvazione esistenziale a quei sentimenti spontanei che sono da e per Dio. Questo lo facciamo lasciando entrare la vera spontaneità dello Spirito nella nostra vita quotidiana. Ma dobbiamo imparare a riconoscere il tocco di questa spontaneità del vero Spirito. L'esame ha un ruolo centrale in questo apprendimento.

[1] Traduzione italiana di un articolo del P. George A. Aschenbrenner, dal titolo «Consciousness Examen», apparso in *Review for Religious*, Vol. 31 (1972), pp. 14-21.

Quando l'esame è collegato al discernimento, diviene esame di consapevolezza più che di coscienza. L'esame di coscienza ha un tono strettamente moralistico. Per quanto si insistesse che nella vita religiosa esame di coscienza e preparazione alla confessione non si identificavano, in realtà essi erano trattati e spiegati come se fossero la stessa cosa. La prima attenzione era a quali azioni buone o cattive avevamo fatto ogni giorno. Nel discernimento la prima cosa da guardare non è la moralità di azioni buone o cattive, ma piuttosto come il Signore sta toccando e muovendo in profondità (spesso abbastanza spontaneamente) la nostra affettività. Ciò che sta accadendo nella nostra coscienza precede ed è più importante delle nostre azioni, che giuridicamente possono essere catalogate come buone o cattive. Come stiamo sperimentando il disegno del Padre (Gv 6,44) nella nostra coscienza esistenziale e come la nostra natura corrotta ci sta tentando pian piano e ci sta attirando lontano dal Padre nostro attraverso i sottili raggiri della coscienza: è questo l'oggetto del nostro esame quotidiano, prima di guardare al modo in cui noi corrispondiamo attraverso le azioni. Quindi ciò che interessa qui è l'esame della coscienza (consapevolezza), così che possiamo cooperare con quella bella spontaneità che è il tocco del Padre nostro e l'impulso dello Spirito, e lasciarla realizzare nei nostri cuori.

L'esame e la identità religiosa

L'esame di cui parliamo qui non è un tentativo di perfezione alla Ben Franklin. Parliamo di una esperienza di fede, della crescente sensibilità alle vie peculiari e profondamente speciali che lo Spirito del Signore usa per avvicinarci e chiamarci. Ovviamente ci vuole tempo per tale crescita. Ma in questo senso l'esame è un rinnovamento quotidiano e una crescita nella nostra identità religiosa: questa persona particolare, di anima e di corpo, amata da Dio e chiamata da Lui in profondità nel suo mondo affettivo personale. Non è possibile che io faccia un esame senza mettermi davanti al Padre con la mia identità in Cristo, con la mia identità religiosa come povero, celibe, obbediente, ad imitazione di Cristo, secondo il carisma della mia vocazione religiosa.

Eppure spesso il nostro esame quotidiano diviene così generale, vago e aspecifico, che la nostra identità religiosa (gesuita, domenicano, francescano e così via) non sembra comportare alcuna differenziazione. L'esame assume un vero valore quando diviene un'esperienza quotidiana di verifica e rinnovamento della nostra peculiare identità religiosa e di come il Signore sta sottilmente invitandoci ad approfondire e sviluppare tale identità. Dovremmo fare ogni giorno l'esame con la stessa precisa comprensione che abbiamo oggi della nostra identità religiosa. Non lo facciamo come un qualunque cristiano, ma come un cristiano particolare con una specifica vocazione e grazia di fede.

Esame e preghiera

L'esame è un tempo di preghiera. Ci sono reali pericoli in una vuota riflessione su di sé. Una introspezione incentrata in se stessi può esser dannosa. D'al-

tra parte, una mancanza di sforzo nell'esame, o un approccio solo spontaneistico alla vita, ci mantiene su un piano abbastanza superficiale che rende insensibili alle sottili e profonde vie del Signore radicate nel nostro cuore. La possibilità che l'esame sia un momento di preghiera e la sua efficacia dipendono dalla relazione che esso ha con la preghiera contemplativa continua della persona. Senza questa relazione, l'esame — se proprio si continua a farlo — scivola al livello di riflessione su di sé in vista di un autoperfezionismo.

Nella preghiera contemplativa quotidiana il Padre ci rivela, secondo un suo ritmo, l'ordine del mistero di tutta la realtà in Cristo, come San Paolo dice ai Colossesi: «coloro ai quali Dio volle far conoscere la gloriosa ricchezza del suo segreto disegno per le nazioni» (Col 1,27). Il contemplativo sperimenta in molti modi sottili, principalmente non verbali, questa rivelazione del Padre in Cristo. La presenza dello Spirito di Gesù risorto nel cuore del credente rende possibile l'avvertire e l'accogliere questo invito a «ordinare» noi stessi a questa rivelazione. La contemplazione è vuota senza questo «ordinarsi».

Questo modo di «ordinarsi» reverenziale, docile («l'obbedienza della fede» di cui parla San Paolo in Rm 16,26) e non moralistico, è l'obbiettivo dell'esame quotidiano: sentire e riconoscere quegli inviti interiori del Signore che guida e approfondisce questo ordinarsi di giorno in giorno, e non cooperare con quelle sottili insinuazioni opposte a tale ordinamento. Senza questo contatto contemplativo con la rivelazione che il Padre fa della realtà in Cristo, sia nel tempo formale di preghiera che nella vita di preghiera (tempo informale), la pratica quotidiana dell'esame diventa vuota, avvizzisce e muore. Senza questo «ascolto» della rivelazione che il Padre fa delle sue vie, che sono così diverse dalle nostre (Is 55,8-9), l'esame diviene quello strutturare se stessi che è perfezionismo naturale e umano e, anche peggio, può diventare quell'ordinarsi egoistico secondo le proprie vie.

L'esame senza una regolare contemplazione è futile. Una mancanza di contemplazione regolare rovina quella bella e ricca esperienza del corrispondere all'ordine a cui il contemplativo è continuamente chiamato dal Signore. È anche vero, d'altra parte, che nella vita di una persona la contemplazione senza un esame regolare diviene chiusa in compartimenti stagni, superficiale e gracile. Il tempo formale di preghiera potrebbe anche diventare un periodo molto sacrosanto nella giornata di una persona, ma può rimanere del tutto isolato dal resto della vita, al punto che la sua pratica non diviene desiderio di cercare Dio in tutte le cose e non permea la vita stessa. L'esame fa sì che la nostra esperienza di contemplazione quotidiana di Dio dia una spinta reale al nostro vivere di ogni giorno: è un mezzo importante per trovare Dio in ogni cosa e non solo nel tempo formale di preghiera, come spiegheremo alla fine di questo articolo.

Discernimento del cuore

Quando per la prima volta abbiamo sentito parlare dell'esame di coscienza nella vita religiosa, lo abbiamo recepito come un esercizio specifico di preghiera di circa un quarto di ora. All'inizio sembrava abbastanza «stilizzato» e quasi artificiale. Il problema non era nell'esame-preghiera, ma in noi stessi; eravamo principianti e non avevamo ancora acquisito un metodo di discernimento personale che si esprimesse negli esami quotidiani. Per il principiante, che non ha ancora raggiunto una certa integrazione personale, un esercizio o metodo può essere molto valido pur apparendo formale e stilizzato. Questa esperienza non dovrebbe disorientarci. Sarà inevitabile nella vita religiosa, sia per il novizio sia per il professo che riprende a fare l'esame.

L'esame sarà fondamentalmente mal interpretato se non se ne coglie lo scopo. L'esercizio specifico dell'esame è inteso a sviluppare un cuore capace di discernere attivamente, continuamente, e non solo per due o tre quarti d'ora al giorno. Questo è un dono del Signore, il più importante, come sapeva bene Salomone (1 Re 3,9-12). Pertanto dobbiamo pregare costantemente per questo dono, ma dobbiamo anche essere recettivi al suo sviluppo in noi. È essenziale per tale sviluppo la pratica quotidiana dell'esame.

Quindi i cinque punti dell'esercizio dell'esame — così come sono presentati negli Esercizi Spirituali di S. Ignazio (n° 43) — vanno visti e gradualmente sperimentati nella fede, come dimensioni della coscienza cristiana formata da Dio e dalla sua opera nel cuore che si confronta e cresce in questo mondo e in tutta la realtà. Se lasciamo che il Padre trasformi gradualmente la nostra mente e il nostro cuore in quello di suo Figlio, e ci renda veri cristiani attraverso la nostra viva esperienza in questo mondo, allora l'esame — con i suoi elementi separati ora visti come dimensioni integrate della nostra coscienza che guarda sul mondo — ci risulterà molto più organico e molto meno artificioso. Quindi non c'è ogni giorno una collocazione ideale nel tempo per i cinque punti dell'esame, ma c'è piuttosto un'espressione organica quotidiana dello stato spirituale del cuore. Una volta siamo portati a prolungare un punto rispetto agli altri, e un'altra volta un altro punto. Vicino alla fine della sua vita Ignazio maturo esaminava sempre ogni movimento e inclinazione del suo cuore, il che vuol dire che discerneva quanto ogni cosa fosse congruente con il suo vero io incentrato in Cristo. Così si spiega la sovrabbondanza di esercizi di preghiera-esame regolari e intensivi ogni giorno. Sia il novizio che il professo devono capire che il senso di uno o due quarti d'ora di esercizio di esame ogni giorno è maturare un cuore capace di discernere continuamente; e devono rendersi conto della necessità di adattare gradualmente la pratica dell'esame al proprio stadio di crescita e alla situazione nel mondo in cui si trovano. E tuttavia noi tutti siamo consci che facciamo una sottile razionalizzazione quando rinunciamo all'esame formale ogni giorno perché convinti che «abbiamo raggiunto» quel cuore capace di discernere continuamente. Questo tipo di razionalizzazione ci impedisce di crescere ulteriormente nella sensibilità di fede allo Spirito e alle sue vie nella nostra vita di ogni giorno.

Diamo ora uno sguardo alle caratteristiche dell'esame, così come è presentato da S. Ignazio negli E. S. n° 43, alla luce delle considerazioni precedenti sull'esame come coscienza che discerne nel mondo [2].

1) *Preghiera di ringraziamento*

La posizione di un cristiano nel mondo è quella di una persona povera, che non possiede nulla, neanche se stessa, e che è beneficata in ogni istante, in ogni cosa e attraverso ogni cosa. Quando diventiamo troppo legati a noi stessi come fossimo ricchi, e neghiamo la nostra povertà intrinseca, perdiamo i doni e cominciamo ad accampare pretese su ciò che pensiamo di meritare (il che spesso porta a frustrazione arrabbiata); oppure lentamente diamo per scontato tutto ciò che ci viene dato. Solo la persona veramente povera è capace di apprezzare il più piccolo dono e sentire genuina gratitudine. Questo gradualmente dovrebbe diventare un elemento di cui dovremmo essere permanentemente consapevoli.

I nostri cuori dovrebbero fermarsi in una gratitudine genuina e piena di fede al Padre per i doni che ci ha dato in quest'ultima parte della giornata. Forse nella spontaneità del momento non siamo stati consapevoli del dono e ora in questo esercizio di preghiera meditativa vediamo gli eventi in una prospettiva molto diversa. La nostra improvvisa gratitudine, situandoci come un povero umile e disinteressato, ci aiuta per il futuro ad essere pronti a scoprire il dono più chiaramente, con una spontaneità immediata. La nostra gratitudine dovrebbe incentrarsi su doni concreti e specificamente personali con cui ciascuno di noi è stato beneficato, sia grandi e chiaramente importanti sia piccoli e apparentemente insignificanti. C'è molto nella nostra vita che diamo per scontato; gradualmente Egli ci condurrà a una profonda presa di coscienza che *tutto è dono*. È giusto rendergli lode e ringraziarlo.

2) *Preghiera per chiedere luce*

L'esame non è solo questione di capacità di memoria e di analisi di una parte della giornata. Ma è sguardo introspettivo sulla mia vita, guidato dallo Spirito, ed è attenzione e risposta coraggiosa alla chiamata che Dio fa nel mio cuore. Ciò che cerchiamo qui è una intuizione gradualmente crescente e valutativa del mistero della mia persona. Senza la grazia del Padre che si rivela, questo tipo di intuizione non è possibile. Il cristiano deve stare attento a non rimanere bloccato nel mondo delle sue potenze umane naturali. Il nostro mondo tecnologico può costituire un pericolo speciale in questo campo. Basandosi su un profondo apprezzamento di ciò che è interpersonale in senso umano, il cristiano nella fede trascende i limiti del qui e ora, con la sua limitata causalità naturale, e scopre un

[2] Nell'originale inglese il P. Aschenbrenner scrive a questo punto: «Negli E. S. Ignazio pone un atto di ringraziamento come primo punto dell'esame. Le prime due parti sono interscambiabili. Io suggerirei la preghiera per chiedere luce come buona introduzione all'esame». Col permesso dell'autore, nella traduzione italiana abbiamo conservato l'ordine dato da Ignazio negli E. S.

Padre che ama e opera in tutto, attraverso tutto, al di là di tutto. Per questo motivo nell'esame viene richiesta esplicitamente quella luce che giungerà nelle nostre potenze naturali e attraverso di esse, ma che le nostre potenze da sole non sarebbero capaci di raggiungere. Che lo Spirito mi aiuti a vedere me un po' più come Egli stesso mi vede!

3) *Indagine pratica sulle azioni*

In questo terzo punto dell'esame di solito ci affrettiamo a rivedere in qualche particolare le azioni di quella parte della giornata appena conclusa, per poterle catalogare come buone o cattive. Proprio quello che non dovremmo fare! La nostra prima preoccupazione nella fede sarà ora ciò che è accaduto in noi dall'ultimo esame. Le domande operative sono: cosa è successo in noi? come il Signore ha operato in noi? cosa ci ha chiesto? E solo in un secondo momento saranno considerate le azioni. Questa parte dell'esame suppone che noi siamo attenti ai nostri sentimenti, stati d'animo, impulsi più piccoli, e che non ce ne lasciamo spaventare, avendo imparato a prenderli molto seriamente. È qui, nella profondità del nostro mondo affettivo così spontaneo forte e a volte vago, che Dio ci muove, trattando con noi più intimamente. Questi stati interiori, sentimenti, impulsi e movimenti sono gli «spiriti», che devono essere esaminati e vagliati, perché possiamo riconoscere la chiamata di Dio a noi nella profondità del nostro essere. Come abbiamo detto sopra, l'esame è il mezzo principale per discernere la nostra consapevolezza interiore.

Questo presuppone un reale approccio di fede alla vita, secondo il quale vivere è prima di tutto ascoltare e poi agire:

«L'atteggiamento principale del credente è di uno che ascolta. E ascolta i suggerimenti di Dio. La sua risposta sarà sulla linea dell'obbedienza della fede di cui parla S. Paolo e presenterà modalità e livelli diversi a seconda del modo in cui lo ascoltatore sarà capace di percepire la Parola e la volontà del Signore manifestate a lui. È l'atteggiamento della ricettività, della passività e povertà di uno che è sempre nel bisogno, radicalmente dipendente, consapevole della sua creaturalità» [3].

Di qui il grande bisogno di quiete e pace interiore e di una appassionata ricettività, che ci portano all'ascolto della Parola di Dio in ogni istante e in ogni situazione e poi a rispondere nella nostra attività. Di nuovo, in un mondo che è basato più sull'attività (che diviene attivismo), sulla produttività e sull'efficienza (mentre l'efficacia è una norma per il Regno di Dio), questa visuale di fede è implicitamente se non esplicitamente messa in crisi ad ogni svolta del cammino.

La nostra prima attenzione qui è perciò rivolta verso questi modi sottili, intimi, a livello affettivo, con cui il Signore ha trattato con noi nelle ore passate. Forse non Lo abbiamo riconosciuto quando ci chiamava in quel momento appena trascorso, ma ora la nostra visione è chiara e diretta. La nostra seconda atten-

[3] David Asselin, S.I., «Christian Maturity and Spiritual Discernment», pp. 201-213.

zione è alle azioni che sono state le risposte alla sua chiamata. Tanto spesso l'attività diviene primaria e nell'attività perdiamo il senso della risposta. Diveniamo auto-mossi e auto-motivati, più che essere mossi e motivati dallo Spirito (Rm 8,14). Questa è una sottile mancanza di fede e incapacità di vivere da figlio o figlia del Padre nostro. Alla luce della nostra fede, è la qualità dell'attività intesa come risposta, più che l'attività stessa, che è importante per il Regno di Dio.

In questa revisione generale non è necessario sforzarsi di ricordare ogni secondo vissuto a cominciare dall'ultimo esame. La nostra attenzione deve volgersi piuttosto ai particolari e agli avvenimenti specifici che rivelano le costanti del nostro comportamento, e che portano chiarezza interiore e intuizione. Questo ci aiuta a capire ciò che Ignazio chiama *esame particolare*.

Questo elemento dell'esame, forse più degli altri, è stato malinterpretato. È stato spesso uno sforzo di dividere e conquistare (divide et impera) accorciando la lista dei vizi o allungando quella delle virtù, in un esercizio di auto-perfezione meccanicamente programmato. Si dedicava una certa quantità di tempo a ciascun vizio o virtù, uno per uno, e poi ci si spostava al successivo nell'elenco. Più che approccio pratico e programmato alla perfezione, l'esame particolare dev'essere un incontro personale con il Signore nei nostri cuori nella riverenza e nella onestà.

Quando diventiamo abbastanza seri e attenti all'amore del Signore, ci accorgiamo che in noi vanno fatti alcuni cambiamenti. Siamo manchevoli in tanti punti e dobbiamo eliminare tanti difetti. Ma il Signore non vuole che la nostra attenzione si concentri subito su tutti i nostri difetti. Di solito c'è un'area del nostro cuore in cui in modo speciale Egli oggi ci chiama alla conversione, che è sempre l'inizio di una nuova vita. Egli sta attirando la nostra attenzione interiore su un'area ben precisa, e ci sta ricordando che se siamo veramente seri con Lui questo aspetto di noi va cambiato. Questa è spesso proprio l'area che vogliamo dimenticare e (forse!) su cui vogliamo lavorare in seguito. Non vogliamo permettere alla sua Parola di condannarci in questa area, e quindi cerchiamo di dimenticarla e di distrarci lavorando in qualche area più sicura, che senz'altro richiede conversione ma che non pungola la coscienza con la stessa urgenza. Se vogliamo essere onesti e aperti con il Signore, è in questa prima area del nostro cuore che sperimentiamo personalmente Lui nel fuoco ardente della sua Parola che ci affronta qui e ora. Spesso, o non riusciamo a riconoscere questa colpa per ciò che realmente è, oppure cerchiamo di rendere meno penetrante il richiamo che il Signore ci fa qui e ora, e lavoriamo sodo su un altro campo che potremmo voler correggere. Per i principianti ci vuole tempo perché diventino interiormente sensibili a Dio e giungano gradualmente a riconoscere la chiamata del Signore alla conversione (che forse richiede una lotta molto dolorosa!) in qualche area della loro vita. È meglio che i principianti occupino il tempo dell'esame particolare per capire cosa vuole il Signore che sia il loro esame particolare, piuttosto che cominciare a lavorare su una specifica imperfezione.

L'esame particolare quindi è un'esperienza molto personale, onesta e a volte molto sottile, della chiamata del Signore nei nostri cuori per una più profonda conversione a Lui. La materia della conversione potrebbe rimanere a lungo la stessa, ma ciò che è importante è la nostra consapevolezza del suo continuo richiamo personale. Spesso questa esperienza del Signore, che ci chiama a conversione in una piccola parte del cuore, può prendere l'aspetto di una colpa buona e salutare che si deve interpretare attentamente e a cui si deve dare risposta, se si vuole progredire nella santità. Quando si considera l'esame particolare come esperienza personale dell'amore del Signore per noi, allora si può capire perché S. Ignazio suggerisce di rivolgere la nostra attenzione a questa esperienza del Signore (qualunque essa sia praticamente, per esempio maggiore umiltà o prontezza nel lasciarsi coinvolgere dalle persone e stare alle loro condizioni, ecc.) in quei due momenti molto importanti della nostra giornata, l'inizio e la fine della giornata, oltre ai tempi formali d'esame.

In questa terza dimensione dell'esame formale è molto centrale il senso crescente, nella fede, della nostra peccaminosità. Questa è una realtà spirituale di fede rivelata dal Padre nella nostra esperienza e non una realtà pesantemente moralistica e piena di senso di colpa. Un senso profondo della nostra peccaminosità è legato alla crescita nella fede ed è una presa di coscienza dinamica che termina sempre nel ringraziamento, il canto di un «peccatore salvato». Nel suo libro «Crescita nello Spirito» François Roustang, nel secondo capitolo, parla molto profondamente di senso del peccato e di ringraziamento. Ciò può dare una grande intuizione della relazione esistente tra il primo e il terzo punto dell'esame formale, specialmente come dimensioni della nostra permanente consapevolezza cristiana.

4) *Contrizione e dolore*

Il cuore del cristiano è sempre un cuore che canta, un canto di gioia e di gratitudine profonda. Ma l'Alleluja può essere abbastanza superficiale e senza corpo e profondità, se non è genuinamente toccato dal dolore dei peccati. È il canto di un peccatore costantemente consapevole di essere preda delle sue tendenze peccaminose, e tuttavia di essere convertito nella novità, garantita dalla vittoria di Gesù Cristo. Ne deriva che non sarà mai troppo il senso di dolore pieno di meraviglia alla presenza del nostro Salvatore.

Questa visione fondamentale del nostro cuore che il Padre desidera approfondire in noi — mentre ci converte da peccatori a suoi figli e figlie, se glielo consentiamo — è applicata qui in modo specifico alle nostre azioni a cominciare dall'ultimo esame, specialmente nella misura in cui esse sono state risposte egoistiche inadeguate alla opera del Signore in noi. Questo dolore sarà soprattutto per la mancanza di onestà e di coraggio nel rispondere alla chiamata del Signore nell'esame particolare. Contrizione e pentimento non sono vergogna né depressione per la nostra debolezza, ma esperienza di fede, derivante dalla crescente consapevolezza che è desiderio del Padre che noi lo temiamo e amiamo con tutto il nostro essere.

Dopo questa descrizione, il valore del fermarsi ogni giorno nell'esame formale, e di dare espressione concreta a questo costante senso di pentimento, do-

vrebbe essere abbastanza ovvio e dovrebbe fluire naturalmente dal terzo punto dell'esame pratico delle nostre azioni.

5) *Risoluzione piena di speranza per il futuro*

Quest'elemento finale dell'esame quotidiano emerge molto naturalmente dai punti precedenti e ci porta a guardare il prossimo futuro perché sia integrato nella nostra vita. La risoluzione per il futuro sarà un riflesso preciso dell'esame che abbiamo appena fatto. Pertanto non sarà uguale ogni volta; se lo fosse, sarebbe chiaro segno che non stiamo entrando realmente nei primi quattro punti dell'esame. Alla luce del discernimento che abbiamo fatto sul recente passato, ci chiederemo: «come vediamo il futuro? siamo scoraggiati o depressi o timorosi per il futuro?» Se questa è ora l'atmosfera del nostro cuore, dobbiamo chiederci perché e cercare di capirne le motivazioni; è necessario che siamo onesti nel riconoscere i nostri sentimenti riguardo al futuro e non li reprimiamo sperando che passino.

A questo punto dell'esame si dovrebbe avvertire un grande desiderio di affrontare il futuro con una visione e una sensibilità rinnovate, poiché si prega sia per riconoscere anche le più piccole indicazioni con le quali il Signore ci verrà incontro, sia per sentire la sua Parola che ci chiama nella situazione esistenziale del futuro, sia per rispondere alla sua chiamata con più fede umiltà e coraggio. Ciò dovrebbe essere particolarmente vero riguardo a quella esperienza intima e costante del Signore che chiama ad una conversione dolorosa in qualche area del nostro cuore (ciò che abbiamo chiamato esame particolare). Una grande speranza dovrebbe essere il clima del nostro cuore a questo punto, una speranza non fondata sui nostri meriti o sulle nostre capacità per l'avvenire, ma piuttosto fondata molto più pienamente su Dio nostro Padre, di cui condividiamo la vittoria gloriosa in Gesù Cristo attraverso la vita dello Spirito in noi. Più ci fidiamo di Dio e gli permettiamo di entrare nella nostra vita, più sperimenteremo una vera speranza soprannaturale in Dio, un'esperienza che passa attraverso le nostre deboli capacità e va abbastanza al di là di esse, una esperienza che a volte ci fa paura e ci svuota ma che ci comunica gioia ed esultanza in profondità. S. Paolo, nel passo 3,7-14 della lettera ai Filippesi, esprime bene lo spirito di questa conclusione dell'esame formale: «lascio il passato dietro di me, e con le mani protese verso ciò che mi sta davanti corro verso la mèta».

Esame e discernimento

Chiudiamo quest'articolo con alcuni rilievi riassuntivi sull'esame come è stato presentato qui e sul discernimento degli spiriti. Quando l'esame è compreso nella giusta luce e così praticato ogni giorno, diviene molto più di un breve esercizio fatto una volta o due al giorno e abbastanza secondario rispetto alla nostra preghiera e all'esperienza vitale dell'amore di Dio nella nostra situazione quotidiana. Diviene piuttosto un esercizio che focalizza e rinnova la nostra personale identità di fede, tanto che dovremmo essere più restii ad omettere l'esame di coscienza che non la nostra preghiera formale quotidiana. Questa sembra essere

l'opinione di S. Ignazio riguardo alla pratica dell'esame di coscienza. Egli non parla mai di ometterlo, mentre dice di adattare e abbreviare la meditazione quotidiana per vari motivi. Sembra che per lui l'esame sia centrale e inviolabile. Questo appare strano finché non riprendiamo coscienza di che cos'è l'esame. Forse, quando cominciamo a vedere l'esame così strettamente connesso con una chiarificazione della propria identità e così importante per trovare Dio in tutte le cose in ogni momento, esso diviene la nostra esperienza centrale di preghiera.

Per Ignazio trovare Dio in tutte le cose è lo scopo della vita. Verso la fine della vita egli diceva che «in qualunque momento, in qualunque ora lo desiderasse, poteva trovare Dio» (Autobiografia, n° 99). Ignazio maturo aveva così pienamente permesso a Dio di possedere tutto il suo essere attraverso un chiaro sì al Padre che radiava dal centro stesso della sua persona, da poter sperimentare in qualunque momento profonda pace, gioia e soddisfazione (vedi E. S. n° 316), come segno della presenza di Dio al centro del suo cuore. L'identità di Ignazio a questo punto della sua vita era pienamente radicata «in Cristo», come dice Paolo: «Perché ora il mio posto è in Lui e io considero un nulla la mia perfezione che mi deriva dalla legge» (Fil 3,9); Ignazio sapeva di avere il suo vero io in Cristo.

Capace di trovare Dio in qualunque momento volesse, Ignazio riusciva ora a trovarlo in tutte le cose, verificando quanto conformi al suo vero io fossero i suoi impulsi interiori, i suoi stati d'animo o i suoi sentimenti. Quando sentiva in sé consonanza con l'impulso interiore immediato (che sperimentava di nuovo come pace, gioia e serenità) e si sentiva coerente con il suo vero io, allora sapeva di aver ascoltato la Parola di Dio per lui in quell'istante. E rispondeva con quella pienezza di umile coraggio così tipico di Ignazio. Se scopriva dissonanza interiore, agitazione e inquietudine nel profondo del cuore (da distinguersi attentamente dalla forte ripugnanza), e non riusciva a trovare il suo vero io conforme a Cristo, allora riconosceva quest'impulso interiore come «cattivo spirito» e sperimentava Dio «andando contro» la desolazione (cfr. E. S. n° 319). In questo modo egli riusciva a trovare Dio in tutte le cose, discernendo attentamente tutte le sue esperienze interiori («spiriti»). Così il discernimento divenne un modo quotidiano molto pratico per vivere l'arte di amare Dio con tutto il cuore, con tutto il corpo, con tutte le forze. Ogni momento della vita era amare (trovare) Dio nella situazione esistenziale in una profonda quiete, pace e gioia. Per Ignazio negli anni della maturità il trovare Dio nell'attuale movimento interiore, sentimento, o opzione era quasi immediato perché il suo vero io, la parte centrale del suo essere, era stato afferrato da Dio. Ciò che era quasi immediato per Ignazio maturo può richiedere al principiante lo sforzo di esercizi di preghiera di alcune ore o di alcuni giorni, a seconda dell'importanza del movimento-impulso che si deve discernere. In alcuni suoi scritti Ignazio usa la parola «esame» per riferirsi a questa quasi immediata verifica di coerenza col suo vero io, cosa che egli poteva fare tante volte ogni ora del giorno. Ma parla anche di esame in senso formale, ristretto, di due esercizi di preghiera al giorno di un quarto d'ora ciascuno. In questo articolo abbiamo cercato di presentare la relazione essenziale esistente tra questi due significati del termine esame.