

Le mozioni spirituali

- Riflettendo sulla tua preghiera avrai notato in questi giorni il succedersi di diversi stati d'animo: la gioia, la letizia, l'entusiasmo, la tristezza, l'abbattimento ecc. Queste varie emozioni forse presenti nella tua preghiera sono normali negli esercizi spirituali; lo stesso sant'Ignazio cominciò ad avvertirle all'inizio della sua nuova vita spirituale. Nei suoi *Esercizi* egli espone alcune osservazioni, che chiama "regole" e che sono utili per interpretare e gestire gli stati dell'anima. Per ora leggi il testo ignaziano, poi lo approfondiremo insieme con calma.

Regole per sentire e conoscere
in qualche modo
le varie mozioni che si
producono nell'anima:
le buone
per accoglierle
e le cattive
per respingerle;
e sono più proprie della prima
settimana.

[ES 313]

- Come vedi questo è il brano che presenta le regole per il discernimento degli spiriti. Stai attenta/o, però, a comprendere bene il significato del termine castigliano usato da sant'Ignazio: "*reglas*" (regole). Non si tratta affatto di regole scientifiche o di regole matematiche. Non le potrai allora applicare semplicemente e asetticamente. Sono prima di tutto regole ermeneutiche, interpretative, degli stati d'animo e delle loro cause e richiedono un'applicazione complessa e delicata: dovrai prima di tutto usarle per interpretare quello che vivi e quello che senti tu! Sii quindi molto attenta/o a come le usi; cerca di capire il loro significato e di confrontarle con la tua esperienza: vedi se hanno un qualche senso per te o se invece le senti estranee e lontane da ciò che hai vissuto o vivi.
- Un'altra parola che devo necessariamente spiegarti è "*mociones*" (mozioni): questo termine è molto antico, pre-medievale, non devi confonderlo con il moderno e molto usato "emozioni". Vorrei qui semplificare la spiegazione per renderti il più facilmente comprensibile il testo ignaziano; in seguito, però, dovrai approfondire questa prima spiegazione con l'esperienza e lo studio.
 - Il termine latino "*motio, motionis*" (movimento) era usato per indicare l'azione che Dio compie nel cuore della persona; la mozione possiede un carattere oggettivo ed è normalmente attribuita allo Spirito Santo: Dio agisce nel cuore della persona col suo Spirito e vi attua un movimento, un qualcosa di nuovo. Per esempio, pensa al mare quando è calmo, in un'estate senza vento. All'improvviso, per una folata di vento, può venirsi a formare una piccola onda: essa prima non c'era, dopo il vento c'è! Un movimento analogo avviene nel nostro cuore quando Dio vi opera con il soffio del suo Spirito: c'è un qualcosa di nuovo che prima non c'era!
 - Il termine moderno "e-mozione" proviene dal latino "ex-mozionis" e indica nel suo prefisso la provenienza di quel particolare stato d'animo da un qualcosa di oggettivo che ha agito sull'anima suscitandolo. Nel linguaggio della teologia spirituale chiamiamo queste emozioni "*risonanze*" spirituali, cioè frutto dell'azione dello Spirito nel nostro cuore. Ti invito a fare attenzione d'ora in poi alle tue risonanze o emozioni, perché esse ti possono segnalare la presenza dello Spirito, che tu poi dovrai interpretare.
 - Avrai notato che nel testo si parla anche di mozioni "buone" e mozioni "cattive" (entrambe con una componente oggettiva e una soggettiva). Tu dirai: Come possono esserci mozioni cattive se provengono dallo Spirito Santo? Fai attenzione allora a non essere ingenua/o: non c'è soltanto lo Spirito Santo che agisce su e in noi, ci sono molti altri influssi: quelli del mondo, di noi stessi, della nostra concupiscenza, degli spiriti cattivi, di satana. Tutto questo può fare "mozione" su noi e suscitare in

noi varie risonanze. La distinzione di Ignazio è una distinzione sapienziale: egli invita a distinguere tra le mozioni “buone”, quelle che in ultima istanza provengono da Dio e dai suoi angeli, e quelle “cattive”, che in ultima istanza provengono da Satana e dai suoi angeli. Non possiamo però porre Dio e satana sullo stesso livello, perché Dio è il creatore e satana solo una creatura. Non dobbiamo cadere qui in un semplicistico dualismo! Tuttavia, per spiegarti in modo comprensibile il pensiero di sant’Ignazio ho ritenuto necessario semplificare. Puoi capire allora perché il nostro primo compito è distinguere le mozioni che provengono dallo spirito buono da quelle che provengono dallo spirito cattivo. Se farai attenzione imparerai negli esercizi la scienza del discernimento degli spiriti e potrai poi distinguere tra le mozioni dello spirito buono che chiamiamo “ispirazioni” e quelle dello spirito cattivo che chiamiamo “tentazioni”. La capacità di distinguere tra ispirazioni e tentazioni la si acquista solo con l’esperienza personale e lo studio della teologia degli esercizi di sant’Ignazio. Questa è una sapienza non una filosofia, non la si apprende sui libri ma dalla propria storia, che interpretata, compresa, interiorizzata è comunicabile e condivisibile con altri.

- Infine, avrai notato le reazioni suggerite da sant’Ignazio verso le diverse mozioni. Le ispirazioni vanno trattenute, nel senso di accoglierle, accettarle: ad esse bisogna dire di “sì”. Invece, le tentazioni una volta scoperte vanno respinte, non aderendovi né con la mente e né con il cuore: ad esse bisogna dire sempre di “no”. In questa dinamica si svolge il discernimento degli spiriti; la nostra reazione agli influssi negativi è una battaglia spirituale, un respingimento e una resistenza spirituale al nemico, al conquistatore che cerca di entrare e di conquistare il nostro territorio, le nostre case, le nostre anime.
- E’ bene per ora che tu ti eserciti a notare la presenza e la ricorrenza di particolari risonanze; poi a poco a poco potrai risalire alle loro cause e alla loro ultima origine.

¹⁰ Poi riunita la folla disse: “Ascoltate e intendete! ¹¹ Non quello che entra nella bocca rende impuro l’uomo, ma quello che esce dalla bocca rende impuro l’uomo! ”.

¹² Allora i discepoli gli si accostarono per dirgli: “Sai che i farisei si sono scandalizzati nel sentire queste parole? ”. ¹³ Ed egli rispose: “Ogni pianta che non è stata piantata dal mio Padre celeste sarà sradicata. ¹⁴ Lasciateli! Sono ciechi e guide di ciechi. E quando un cieco guida un altro cieco, tutti e due cadranno in un fosso! ”. ¹⁵ Pietro allora gli disse: “Spiegaci questa parabola”.¹⁶

Ed egli rispose: “Anche voi siete ancora senza intelletto? ¹⁷ Non capite che tutto ciò che entra nella bocca, passa nel ventre e va a finire nella fogna? ¹⁸ Invece ciò che esce dalla bocca proviene dal cuore. Questo rende immondo l’uomo. ¹⁹ Dal cuore, infatti, provengono i propositi malvagi, gli omicidi, gli adulteri, le prostituzioni, i furti, le false testimonianze, le bestemmie. ²⁰ Queste sono le cose che rendono immondo l’uomo, ma il mangiare senza lavarsi le mani non rende immondo l’uomo”.

[Matteo, 15,10-20]