

## **Regole per sentire e riconoscere in qualche modo le varie mozioni che si producono nell'anima, per accogliere le buone e respingere le cattive. [313]**

### **Introduzione**

Nel cammino verso la santità non siamo soli, ma la grazia di Dio ci precede e ci accompagna.

C'è anche chi vuole farci allontanare dal cammino di santità. Se Eva avesse saputo quale spirito le parlava, la storia dell'uomo sarebbe stata diversa. Dobbiamo sapere che, sebbene Dio non si riposi come dice il Salmo 121, 2-4: *Alzo gli occhi verso i monti: da dove mi verrà l'aiuto? Il mio aiuto viene dal Signore, che ha fatto cielo e terra. Non lascerà vacillare il tuo piede, non si addormenterà il tuo custode. Non si addormenterà, non prenderà sonno, il custode d'Israele. Il Signore è il tuo custode, il Signore è come ombra che ti copre, e sta alla tua destra.*

Nemmeno i demoni si riposano, cercando la nostra perdizione: *Il vostro nemico, il diavolo, come leone ruggente va in giro, cercando chi divorare* (1 Pt 5, 8)

Le regole date da Sant'Ignazio e di cui parleremo, sono un'arma molto preziosa e indispensabile **per il discernimento degli spiriti**. Non è perché il Santo di Loyola ha scritto qualcosa di nuovo - quello che ci insegna è presente in molti altri autori spirituali -, ma queste regole sono esposte in un compendio, sintetico e di facile comprensione.

Anche se è importante conoscere queste regole - e conoscerle bene - questo non significa che conoscendole perfettamente si possa già dire che si ha un grande discernimento di spirito. In primo luogo, perché **una cosa è il livello intellettuale e un'altra è il livello pratico**.

Si può conoscere bene un principio e non saperlo applicare a questo o quel caso concreto. **Per questo è necessaria l'esperienza**, e molte volte è necessario consultare un prudente direttore spirituale esperto in queste materie.

### **Il titolo**

1. **Regole:** sono norme fondamentalmente pratiche; la teoria è minima: quel tanto che basta per comprendere meglio i diversi spiriti e discernarli. Si impara a discernere nella pratica, nella esperienza: per mezzo della preghiera, nello studio, nella propria esperienza spirituale nella disciplina, rimuovendo gli ostacoli della propria natura, ecc.
2. **Per sentire e conoscere:** per sentire indica che mirano a fare acquisire coscienza; si danno diversi movimenti nell'anima, ma capita che molte volte non sono avvertiti: non prendiamo coscienza delle mozioni divine o non ci rendiamo conto dell'azione tentatrice del diavolo. Conoscerle indica che già si cerca di ottenere una conoscenza adeguata, risalendo alle loro cause, alla loro origine, alla loro struttura psicologica.
3. **In qualche modo:** per conoscere i diversi spiriti non bastano queste sole regole; Sant'Ignazio ne indicherà altre per la seconda settimana, e indicherà anche altre regole per il problema degli scrupoli, ecc.
4. **Le varie mozioni:** Le mozioni sono inclinazioni, insinuazioni, luci, idee, tristezze, allegrie, desideri, gusti, paure, rifiuti, etc, che si sperimentano nell'anima, tanto nell'intelligenza, come nella volontà e nell'affettività sensibile.

Tutte queste mozioni possono ricondursi a due cause che S. Ignazio chiama: il buon spirito e lo spirito cattivo: *il buon spirito*. È principalmente Dio che agisce tramite i suoi angeli; *il cattivo spirito*. È il demone che può infastidire la nostra natura caduta e debole.

5. **Le buone per riceverle e le cattive per respingerle.**

6. **Sono più proprie della prima settimana:** cioè per i principianti, tanto negli esercizi come nella vita spirituale; o semplicemente quando le tentazioni sono grossolane e più simili a quelle che si verificano nella prima settimana.

**[314] Prima regola.** *A coloro che passano da un peccato mortale all'altro, il demonio è comunemente solito proporre piaceri apparenti, facendo loro immaginare dilette e piaceri sensuali, per meglio mantenerli e farli crescere nei loro vizii e peccati. Con questi, lo spirito buono usa il metodo opposto, stimolando al rimorso la loro coscienza con il giudizio della ragione.*

a) Il cattivo spirito: - propone piaceri sensuali - fine: conservarlo e farlo crescere nel vizio

b) Lo spirito buono:

-punge la coscienza con rimorsi.

-fine: che l'anima reagisca e si converta .

-il rimorso: è un segno di salute spirituale (è segno di vita, come un pesce tolto dall'acqua che si agita perché sa che sta morendo e salta per ritornare nell'acqua); è una reazione dell'anima che non vuole morire o rimanere nella morte. È' un dono di Dio.

**[315] Seconda regola.** *In coloro che si impegnano a purificarsi dai propri peccati e che procedono di bene in meglio nel servizio di Dio nostro Signore, avviene il contrario della prima regola. In questo caso, infatti, è proprio dello spirito cattivo rimordere, rattristare, porre difficoltà e turbare con false ragioni, per impedire di andare avanti; invece è proprio dello spirito buono dare coraggio ed energie, consolazioni e lacrime, ispirazioni e serenità, diminuendo e rimuovendo ogni difficoltà, per andare avanti nella via del bene.*

In coloro che si impegnano a purificarsi dai propri peccati succede il contrario rispetto alla regola precedente:

a) Il cattivo spirito: -morde con scrupoli -rattrista con desolazioni - mette ostacoli

-inquieto con false ragioni. Il tema delle false ragioni è molto importante, perché il demone è maestro dell'inganno e della bugia, è un sofista. Sant'Ignazio racconta nella sua Autobiografia che a Manresa, mentre faceva molta penitenza, il cattivo spirito gli disse: "E come potrai resistere a questo tipo di vita per 70 anni? Il santo rispose allora: "Miserabile! puoi promettermi tu forse anche un'ora sola di vita"? E la tentazione sparì.

b) Il buon spirito: -infonde coraggio -consola -ispira quiete -toglie gli ostacoli

**[316] Terza regola: la consolazione spirituale.** *Per consolazione si intende il prodursi di uno stimolo interiore, per cui l'anima si infiamma di amore per il suo Creatore e Signore, ragione per cui non può amare alcuna delle realtà di questo mondo in se stesse, ma solo nel Creatore di tutte; così pure quando uno versa lacrime che lo portano all'amore del Signore, o per il dolore dei propri peccati, o per la Passione di Cristo nostro Signore, o per altri motivi che siano direttamente ordinati al suo servizio e alla sua lode. Infine, per consolazione si intende ogni aumento di speranza, fede e carità, e ogni gioia interiore*

*che stimola e attrae alle realtà celesti e alla salvezza dell'anima, dandole tranquillità e pace nel suo Creatore e Signore.*

a) È una **mozione interiore** ma non qualcosa che venga dall'esterno, né un'allegria esteriore, né carnale né sensuale. Ha due effetti: infiamma d'amore di Dio, e fa che l'anima non possa volere alcuna creatura della Terra se non per amore di Dio.

b) **si manifesta in modi diversi** come: sereno dolore e lacrime per i peccati, lacrime e dolore puro per la Passione di Cristo, qualsiasi aumento delle virtù teologali (fede, speranza e carità), intima gioia per le cose celestiali, quiete e pace interiore.

c) È direttamente **ordinata al servizio e alla lode di Dio**. Ci conduce dunque in linea retta verso Dio; non è qualcosa di tortuoso, né confuso, non devia in entrata né oltre il servizio di Dio.

**[317] Quarta regola: la desolazione spirituale.** *Si intende per desolazione tutto il contrario della terza regola, per esempio l'oscurità dell'anima, il turbamento intimo, lo stimolo verso le cose basse e terrene, l'inquietudine dovuta a diverse agitazioni e tentazioni: così l'anima s'inclina alla sfiducia, è senza speranza e senza amore, e si ritrova pigra, tiepida, triste e come separata dal suo Creatore e Signore. Infatti, come la consolazione è contraria alla desolazione, così i pensieri che sorgono dalla consolazione sono contrari a quelli che sorgono dalla desolazione.*

È il contrario della consolazione: è una mozione che **opprime e paralizza lo spirito**.

Si può **manifestare** come: oscurità dell'anima, turbamento, inclinazione alle cose basse, terrene, alla famiglia, alla casa, verso il mio paese d'origine, il buon cibo che mangiavo, gli amici, quando ci sembra che prima stavamo meglio, che stiamo indietreggiando, etc... (sono tutte tentazioni). Inquietudine, dubbi. Sfiducia. Pigrizia, tiepidezza interiore. Tristezza; sensazione di abbandono.

**[318] Quinta regola.** *Nel tempo della desolazione non bisogna mai fare cambiamenti, ma rimanere saldi e costanti nei propositi e nella decisione in cui si era nel giorno precedente a quella desolazione, o nella decisione presa nel tempo della consolazione precedente. Infatti, come lo spirito buono ci guida e ci consiglia soprattutto nella consolazione, così lo spirito cattivo fa lo stesso nella desolazione, e con i suoi consigli noi non possiamo prendere la strada giusta.*

Non fare dei cambiamenti, dei mutamenti, perché chi ci consiglia è il cattivo spirito.

Nella desolazione i consigli vengono fundamentalmente dal cattivo spirito, e pertanto non dobbiamo seguirli. Per questo motivo non bisogna cambiare i propositi precedenti. La desolazione è una cattiva consigliera (anzi pessima).

E' assai utile leggere l'Imitazione di Cristo del Kempis: *Figlio, ancora non sei forte e saggio nell'amore. - Perché, o Signore? - Perché, per una piccola contrarietà, lasci la strada intrapresa e troppo avidamente cerchi consolazione. Chi è forte nell'amore, regge alle tentazioni e non crede alla suadente furbizia del nemico. Come gli sono caro nella prosperità, così gli sono caro nelle avversità.* (III, 6)

**[319] Sesta regola.** *Durante la desolazione non dobbiamo cambiare i propositi precedenti; è però assai salutare reagire intensamente contro la stessa desolazione, per esempio insistendo di più nella preghiera e nella meditazione, prolungando gli esami di coscienza e aggiungendo qualche forma conveniente di penitenza.*

In tempo di desolazione l'unico cambiamento utile è agire contro la stessa desolazione: nelle tentazioni, invece di cambiare, devo essere più generoso, l'ora di meditazione invece

di accorciarla, allungarla... agire contro («*Agere contra*» diceva Sant' Ignazio). Come Gesù nell'Orto degli ulivi: pregava con più insistenza (Lc 22, 43). Sant' Ignazio segnala alcuni esercizi nei quali possiamo usare questa tattica:

- a) **Insistere di più nell'orazione**, cosa che non è facile nella desolazione.
- b) **Esaminarsi molto**: cioè investigare le cause per vedere da dove viene la desolazione. Per questo vedremo poi la 9ª regola.
- c) **Essere più generosi** nel fare qualche penitenza conveniente.

**[320] Settima regola.** *Chi si trova in desolazione, consideri che il Signore, per provarlo, lo ha lasciato alle sue forze naturali perché resista alle diverse agitazioni e tentazioni del demonio; e può riuscirci con l'aiuto di Dio che gli rimane sempre anche se non lo sente chiaramente. È vero, infatti, che il Signore gli ha sottratto il molto fervore, il grande amore e la grazia abbondante; però gli ha lasciato la grazia sufficiente per la salvezza eterna.*

Questa è la **retta nozione della desolazione** e il santo ci dice il motivo per il quale Dio la permette: in definitiva è per il nostro bene e per la nostra utilità spirituale.

Due cose fanno l'uomo pusillanime: la persuasione della sua impotenza (non possiamo, siamo incapaci, questo mi supera...) ed il credere che Dio ci abbia abbandonato; queste tentazioni appaiono entrambe in tempo di desolazione. Per quel motivo Sant' Ignazio ci ricorda tre cose:

- a) **È una prova.** Non è un abbandono. “Perché eri accetto a Dio, per quel motivo sei stato tentato” (Gb 12,13).
- b) **Dio ci lascia apparentemente soli** affinché resistiamo.
- c) **Quello che Dio ci toglie è il fervore sensibile**; ma la grazia necessaria per resistere non consiste in questo. Questa non ci manca mai (a meno che sia per colpa nostra): “*Dio è fedele e non permetterà che siate tentati oltre le vostre forze, ma con la tentazione vi darà anche la via d'uscita e la forza per sopportarla.*” (1 Cor 10,13).

**[321] Ottava regola.** *Chi si trova nella desolazione si sforzi di conservare la pazienza, che si oppone alle sofferenze che patisce; e pensi che presto sarà consolato, se si impegna con ogni diligenza contro quella desolazione, come è detto nella sesta regola.*

Pensare che la **desolazione è passeggera**.

È l'ultimo segreto nella tattica spirituale contro la desolazione: pazienza.

Il demonio cerca di portare allo scoraggiamento e alla disperazione, ad abbassare la guardia, a pensare che non possiamo resistere più. Appaiono qui le tentazioni sul futuro: come resisterò tanto tempo...tutta la vita?

Contro questo, Sant' Ignazio ci fa pensare, ricordare, che presto saremo consolati: alla desolazione presto segue la consolazione e viceversa.

**[322] Nona regola.** *I motivi principali per cui ci troviamo desolati sono tre: il primo, perché siamo tiepidi, pigri o negligenti nelle pratiche spirituali, e così la consolazione spirituale si allontana per colpa nostra; il secondo, perché il Signore vuole provare quanto valiamo e quanto andiamo avanti nel suo servizio e nella sua lode, anche senza un'abbondante elargizione di consolazioni e di grandi grazie; il terzo, perché sappiamo con certezza e ci convinciamo, così da sentirlo internamente, che non dipende da noi acquistare o conservare una grande devozione, un intenso amore, le lacrime o alcun'altra consolazione*

*spirituale, ma che tutto è dono e grazia di Dio nostro Signore; ossia perché non facciamo il nido in casa d'altri, elevando la mente a superbia o vanagloria con l'attribuire a noi stessi la devozione o altre forme della consolazione spirituale.*

**Motivi principali della desolazione:** Si devono cercare le cause di essa. Queste possono essere tre:

a) **La nostra tiepidezza, pigrizia o negligenza nelle cose spirituali:** La consolazione si allontana a volte per la nostra mancanza d'impegno nella vita spirituale, specialmente nell'orazione e nella penitenza. Vedere se viene da qui, perché il rimedio alla desolazione sta anche nell'operare contro questa pigrizia e tiepidezza.

b) **Per provare la misura del nostro amore e servizio.** Vedere fino a che punto siamo disposti a lavorare per Dio. Solo per lo stipendio di consolazione? Ci dobbiamo domandare come santa Teresa se sto cercando le consolazioni di Dio o il Dio delle consolazioni. Se cerco solo Dio, sia stando in consolazione come in desolazione le cose non cambieranno... Ma se cerchiamo le consolazioni, allora, tolte queste, crolla tutto il nostro amore verso Dio.

c) **Per farci vedere che le consolazioni non dipendono da noi ma sono dono di Dio.** Dio ci fa capire che non possiamo causarle quando vogliamo. Per questo motivo, in questo modo, Dio ci umilia, ci fa riconoscere i Suoi doni come tali, e ci fa chiederglieli e riceverli con umiltà.

**[323] Decima regola.** *Chi si trova nella consolazione, pensi come si comporterà nella desolazione che in seguito verrà, preparando nuove forze per allora.*

**Analogia della luce.**

Prima di tutto non dobbiamo immaginare che la consolazione debba essere permanente, né dovremmo soffermarci su di essa come nel riposo definitivo, ma dobbiamo prepararci, come il giorno segue la notte e la notte segue il giorno.

Così Nostro Signore agli stessi tre apostoli - Pietro, Giacomo e Giovanni - che li consolò sul monte Tabor, poi li mise alla prova nel Getsemani, dove sfortunatamente non resistettero e si addormentarono.

**[324] Undicesima regola.** *Chi è consolato, procuri di umiliarsi e di abbassarsi quanto può, pensando quanto poco vale nel tempo della desolazione senza quella grazia di consolazione. Invece chi si trova nella desolazione pensi che può fare molto con la grazia di Dio, che è sufficiente per resistere a tutti gli avversari, e con la forza che riceve dal suo Creatore e Signore.*

Nella consolazione dobbiamo umiliarci per quanto possiamo, riconoscendo che non ti tocca a noi averla o non ma è puro dono di Dio.

*“Quando, dunque, Dio ti dà una consolazione spirituale, accoglila con gratitudine. Ma comprendi bene che si tratta di un dono che ti viene da Dio, non di qualcosa che risponda a un tuo merito, per tale dono non devi gonfiarti o esaltarti né presumere vanamente di te; al contrario, per tale dono, devi farti più umile, più prudente e più timorato in tutte le tue azioni, giacché passerà quel momento e verrà poi la tentazione”* (Imitazione di Cristo, II, 9).

**Regole 12° a 14°: Sono le tattiche del demonio.**

Indica Sant'Ignazio **tre tattiche fondamentali che usa il demonio.** Il diavolo è un essere spirituale, intelligente, ma non è molto creativo; si ripete con monotonia. Ha varie

forme di tentare, ma queste sono chiaramente identificate e chiarificate dai santi. Tutte le sue varianti si riducono a tre:

**[325] Dodicesima regola.** *Il demonio si comporta come una donna, perché per natura è debole ma vuole sembrare forte. Infatti è proprio di una donna perdersi d'animo quando litiga con un uomo, e fuggire se l'uomo le si oppone con fermezza; se invece l'uomo incomincia a fuggire e a perdersi d'animo, crescono smisuratamente l'ira, lo spirito vendicativo e la ferocia della donna. Allo stesso modo è proprio del demonio indebolirsi e perdersi d'animo, e quindi allontanare le tentazioni, quando chi si esercita nella vita spirituale si oppone ad esse con fermezza, agendo in modo diametralmente opposto; se invece chi si esercita incomincia a temere e a perdersi d'animo nel sostenere le tentazioni, non c'è al mondo una bestia così feroce come il nemico della natura umana nel perseguire con tanta malizia il suo dannato disegno.*

È dunque, forte coi deboli e debole coi forti; coraggioso coi codardi e codardo coi coraggiosi. “Sottomettetevi dunque a Dio; resistete al diavolo, ed egli fuggirà da voi” (Giac. 4,7).

Così lo ha espresso anche Sant'Agostino:

*“Prima della venuta di Cristo camminava il diavolo sciolto. Cristo, venendo, fece con lui quello che dice il Vangelo: legò al forte. Ma dirà qualcuno: se è legato, perché può ancora tanto? È verità, cari fratelli, che prevale molto, ma è ai tiepidi e ai negligenti ed a quanti non temono davvero a Dio ai quale domina. È legato come un cane alla catena, e non può mordere a nessuno se non a quel che con mortifera sicurezza li si avvicina. Considerate fratelli, quanto tonto è colui che si lascia mordere d'un cane legato alla catena. Tu non devi avvicinarti a lui spinto dal desiderio dai diletti ed avidità del secolo ed egli non oserà avvicinarsi a te. Può abbaiare, può sollecitare; ma non può mordere se non a colui che si lascia. Perché non danneggia forzando bensì persuadendo; né ci strappa il consenso, ma ce lo chiede?” (Sermone 197; ML 39,1820).*

**Il diavolo fa finta di essere forte e promette quel che non compie, è un infelice.**

Abbaglia, minaccia, cerca d'infondere timore però è un deboluccio tremendo. È il burattino di Dio, una povera marionetta.

Allora imparare a non averli timore, non ci può fare nulla. Dobbiamo mostrarli fermezza e respingerlo con forza.

**[326] Tredicesima regola.** *Così pure il demonio si comporta come un frivolo corteggiatore che vuole rimanere nascosto e non essere scoperto. Infatti un uomo frivolo, che con discorsi maliziosi circonda la figlia di un buon padre o la moglie di un buon marito, vuole che le sue parole e le sue lusinghe rimangano nascoste; è invece molto contrariato quando la figlia rivela le sue parole licenziose e il suo disegno perverso al padre, o la moglie al marito, perché capisce facilmente che non potrà riuscire nell'impresa iniziata. Allo stesso modo, quando il nemico della natura umana presenta a una persona retta le sue astuzie e le sue lusinghe, vuole e desidera che queste siano accolte e mantenute segrete; ma quando essa le manifesta a un buon confessore o ad altra persona spirituale che conosca gli inganni e le malizie del demonio, questi ne è molto indispettito; infatti capisce che non potrà riuscire nella malizia iniziata, dato che i suoi evidenti inganni sono stati scoperti.*

Attua il demonio come un vano innamorato.

Il demonio lavora nel segreto, nel buio, di nascosto. Ed il suo lavoro ha forza mentre si mantiene nel silenzio, cioè, mentre l'anima non manifesta a chi può aiutarla quel che li sta accadendo.

Allora fatte attenzione: aprire il cuore sia al confessore, sia al padre spirituale, è per il vostro bene. Al padre spirituale non è che li fate un favore aprendolo o un dispetto non facendolo. Il male o il bene è recato alla stessa anima.

**[327] Quattordicesima regola.** *Così pure il demonio si comporta come un condottiero che vuole vincere e fare bottino. Infatti un capitano, che è capo di un esercito, pianta il campo ed esamina le difese o la disposizione di un castello, e poi lo attacca dalla parte più debole. Allo stesso modo il nemico della natura umana ci gira attorno ed esamina tutte le nostre virtù teologali, cardinali e morali, e poi ci attacca e cerca di prenderci dove ci trova più deboli e più sprovveduti per la nostra salvezza eterna.*

Il demonio si fa **come un condottiero**, come un comandante che ci attacca e attacca provandoci. Tentare è provare. Il demonio prova e prova per vedere dove c'è la parte più debole in noi.

Non ci tenta a tutti per lo stesso lato. Eva cadde per la superbia, Caino per l'invidia, Salomone per la lussuria, Giuda per l'avarizia, Pietro per il rispetto umano, il figlio prodigo per l'affanno d'una libertà che ubriaca e rovina.

Il demonio studia il nostro difetto dominante, e trae vantaggio da esso.

Non ci attacca per il primo luogo che li viene in mente ma ci studia, ci esercita, ci fa dei test, per dopo attaccarci con possibilità di successo.

Noi dobbiamo affrettarci e lavorare prima che lui ci colpisca. Studiarci, conoscerci e vincerci prima che ci vinca lui. Pensate quanto siano vere le parole di San Pietro: *“Il vostro nemico, il diavolo, come leone ruggente va in giro, cercando chi divorare”* (1 Pt 5, 8).

Esaminare se stessi secondo il proprio temperamento, il carattere, i peccati del passato, le inclinazioni e i gusti, gli attaccamenti o i disturbi, per quanto piccoli. Non trascurare nulla, e avere grande fiducia in Dio.