

E D U C A T O R I A L L A V O R O

Accompagnamento: la voce del Signore tra mille

Paola Magna*

Ogni guida spirituale dovrebbe essere capace di discernere, tra le mille voci, la voce di Dio. Proprio per questo può mettersi al fianco di un'altra persona, per accompagnarla in questa difficile arte del discernimento. Nell'accompagnamento spirituale è fondamentale il discernimento: non è una tecnica da imparare, ma uno stile da apprendere e vivere, che permea tutta la nostra vita cristiana.

Sappiamo che il termine «accompagnamento» evoca una certa discrezione dell'atteggiamento di colui o colei che accompagna un'altra persona, un rispetto profondo per la condotta ispirata dallo Spirito. Il solo Padre e il solo Maestro, la sola Guida, è il Signore, del quale siamo chiamati a decifrare il cammino nel cuore di chi si accompagna, per metterlo nelle condizioni di accogliere e collaborare con le ispirazioni che lo Spirito suscita in lui. Di qui l'importanza del discernimento degli spiriti.

L'accompagnamento, oltre che un carisma, un dono, è anche un'arte e come tale richiede esercizio, preghiera, riflessione, discernimento e un cammino personale di purificazione, che favorisce la comunione con lo Spirito e la lettura dei segni nel cuore dell'accompagnato.

Chi richiede un accompagnamento aspira a una vita in profondità: «Cerca di nascere o di rinascere ad un livello più intimo del suo

* Guida di spiritualità ignaziana; psicologa e psicoterapeuta (Torino); docente all'Istituto Superiore per Formatori.

essere, ed ha vagamente presentito che l'accompagnatore cui si rivolge lo può aiutare a partorire questa vita in lui¹. Si tratta di un evento spirituale che si gioca all'interno di una relazione umana concreta. Non si può mai dire: «Fino a questo punto è una relazione umana e a partire da quest'altro punto diventa spirituale». La relazione umana è inscindibile dall'aspetto spirituale (infatti, la vita dello Spirito non si sovrappone mai alla nostra psicologia, ma ne costituisce un tutt'uno).

Che cos'è il discernimento spirituale?

Nel «dopo-Vaticano II», la Chiesa ha chiamato *ogni* cristiano/a ad un ruolo responsabile, profetico nel vivere e nel proclamare la fede: questo comporta un atteggiamento più partecipe nello scoprire la volontà di Dio. Ogni persona è chiamata ad essere in contatto con lo Spirito di Dio che opera in lei. Occorre allora imparare a discernere, a diventare responsabili della propria vita, a leggere il volto di Dio: è questo un obiettivo centrale dell'accompagnamento spirituale. Paolo, nella Prima lettera ai Corinti (3,1-2), parla di «latte» e di «nutrimento solido» quest'ultimo riservato a chi è maturo in Cristo: siamo pronti per prendere questo cibo solido? Occorre imparare a discernere, a diventare responsabili della propria vita.

Nell'AT la parola «discernimento» non appare mai, anche se tutta la Sacra Scrittura può essere vista come la storia del giudizio-discernimento salvifico di Dio attraverso i secoli! Nel NT si trova per la prima volta l'espressione «discernimento degli spiriti» (1Cor 12,10; 1Gv 4,1). Al tempo di san Giovanni e di san Paolo, il discernimento è uno dei temi centrali del messaggio apostolico, al punto che i quattro vangeli possono addirittura considerarsi come un doppio discernimento: quello di Gesù e quello su Gesù. Sorgente del discernimento è la carità (Fil 1,9-10); criteri del discernimento sono i frutti: il buono ed il cattivo spirito si riconoscono dai loro frutti (Gal 5,19-22; Ef 5,8-10). Un testo importante sulla capacità di discernere è Rm 12,2: «Non conformatevi a questo mondo, ma lasciatevi trasformare rinnovando il vostro modo di pensare, per poter discernere la volontà di Dio, ciò che è buono, a lui gradito e perfetto».

¹ A. Louf, *Generati dallo Spirito*, Edizioni Qiqajon, Magnano 1994, p. 60.

L'apporto di sant'Ignazio di Loyola

Senza saperlo, Ignazio di Loyola ha ripreso un'esperienza tradizionale (dei Padri della Chiesa: Origene, sant'Antonio, sant'Agostino, Cassiano, Diadoco di Foticea, san Bernardo; il testo spirituale *L'imitazione di Cristo* del sec. XV)².

Ha apportato però delle novità:

- una teoria del discernimento molto elaborata negli *Esercizi Spirituali* (cf regole del discernimento della prima e della seconda settimana);

- il legame con l'esame di coscienza (cf ES 32);

- il legame con la conversione e la scelta di uno stato di vita (elezione) che è, per lui, il mezzo privilegiato per scoprire la volontà di Dio. La ricerca della volontà di Dio è dinamica: viviamo il discernimento nel realizzarla attraverso il nostro assenso all'amore inventivo di Dio. Verso la fine della seconda settimana degli *Esercizi*, Ignazio spiega il rapporto tra discernimento e scelta: indica tre modi per fare una buona scelta, uno solo dei quali è vero e proprio discernimento.

Il discernimento, quindi, per Ignazio è nello stesso tempo:

- qualcosa di molto vasto; l'eco in noi della lotta universale tra Cristo e Satana (chiamato «nemico della natura umana»);

- qualcosa di molto preciso: noi dobbiamo entrare in questa lotta, con Cristo, attraverso l'esame di coscienza quotidiano, l'applicazione concreta ed efficace della nostra elezione *realista*, saper rileggere cioè la propria giornata alla luce della presenza amorosa di Dio e la nostra incapacità di vederla e di corrisponderci.

Problemi di vocabolario

Oggi la parola «discernimento» è inflazionata: a volte si identifica con l'esercizio della capacità di intuizione e di sensibilità, oppure di decisione; si pensa di aver fatto discernimento spirituale perché si ritiene di aver sentito o intuito qualcosa sul piano della fede, o perché si è riflettuto su situazioni o persone concrete, oppure ancora perché si sono prese delle semplici decisioni...

² Per un approfondimento sulla spiritualità ignaziana: J.-C. Dhôtel, *La spiritualità ignaziana. Punti di riferimento*, Ed. CVX, Roma 1997 (Ed. ADP, Roma 2004); S. Decloux S.J., *La via ignaziana*, Borla, Roma 1990.

Il discernimento invece è collegato alla concezione che abbiamo della vita spirituale e del fare la volontà di Dio³. Può essere interessante allora che ci chiediamo: «Che cosa intendo per vita spirituale?» e «fare la volontà di Dio?».

Il discernimento è «un'esperienza che coinvolge il "cuore", il centro della persona, là dove essa gioca la sua libertà e la sua affettività più profonda, e non il solo intelletto»⁴.

Il discernimento è particolarmente adatto per le situazioni in cui la vera domanda è: «Qual è la volontà di Dio per me in questa situazione di crisi, di difficoltà? Che cosa vuole veramente il Signore?».

Prendiamo degli esempi nella vita matrimoniale: Giacomo e Lara sono in crisi, sembra che i loro caratteri siano incompatibili, ma hanno tre figli piccoli. Claudio e Arianna sono appena sposati; lei ha una salute precaria, ma vorrebbero avere subito dei figli. Biagio e Adele non possono avere figli, vorrebbero adottarne, anche se i loro genitori non sono assolutamente d'accordo. È proprio in queste situazioni ambigue che si ha bisogno di discernere, se si vuole scoprire come il Signore sta parlando in quella situazione di crisi, di difficoltà e attraverso di essa.

Il discernimento coinvolge due momenti:

1. *Momento più passivo*: farsi guidare lungo la via, farsi illuminare e attrarre dallo Spirito (= docilità). È l'Amore stesso che rende docili, fa conoscere, aiuta a prendere le dovute decisioni secondo la volontà di Dio.

2. *Momento più attivo*: cercare, ponderare, riflettere, esaminare, prendere le proprie responsabilità, esercitare il giudizio prudente e la propria libertà... La volontà di Dio non è ricevuta per rivelazione diretta; implica la fatica del pensare, del responsabilizzarsi e del mettersi di fronte alla realtà.

Entrambi i momenti interpellano la guida nel suo agire e nell'aiuto che può dare a chi sta accompagnando.

Saper distinguere il bene apparente dal bene reale

Il Signore conosce l'ambiguità del nostro cuore: sta a noi scegliere se vivere nella luce o nelle tenebre. Ciò che complica è che in questa

³ Cf P. Schiavone, *Il discernimento. Teoria e prassi*, Paoline, Milano 2009.

⁴ M. Costa, *Direzione spirituale e discernimento*, Ed. ADP, Roma 1993, p. 121.

ambiguità *ontologica* si innesta un'ambivalenza *psicologica*, tanto maggiore quanto è più grande la fragilità della persona in accompagnamento. Per questa ambivalenza, la persona afferma delle cose che poi contraddice con il suo comportamento: contemporaneamente vuole e non vuole. Credo che una grande difficoltà sia dovuta alle tendenze distruttive presenti in certe persone, per cui anche gli interventi della guida vengono interpretati sempre come negativi.

Il nostro cuore è un terreno di lotta: spesso proviamo un alternarsi di attrattive. Questo si verifica quando il cuore è ancora diviso, perché non ha compiuto una scelta chiara tra il bene e il male. Sarà perciò necessario attraversare un periodo di purificazione. A chi si muove in questa tappa della vita spirituale sono dedicate le regole di discernimento adatte al tempo della purificazione, che corrisponde alla prima settimana degli *Esercizi* ignaziani. Il comportamento del «nemico» con chi è all'inizio del cammino spirituale è quello di tentare di scoraggiarlo. Di solito il Maligno penetra nella vita della persona tramite le sue debolezze e i suoi limiti: nell'accompagnamento possiamo aiutare la persona a scoprire qual è la strategia che è solito usare con lei.

Un esempio: una persona, ad un certo punto del suo cammino, viene trascinata su una pista pericolosa. Per stimolarla nella direzione intrapresa, gli amici le fanno balenare davanti agli occhi l'ebbrezza della libertà e il gusto dell'avventura, le promettono esperienze sempre più avvincenti. Al contrario, l'amico vero, che le vuole veramente bene, la rimprovera con affetto e cerca di suscitare in lei il rimorso per quello che sta facendo, ricordandole senza stancarsi che non è quella la strada giusta. Dopo tante insistenze, quella persona rientra in sé e comincia a prendere distanza dal cammino deviante e trasgressivo in cui si stava incamminando. A questo punto si invertono le tattiche: gli amici cercano di scoraggiarla nei suoi nuovi propositi, insinuandole che sono utopistici, che quelle cose non corrispondono alle sue esigenze, che non ce la farà a rinunciare alle abitudini prese. L'amico vero invece la sostiene negli inizi non facili, la incoraggia ad andare avanti e le promette che dopo la fatica comincerà a sentirsi più se stessa e quindi più contenta.

Più la persona procede nel cammino spirituale e più diventa sottile la tentazione di non seguire la via del Signore, la via del vero bene:

è la distinzione tra il «bene apparente» e il «bene reale» che sant'Ignazio sviluppa nelle regole della seconda settimana degli *Esercizi*. Si tratta di affinarsi nel saper distinguere ciò che ci si presenta come un bene personale, comunitario, di coppia e di famiglia... ma poi considerandolo bene alla luce dello Spirito e della Parola, si rivela essere solo apparente.

Un esercizio utile è quello di considerare le motivazioni che ci spingono ad agire e a scegliere: si tratta spesso di motivazioni miste (composte sia di bisogni che di valori); ciò che è difficile valutare è quando quegli stessi valori assumono un significato difensivo, di alibi: qui si pone la tentazione del nemico più sottile e difficile da smascherare.

Facciamo l'esempio di una mamma di famiglia sempre più attratta a servire gli altri (in parrocchia, in un movimento, a livello caritativo...), a tal punto che antepone questo servizio ai doveri di famiglia: così sta troppo fuori casa, tralascia la casa, fa da mangiare in modo affrettato, non ha mai tempo per uscire con i figli o con il marito... e lo fa convinta che sia un modo per servire con maggior generosità il regno di Dio, i poveri. Andando più a fondo nelle sue motivazioni, ci accorgiamo che è un periodo di difficoltà di rapporti in casa e il suo servizio agli altri è sottilmente una fuga da altre cose. Quel suo servizio agli altri è un bene apparente.

Un altro esempio: un papà quarantacinquenne comincia a sentire che gli anni passano, i figli non sembrano avere più bisogno di lui, a volte è faticoso il rapporto con la moglie... sembra che non abbiano più niente da dirsi! Ad un certo punto si impegna nel volontariato in modo esagerato, anche di domenica, non fa altro che pensare alla comunità dove presta servizio: là si sente utile, benvoluto e gratificato in tutto quello che fa. Anche questo è un caso di bene apparente.

Come si può intuire, per il discernimento tra bene apparente e bene reale può aiutare una conoscenza più approfondita di sé e della propria storia di vita. Infatti, fra i due beni, succede di più una confusione in quelle persone che vivono dei conflitti psicologici più profondi, a causa di un'area inconscia più vasta rispetto ad altre.

Resistenze e difficoltà umane nel discernere

Il discernimento coinvolge tutta la persona: sentimenti, ragione e volontà. Quindi il proprio carattere, la propria personalità, il passato vissuto, il tipo delle relazioni che si vivono, possono comportare delle difficoltà nel processo del discernimento.

Nello stesso tempo va considerato che il maligno si insinua nella vita personale, di coppia e di famiglia, facendo leva proprio sulle caratteristiche umane, su alcune fragilità e debolezze. Sappiamo bene, però, come il cammino di crescita spirituale, sia personale che di coppia, sia difficile e presenti sempre delle resistenze.

➤ *La radice profonda di queste resistenze si pone nella nostra natura umana ambivalente. Viviamo tutti una divisione interna, una dialettica di forze opposte, tra l'infinito a cui tendiamo con i nostri ideali e il finito della nostra realtà quotidiana, tra aspirazioni/desideri/valori ed esigenze/emozioni/bisogni della nostra umanità, tra ciò che vorremmo essere e ciò che siamo... Sia a livello personale che di coppia si tratta dell'esperienza di divisione interna tra limiti e desideri.*

➤ *Resistenze alla necessaria educazione dell'affettività. Nel momento della decisione di seguire il Signore con maggior decisione e coerenza, abbiamo visto come si scateni «il nemico della natura umana», utilizzando proprio quelle caratteristiche umane delle persone e delle relazioni. Riguardo al discernimento, si tratta di allenarsi a saper penetrare la vita e la realtà con gli occhi del Signore, saper cogliere nella parola di Dio le mozioni dello Spirito. La ricerca della volontà di Dio non si risolve seguendo delle norme: la cosa più importante è la trasformazione della persona, soprattutto della sua affettività. Si tratta di purificare i «disordini» che sono all'interno di sé e quelli che provengono dallo spirito del mondo, per trasformare la propria mentalità, mediante la familiarità con il Cristo e il Vangelo, attraverso una conoscenza intima di Lui, che porta ad un attaccamento affettuoso alla sua persona, così che diventi il vero centro della propria vita concreta. Questo processo è innanzitutto personale, poi si può applicare alla vita della comunità o di una famiglia.*

➤ *Alcune resistenze tipiche al discernimento spirituale.* In questa educazione dell'affettività si incontrano facilmente molte resistenze. Cerchiamo ora di elencarne alcune, che hanno poi delle conseguenze importanti sul discernimento:

- Timore di fare chiarezza e verità.
- Trascinare le decisioni per paura di sbagliare (a volte dovuta a una personalità piuttosto perfezionista).
- Prendere le decisioni in modo impulsivo, per l'incapacità di sopportare l'incertezza e l'ansia della valutazione dei vari elementi, quindi difficoltà a saper aspettare.
- Ambivalenza: voler portare avanti tutto, senza lasciare niente e nessuno.
- Mancanza di realismo e ideali troppo alti, sproporzionati alle effettive possibilità. Tensione tra Io-ideale e Io-attuale.
- Tendenza all'individualismo e all'autosufficienza: non voler sottoporre al Signore e ad altri le proprie scelte.

➤ *Altre resistenze sono strettamente connesse alla relazione.* Vediamone alcune:

- Non riconoscere alcune differenze tipiche dell'essere uomo e donna.
- Rapporto di lotta, a volte sottile, sia nella coppia sia nella comunità: non accettare il punto di vista dell'altro/a, non voler rinunciare alla propria posizione... perché è sentito come un atto di debolezza, di fragilità.
- Disequilibrio tra autonomia e dipendenza: chi è troppo autonomo comunica meno e non coinvolge l'altro nelle decisioni; chi è troppo dipendente si appoggia troppo e fatica a prendersi le proprie responsabilità.
- Atteggiamenti rigidi, mancanza di flessibilità che rallenta la possibilità di essere aperti a nuove situazioni, ad apprendimenti nuovi; pericolo di ripetere il passato, senza saperlo: è una resistenza alla novità dello Spirito.
- Una certa passività che porta, senza volerlo direttamente, a lasciare all'altro/a la decisione, pronta poi a dargli/le la colpa se qualcosa non va bene.

- Atteggiamento polemico, ipercritico (dovuto alla propria aggressività non riconosciuta), che impedisce un sereno confronto e dialogo, per cui l'altro, di conseguenza, può sottolineare esageratamente i lati positivi, per contrapposizione.
- Desequilibrio tra il parlare, esprimersi e il silenzio: chi parla troppo e chi sta troppo in silenzio. Entrambi i comportamenti possono fare arrabbiare, distorcendo più facilmente la percezione della realtà che si sta analizzando in vista di una scelta.

Come comportarsi

Di fronte alle resistenze, la prima cosa da fare è migliorare la conoscenza di sé, dell'altro e della propria relazione, per poterle riconoscere, dare ad esse un nome... Solo dopo questo si potrà tentare di modificare qualcosa⁵.

Altra regola importante: nel momento di maggior manifestazione di una resistenza, non insistere sul contenuto che si sta discutendo, ma sullo stile abituale di affrontare le cose. Se si può, parlare della difficoltà che sta emergendo, che spesso è di natura relazionale: spesso spostiamo i nostri conflitti sulle cose o situazioni, perché è più faticoso e difficile affrontare direttamente un conflitto con una persona (ancora di più se le si vuole bene, cf incompatibilità sentita tra aggressività e affetto).

Non attribuire un motivo spirituale ad una difficoltà che è umana: spesso si fa confusione, anche se i due aspetti sono sempre strettamente uniti. A volte il passare troppo in fretta sul piano spirituale può colpevolizzare sé o l'altro o la relazione, può quindi dare un'interpretazione morale a qualcosa che non c'entra con bene/male... Tutto questo può bloccare, generare inutili sofferenze, ostacolare il cammino di crescita anche spirituale.

Si tratta di accorgimenti tecnici, validi se chi accompagna è una persona che non precede, non segue, ma che, appunto, accompagna; testimone e non regista di un itinerario.

⁵ Cf anche: D. Forlani, *Diventare migliore: un pericolo a cui resistere*, in «Tredimensioni», 7 (2010), pp. 197-206 (anche in www.isfo.it).