

2. Il discernimento: desiderio e pensiero

La volta precedente abbiamo cercato di capire che cosa è il discernimento, entrando in noi stessi e definendo la nostra interiorità. Una sorta di cantina buia nella quale a volte non vogliamo scendere né accendere la luce per non affrontare il caos che ci troveremmo davanti agli occhi. Ciò che appare alla superficie non corrisponde sempre a ciò che sta dentro. E quando troviamo il coraggio di mettere mano alla nostra interiorità allora è possibile che cambi qualcosa anche all'esterno. Quindi il discernimento diventa qualcosa di assolutamente necessario perché ci aiuta a prendere in mano la bussola della nostra vita.

Avevamo scelto due parole chiave che si trovano dentro questa cantina: le emozioni e i sentimenti. Le emozioni sono la reazione immediata all'impatto con la realtà e i sentimenti invece sono l'interpretazione che noi diamo di quello che proviamo e questi strutturano la nostra esistenza. Si può vivere in modo puramente emotivo – cioè di pancia – cercando semplicemente degli stimoli che ci facciano sentire vivi, oppure interessarsi al pensiero che si nasconde dietro il sentire andando a toccare le profondità del nostro essere.

Il punto di partenza di entrambi i gruppi delle emozioni e dei sentimenti in verità è lo stesso. Ciò che ci muove sono i nostri desideri. Dio, che ci conosce bene, sa quanto i desideri siano il motore del nostro agire così che il primo alfabeto che Egli usa per parlarci è appunto quello dei desideri.

Anche in questo contesto bisogna fare una distinzione tra ciò che è il desiderio di sostanza e il desiderio nel suo immaginario. Ognuno, quando desidera qualcosa, si crea anche un'immagine di quello che desidera ma poi quando arriva la realtà deve abbandonare quello che ha immaginato perché se esso non crolla i desideri non possono mai veramente realizzarsi.

La preghiera che rivolgiamo a Dio ne è la prova. Il Signore, molto spesso, quando ascolta le nostre preghiere non le realizza immediatamente perché deve deludere il nostro immaginario. I desideri sono fatti di un immaginario ma c'è una sostanza di fondo che possiamo conoscere e che il Signore guarda e prende sul serio.

Quando si arriva a guardare in faccia ai sentimenti, cioè le cose che strutturano la nostra vita, ad un certo punto incontriamo il pensiero che c'è dietro. Questo pensiero è suggerito da almeno tre fonti: un pensiero che viene da Dio, un pensiero che viene dal male o dal maligno, un pensiero che viene dalla nostra storia. Detto altrimenti; ci sono pensieri buoni, pensieri cattivi e ferite personali. Riguardo alle ferite, devono essere comprese e chiarite nella loro natura per sapere come rispondere. Se vengono da Dio assecondarle, se dal male contrastarle, sa da noi prenderle sul serio e lasciare che queste possano essere guarite.

Sembra un discorso un po' complicato ma in realtà il discernimento si capisce meglio quando si prova a discernere. È come quando qualcuno ti chiede: "don, vorrei imparare a pregare". La risposta migliore da dare è: "se vuoi imparare a pregare, prega". Per essere ancora più semplici: "se vuoi imparare a guidare, guida". Ti posso spiegare dove sta la frizione, l'acceleratore, il freno le luci e le frecce Ma tutta queste informazioni non ti servono se non provi a guidare.

Uguualmente si possono dare alcune regole basilari del discernimento ma poi ci si impratichisce facendo discernimento. Le regole di base sono piuttosto semplici e si potrebbero riassumere così.

Il bene agisce come bene, il male agisce come male e la ferita agisce con la sofferenza. Ma le cose si complicano al momento in cui il bene agisce come bene, il male si traveste da bene e la ferita è inespresa perché non la si sente immediatamente come dolore ma come disagio. È a questo punto che inizia il lavoro di discernimento. Si tratta di capire se quello che sto vivendo è un vero bene oppure è un bene taroccato.

Qui ci possono venire in aiuto gli esercizi spirituali di Sant'Ignazio. Egli prende quale esempio la parabola dell'albero raccontata da Gesù: *"Non c'è albero buono che faccia frutti cattivi, né albero cattivo che faccia frutti buoni. Ogni albero infatti si riconosce dal suo frutto"* (Lc 6,43).

Come si fa a capire se i nostri desideri o i nostri pensieri vengono dall'albero di Dio o dall'albero del maligno? Si devono guardare i frutti, che non vanno intesi come risultato bensì come qualità di vita. Secondo Sant'Ignazio i frutti buoni generano consolazione. La consolazione è la percezione che un bene è un bene perché avverti dentro di te una gioia, una pace, una benevolenza, una mitezza e tutti gli altri frutti citati nel libro di Isaia (Is 11,1-3). I frutti cattivi generano desolazione con la tristezza, l'angoscia, il senso di colpa, il giudizio, la tenebra, l'odio...

Ma la realtà è spesso più complicata e se possiamo prendere questo principio come buono dobbiamo ammettere che la vita è complessa e non sempre lineare. Può capitare ad esempio che tutto funzioni bene nella propria esistenza. C'è la salute, famiglia il lavoro le soddisfazioni, ma piano piano si fa spazio una tristezza, un'angoscia. Non è detto che il maligno sia l'autore di questo malessere. Può anche essere Dio a donarci delle desolazioni a scopo terapeutico per dire: *"sei sazio, hai tutto, tieni la tua vita sotto controllo, ma non sei felice"*. Questa non è un'angoscia negativa ma un'angoscia che ti scuote, che ti salva. Un'angoscia che ti fa dire: *"ma per che cosa sto vivendo?"*

Ci viene in mente la parabola del ricco stolto. Un uomo che non sta rubando ma semplicemente lavorando, si concentra molto su se stesso per accumulare più grano possibile. Quando i granai sono pieni zeppi, dice a se stesso: *"Anima, tu hai molti beni riposti per molti anni; riposati, mangia, bevi e godi. Ma Dio gli dice: "Stolto, questa stessa notte l'anima tua ti sarà richiesta e di chi saranno le cose che tu hai preparato?"* È un risveglio traumatico ma salutare perché ci apre le porte alla conversione.