

IL
DISCERNIMENTO
SPIRITUALE

premesse

**il nostro discorso
si inquadra
in un percorso di
formazione
di vari anni**

percorso formativo

1. “guardare”

2. “osservare”

3. → “discernere”

4. “animare”

**formazione
rivolta a
operatori
caritas**

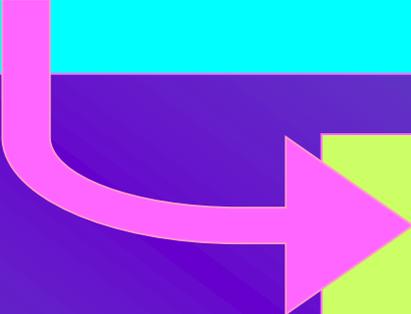


caritas = AMORE

NO filantropico

SI “Divino”

L'Amore è concreto !!



L'Amore
mostratoci da
Gesù



L'Amore al
quale siamo
chiamati

*"Come io ho amato voi, così amatevi
anche voi gli uni gli altri" (Gv 13,34);*

**"Questo amore non può che
essere concreto e visibile, effettivo
e non semplicemente affettivo,
operativo e pratico
e non solo intimo e inespresso.
(FC p.58)**

"Non **amiamo** a parole, né con la lingua, ma **con i fatti e nella verità** (*in opere et veritate*)"

(1Gv 3,18)

**il brano di
Matteo 25,31-46**

³⁴ Allora il re dirà a quelli che saranno alla sua destra:
«Venite, benedetti del Padre mio, ricevete in eredità il
regno preparato per voi fin dalla creazione del mondo,³⁵
**perché ho avuto fame e mi avete dato da mangiare, ho
avuto sete e mi avete dato da bere, ero straniero e mi
avete accolto,³⁶ nudo e mi avete vestito, malato e mi
avete visitato, ero in carcere e siete venuti a trovarmi».**³⁷

Allora i giusti gli risponderanno: «Signore, quando ti
abbiamo visto affamato e ti abbiamo dato da mangiare, o
assetato e ti abbiamo dato da bere?³⁸ Quando mai ti
abbiamo visto straniero e ti abbiamo accolto, o nudo e ti
abbiamo vestito?³⁹ Quando mai ti abbiamo visto malato o
in carcere e siamo venuti a visitarti?». ⁴⁰ E il re risponderà
loro: **«In verità io vi dico: tutto quello che avete fatto a
uno solo di questi miei fratelli più piccoli,
l'avete fatto a me».**

**l'amore CONCRETO
sarà il nostro
discrimine fra
una vita realizzata
e una vita fallita**



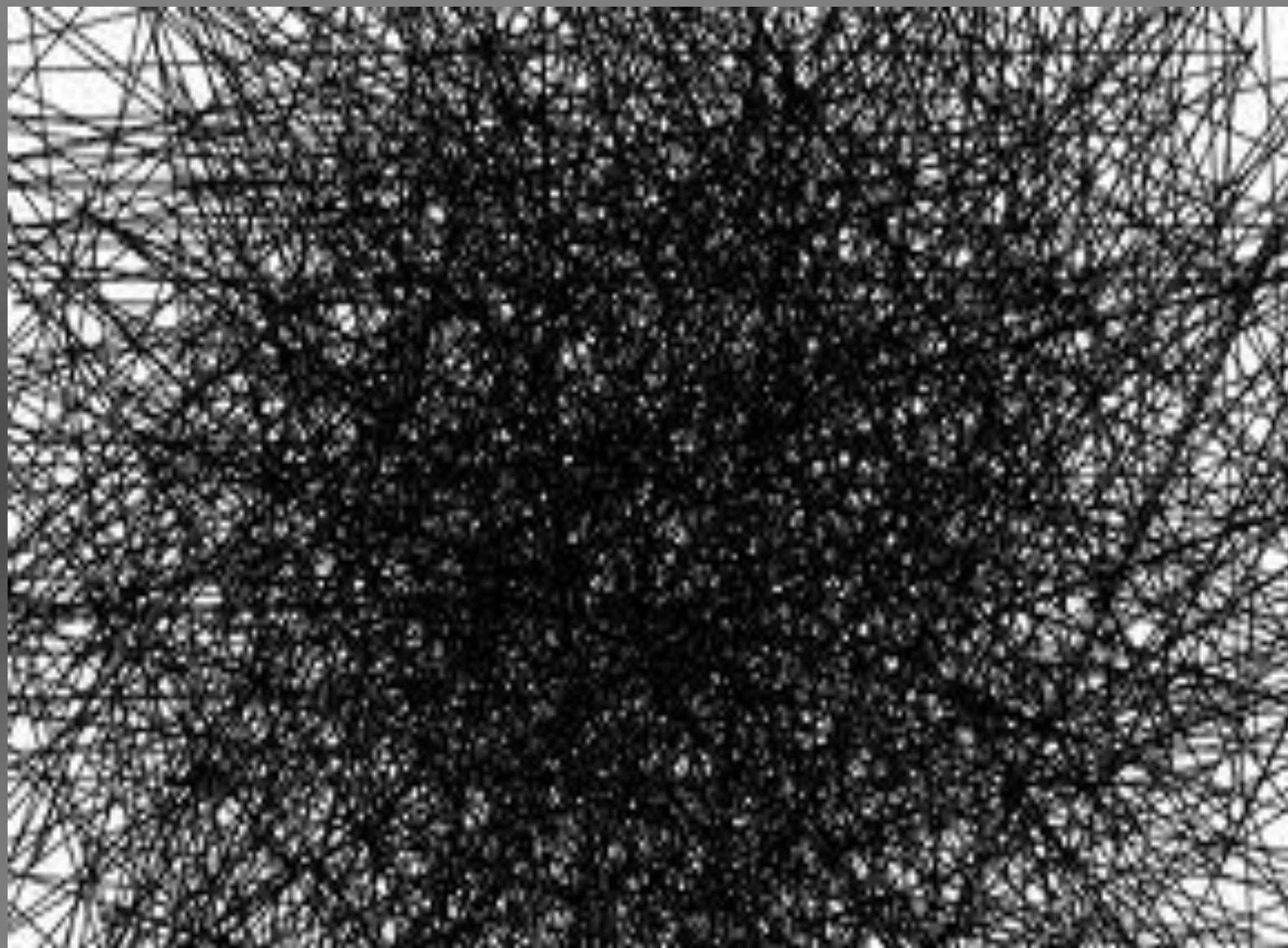
**in quest'ottica di
'senso pratico'
vediamo di capire
che cos'è il
discernimento...**

DISCERNIMENTO

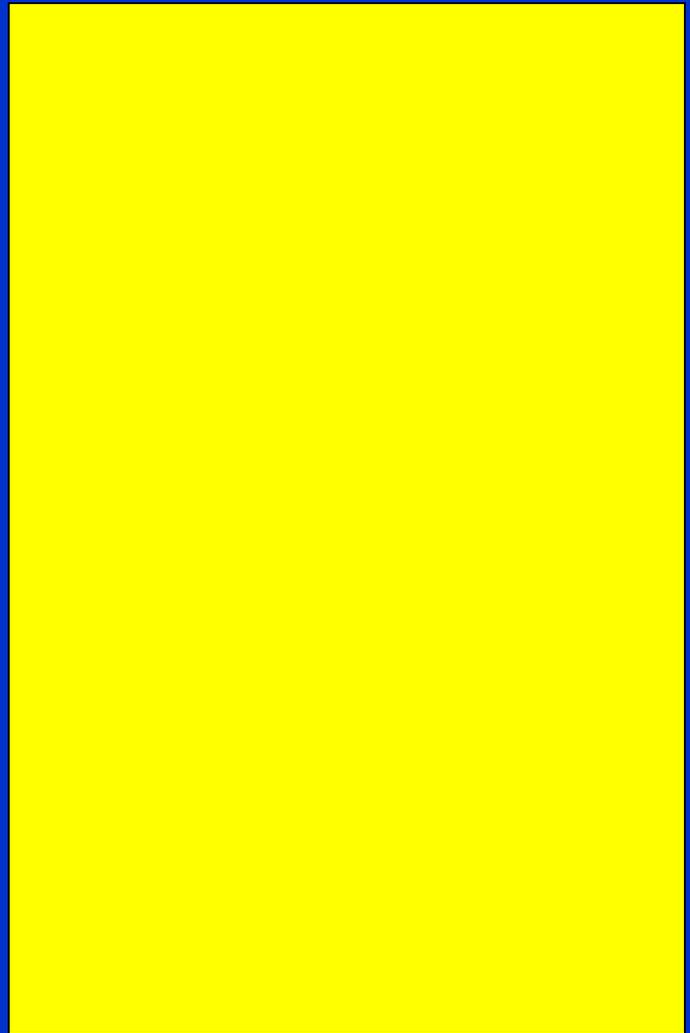
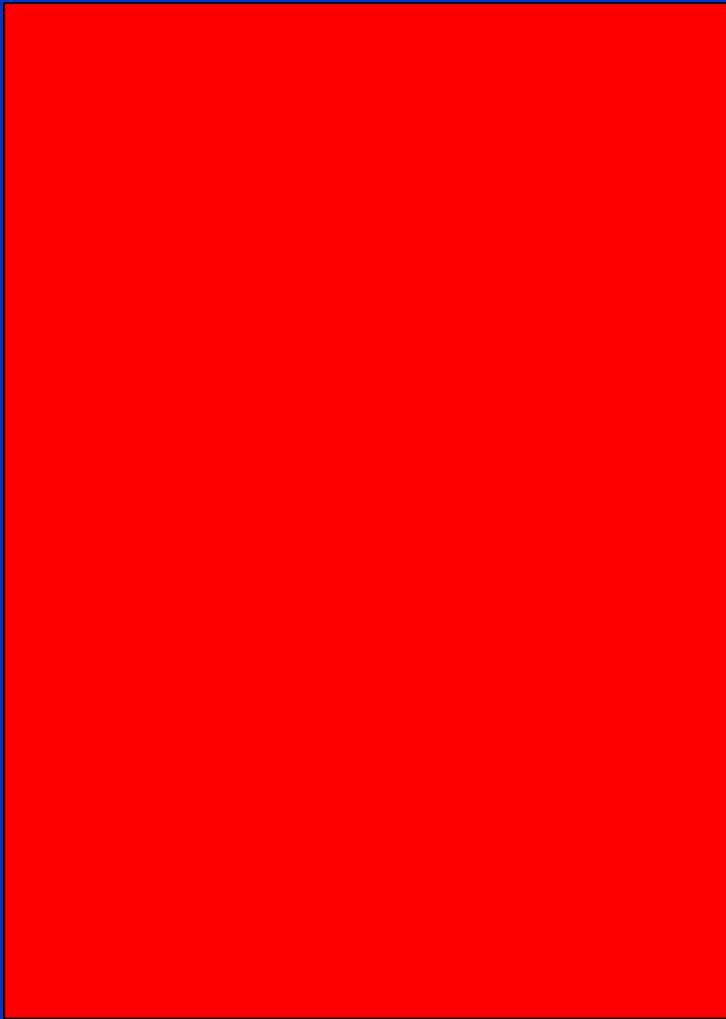


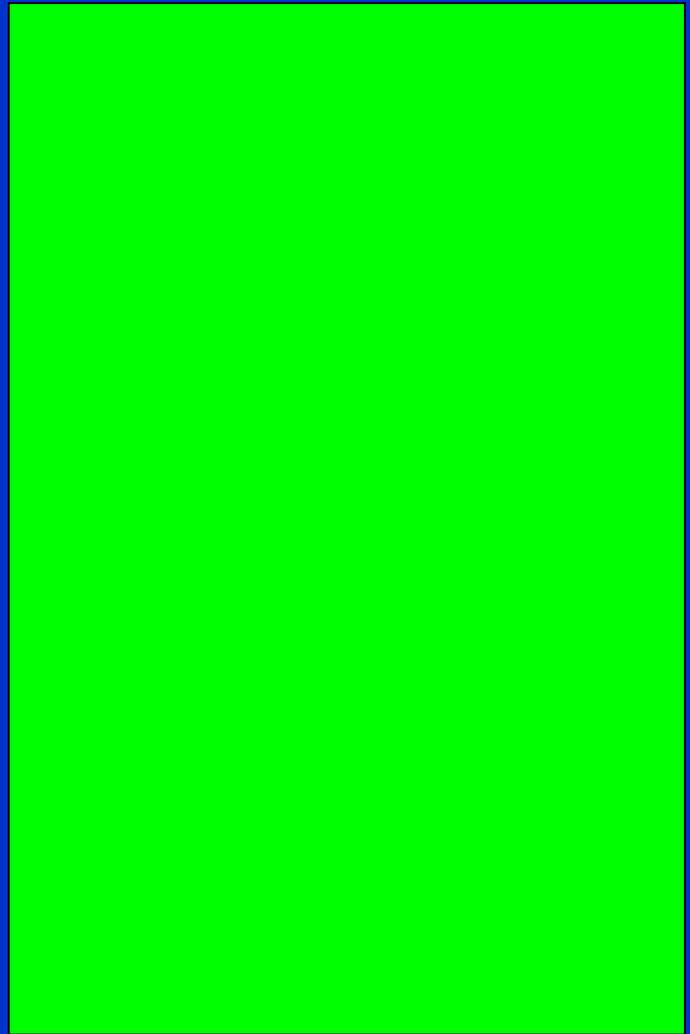
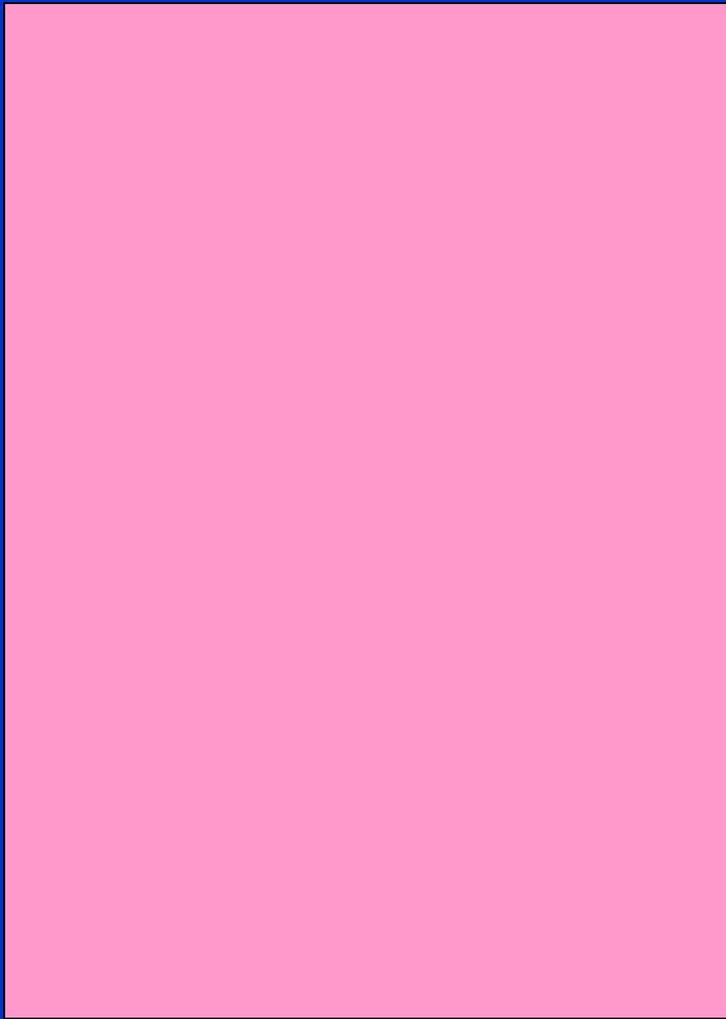
esperimento

1









considerazioni

e

distinzioni

abbiamo esercitato

discernimento cognitivo

E' un
“discernimento basilare”
una capacità originaria
che è un dono di Dio
dato a tutti

**che ritroviamo nel brano
della Genesi**

Genesi 1,1-4

¹ In principio Dio creò il cielo e la terra.

² Ora la terra era informe e deserta e le tenebre ricoprivano l'abisso e lo spirito di Dio aleggiava sulle acque.

³ Dio disse: «Sia la luce!». E la luce fu.

⁴ Dio vide che la luce era cosa buona e separò la luce dalle tenebre ⁵ e chiamò la luce giorno e le tenebre notte.

E fu sera e fu mattina: primo giorno

caos

Confusione =

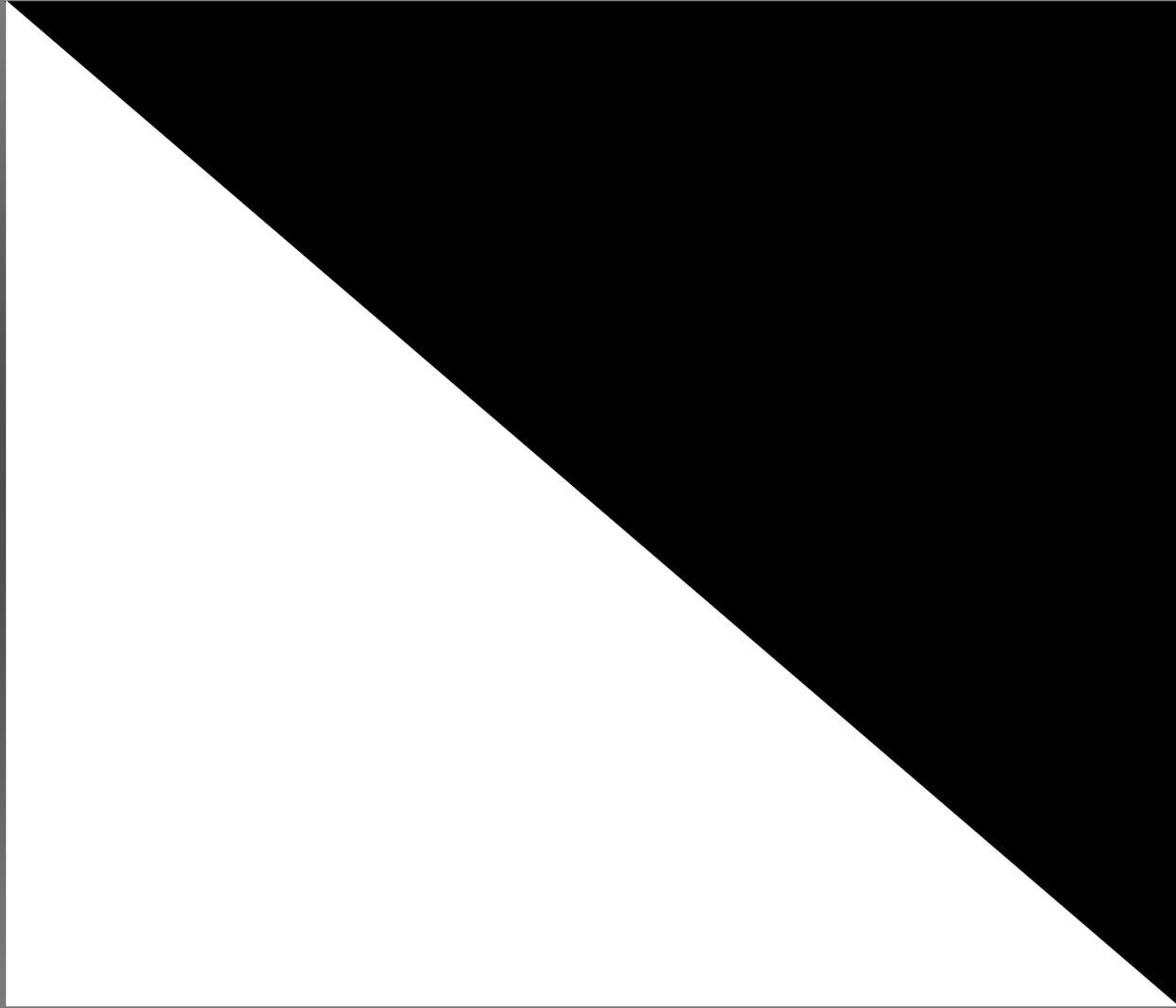
non rende possibile la vita

**... e fu la
LUCE**

E vide che era cosa buona

Separò

LUCE - TENEBRE



“chiarezza”

**Che mi permette
di distinguere le cose**

**ma possiamo capire
qualcos'altro
sul discernimento
facendo un altro...**

esperimento

2

(vedi altro pwp allegato)

considerazioni

e

distinzioni

abbiamo esercitato

discernimento emotivo

**questi esperimenti
ci permettono di definire
almeno in parte
che cos'è il discernimento...**

DISCERNIMENTO



Discernimento

Discernere = in italiano distinguere, separare, passare al vaglio, esaminare un complesso di varie componenti

Dal latino **dis-cernere** = guardare in modo da mettere (giusta) distanza, o fare distinzione tra gli elementi

**ma se vogliamo
puntualizzare
cosa è
discernimento
spirituale...**

discernimento spirituale

ARTE

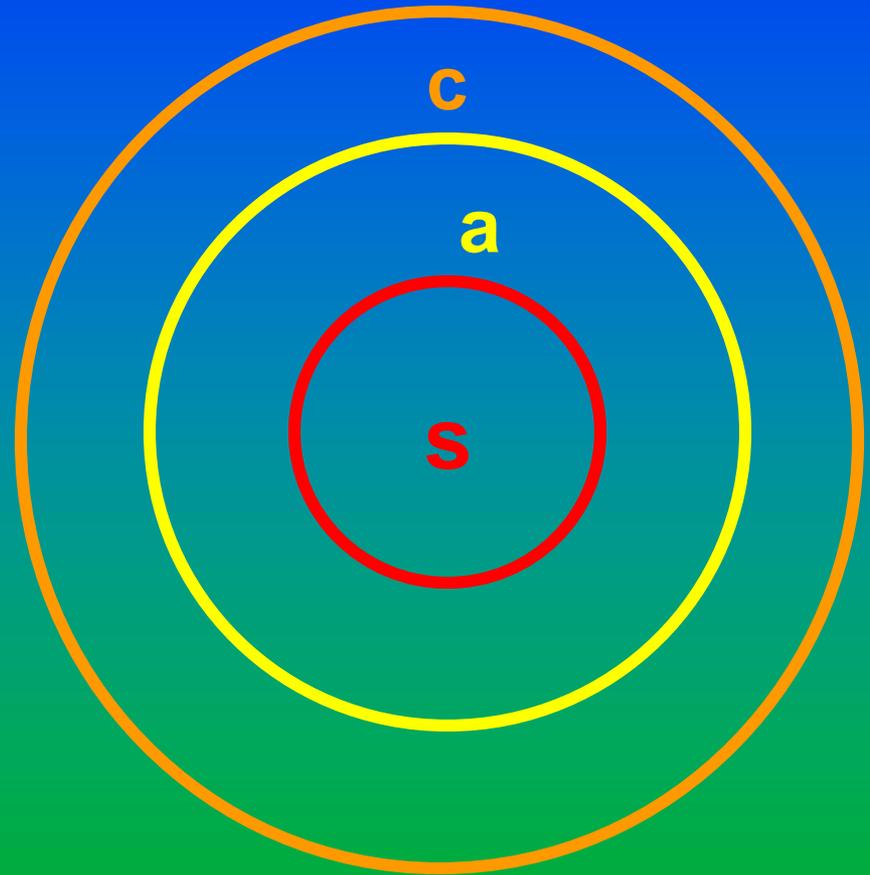
**di percepire, distinguere,
saper valutare e scegliere bene
per operare secondo
la volontà di Dio**

**per poter capire il
discernimento
spirituale
occorre vedere
come siamo fatti...**

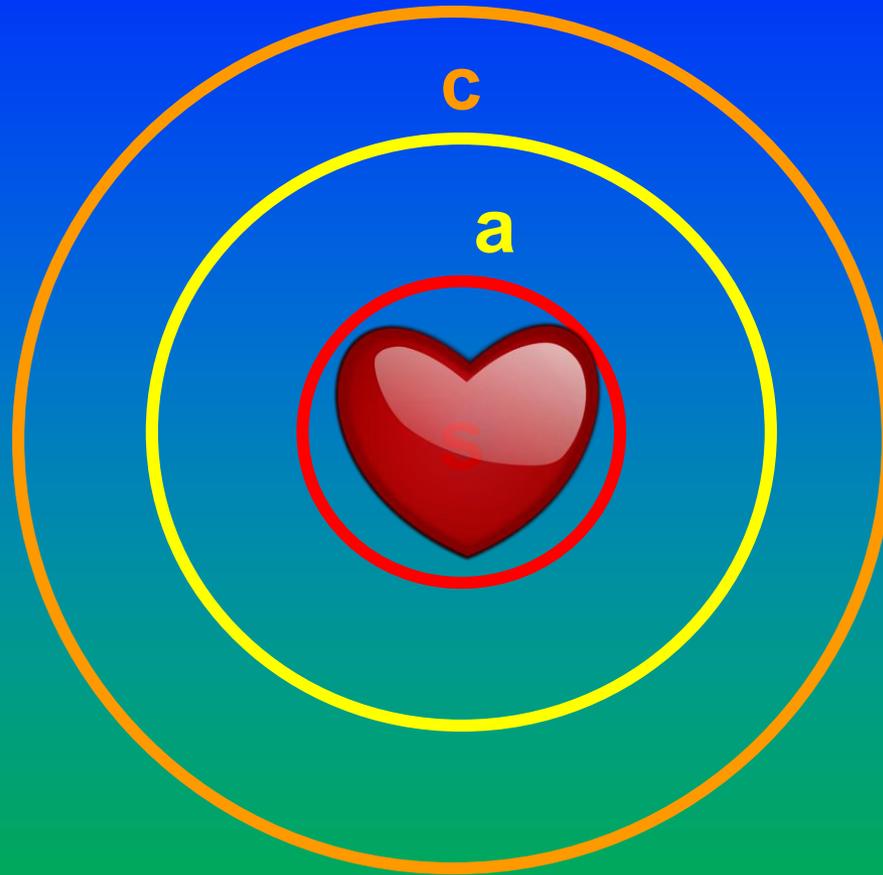
Come siamo fatti ?

**Il Dio della pace
vi santifichi interamente,
e tutta la vostra persona,
spirito, anima e corpo,
si conservi irreprensibile
per la venuta del Signore
nostro Gesù Cristo.**

(1Tess 5,23)



**il discernimento
spirituale
avviene nel “cuore”
di noi stessi
dove ABITA lo Spirito...**



Infatti lo Spirito abita in noi

Voi però non siete sotto il dominio della carne, ma dello Spirito, dal momento che **lo Spirito di Dio abita in voi**. Se qualcuno non ha lo Spirito di Cristo, non gli appartiene. (Rom 8,9)

Infatti lo Spirito abita in noi

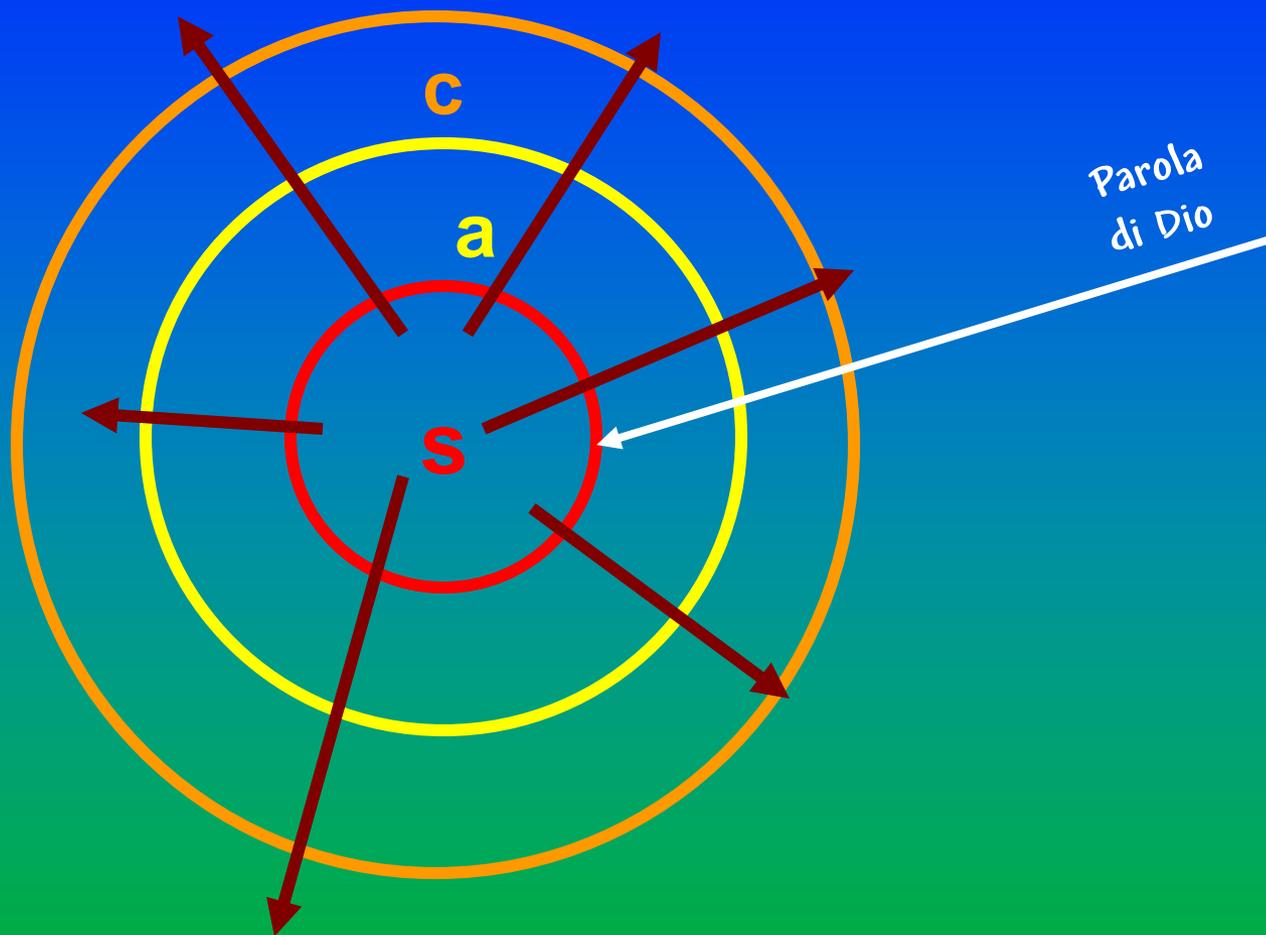
Infatti tutti quelli che sono guidati dallo Spirito di Dio, questi sono figli di Dio. E voi non avete ricevuto uno spirito da schiavi per ricadere nella paura, ma **avete ricevuto lo Spirito** che rende figli adottivi, per mezzo del quale gridiamo: «Abbà! Padre!». Lo Spirito stesso, insieme al nostro spirito, attesta che siamo figli di Dio. (Rom 8,14-16)

Infatti lo Spirito abita in noi

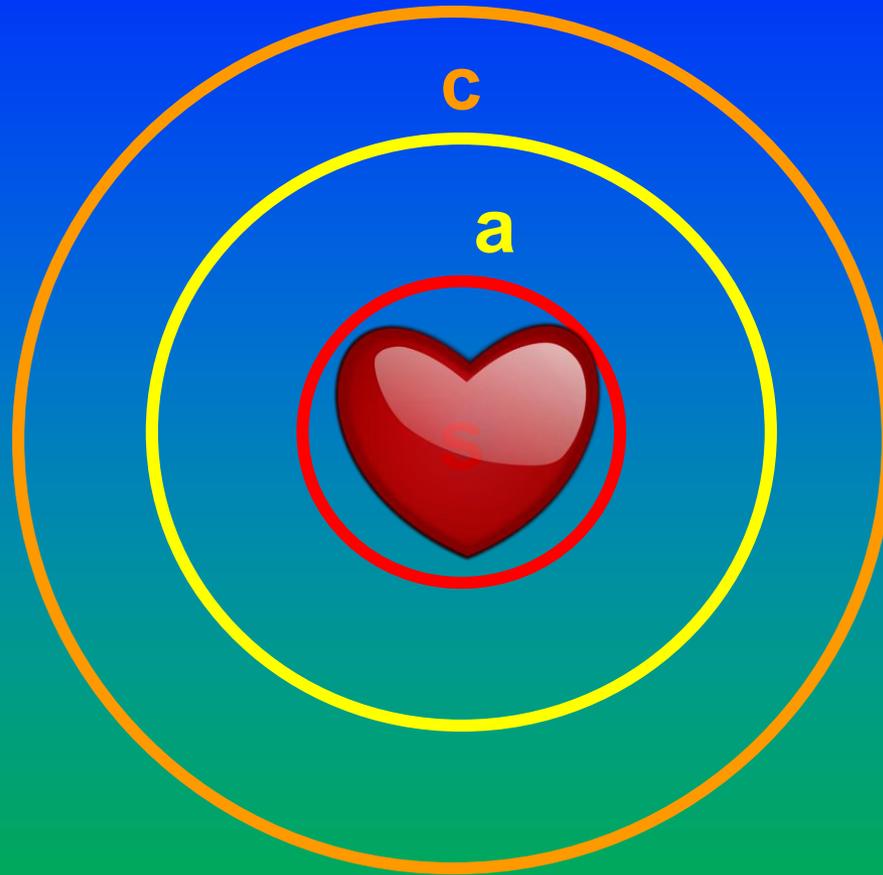
E Infatti la **parola di Dio** è viva, efficace e più tagliente di ogni spada a doppio taglio; essa penetra fino al punto di divisione dell'anima e dello spirito, fino alle giunture e alle midolla, e discerne i sentimenti e i pensieri del cuore.

(Ebr 4,12)

discernimento SPIRITUALE



**il discernimento è
spirituale
perché riguarda il
“luogo” ove il nostro
spirito è in contatto con
lo Spirito Santo...**



**ma passiamo
ad un'altra
caratterizzazione
del nostro discorso**

Il discernimento spirituale o degli spiriti

per comprenderlo
occorre
partire dall'esperienza
di Ignazio di Loyola



Loyola

Pamplona

Manresa



Loyola

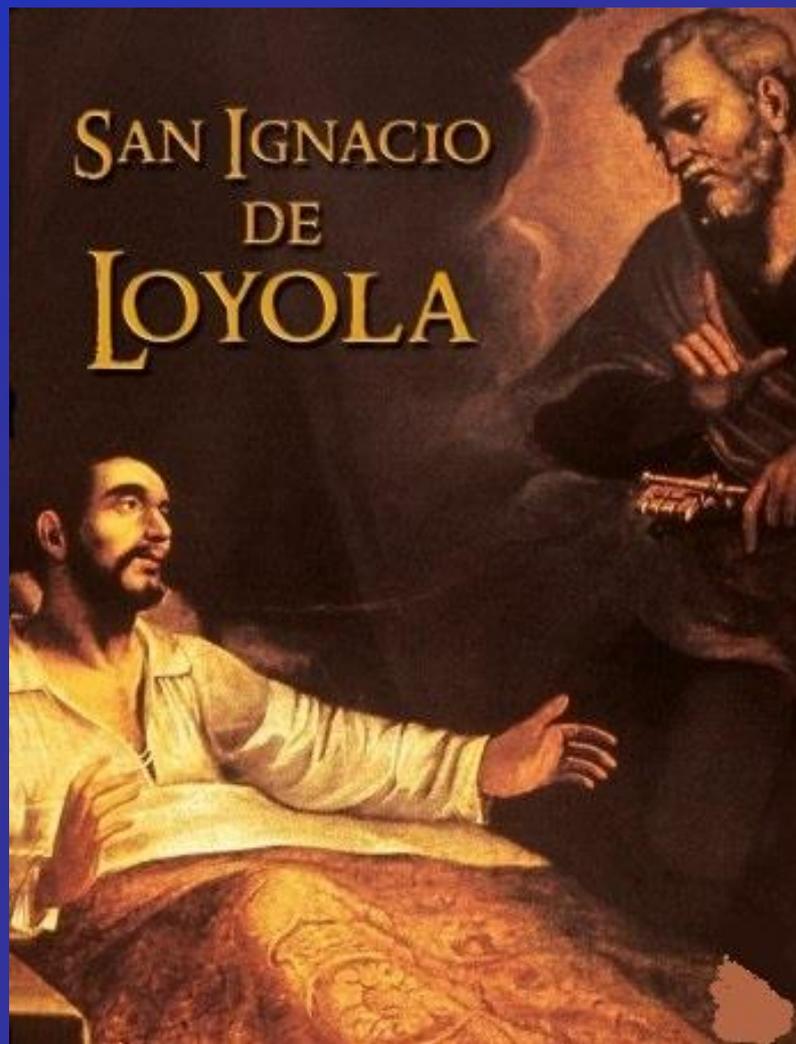




Ignazio ferito a Pamplona



Ignazio salvato da morte a Loyola



autobiografia (n. 5)

...Il pellegrino... andò migliorando a tal punto che si trovò completamente ristabilito. Solo che non poteva reggersi bene sulla gamba e doveva per forza stare a letto.

Poiché era un appassionato lettore di quei libri mondani e frivoli, comunemente chiamati romanzi di cavalleria, sentendosi ormai in forze ne chiese qualcuno per passare il tempo. Ma di quelli che era solito leggere, in quella casa non se ne trovarono. Così gli diedero una Vita di Cristo e un libro di vite di santi in spagnolo

autobiografia (n.6)

Percorrendo più volte quelle pagine restava preso da ciò che vi si narrava. Ma quando smetteva di leggere talora si soffermava a pensare alle cose che aveva letto, altre volte ritornava ai pensieri del mondo che prima gli erano abituali. Tra le molte vanità che gli si presentavano alla mente, un pensiero dominava il suo animo a tal punto che ne restava subito assorbito, indugiandovi come trasognato per due, tre o quattro ore: andava escogitando cosa potesse fare in servizio di una certa dama, di quali mezzi servirsi per raggiungere la città dove risiedeva; pensava le frasi cortesi, le parole che le avrebbe rivolto; sognava i fatti d'arme che avrebbe compiuto a suo servizio. In questi sogni restava così rapito che non badava all'impossibilità dell'impresa....

autobiografia (n.7)

... A questi pensieri ne succedevano altri, suggeriti dalle cose che leggeva. Così leggendo la vita di nostro Signore e dei santi si soffermava a pensare e a riflettere tra sé: "E se anch'io facessi quel che ha fatto san Francesco o san Domenico?". In questo modo passava in rassegna molte iniziative che trovava buone, e sempre proponeva a se stesso imprese difficili e grandi; e mentre se le proponeva gli sembrava di trovare dentro di sé le energie per poterle attuare con facilità. Tutto il suo ragionare era un ripetere a se stesso: san Domenico ha fatto questo, devo farlo anch'io; san Francesco ha fatto questo, devo farlo anch'io

autobiografia (n.7)

Anche queste riflessioni lo tenevano occupato molto tempo. Ma quando lo distraevano altre cose, riaffioravano i pensieri di mondo già ricordati, e pure in essi indugiava molto.

L'alternarsi di pensieri così diversi durò a lungo. Si trattasse di quelle gesta mondane che sognava di compiere, o di queste altre a servizio di Dio che gli si presentavano alla immaginazione, si tratteneva sempre sul pensiero ricorrente fino a tanto che, per stanchezza, lo abbandonava e s'applicava ad altro

autobiografia (n.8)

C'era però una differenza: pensando alle cose del mondo provava molto piacere, ma quando, per stanchezza, le abbandonava si sentiva vuoto e deluso.

Invece, andare a Gerusalemme a piedi nudi, non cibarsi che di erbe, praticare tutte le austerità che aveva conosciute abituali ai santi, erano pensieri che non solo lo consolavano mentre vi si soffermava, ma anche dopo averli abbandonati lo lasciavano soddisfatto e pieno di gioia.

autobiografia (n.8)

Allora non vi prestava attenzione e non si fermava a valutare questa differenza. Finché una volta gli si aprirono un poco gli occhi; meravigliato di quella diversità cominciò a riflettervi: **dall'esperienza aveva dedotto che alcuni pensieri lo lasciavano triste, altri allegro; e a poco a poco imparò a conoscere la diversità degli spiriti che si agitavano in lui: uno del demonio, l'altro di Dio.**

s. Ignazio ha fatto
esperienza di una diversità
di pensieri / sentimenti
attraverso una loro
ALTERNANZA

San Paolo ci ha trasmesso
un'altra esperienza in un
testo famoso....

Sappiamo infatti che la Legge è spirituale, mentre io sono carnale, venduto come schiavo del peccato. Non riesco a capire ciò che faccio: infatti io faccio non quello che voglio, ma quello che detesto. Ora, se faccio quello che non voglio, riconosco che la Legge è buona; quindi non sono più io a farlo, ma il peccato che abita in me. Io so infatti che in me, cioè nella mia carne, non abita il bene: in me c'è il desiderio del bene, ma non la capacità di attuarlo; infatti io non compio il bene che voglio, ma il male che non voglio. Ora, se faccio quello che non voglio, non sono più io a farlo, ma il peccato che abita in me. Dunque io trovo in me questa legge: **quando voglio fare il bene, il male è accanto a me**. Infatti nel mio intimo acconsento alla legge di Dio, ma nelle mie membra vedo un'altra legge, che combatte contro la legge della mia ragione e mi rende schiavo della legge del peccato, che è nelle mie membra. Me infelice! Chi mi libererà da questo corpo di morte? Siano rese grazie a Dio per mezzo di Gesù Cristo nostro Signore!

(Romani 7, 14-25)

s. Paolo ci parla
di una diversità
di pensieri / sentimenti
percepito come
CONFLITTO

Noi tutti forse facciamo esperienza di:

- alternanza di pensieri e sentimenti
- Conflitti interiori...
- un contrasto interno...
- Pensieri e sensazioni "opposte" che convivono entrambe in noi...

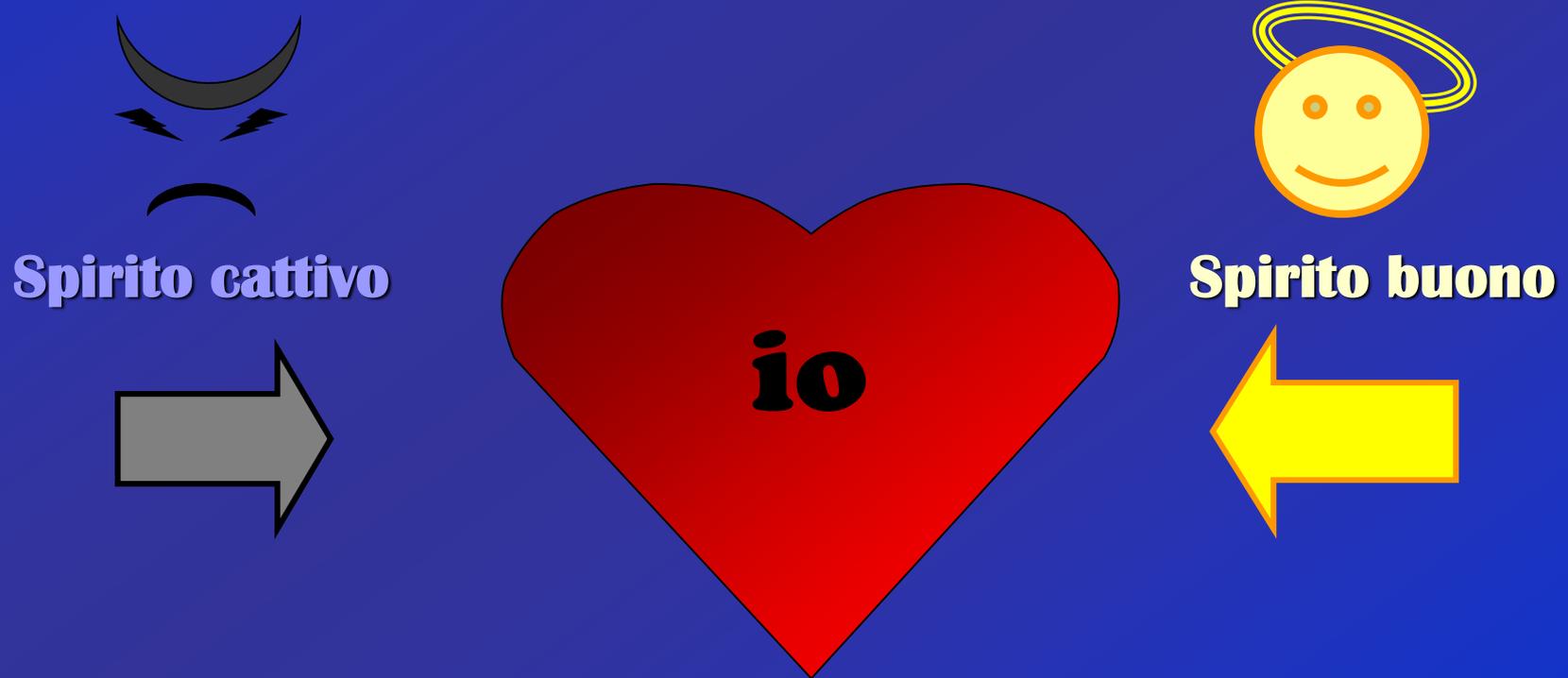
s. Ignazio di Loyola ci offre
allora un punto di partenza
per comprendere cosa
avviene in noi a livello
spirituale

***Presuppongo che in me esistono
tre tipi di pensieri:
uno mio proprio, che proviene
unicamente dalla mia libertà e volontà;
e altri due, che vengono dall'esterno:
uno dallo spirito buono
e l'altro dal cattivo.***

[Es 32]

Presupposto

Nella vita spirituale ci sono 3 attori



**per capire....
cosa sono
questi “spiriti” ??**

**Questi fenomeni interiori
(pensieri, sentimenti, impulsi
ad agire) non dipendono
direttamente dalla nostra
volontà e libertà
semplicemente “accadono”, li
troviamo dentro di noi**

La parola spagnola usata da Ignazio ***mociones*** indica ciò che muove, ossia motiva, blocca, sollecita o respinge l'uomo

sono anzitutto i «**movimenti**» **interiori** e disordinati al loro primo manifestarsi, che si verificano in quell'intreccio inscindibile che è composto di ragione, sentimento e volontà.

Queste «movimenti»
comprendono **i pensieri** (le
immagini di sé e degli altri, le
associazioni, le fantasie ecc.), **i
sentimenti e gli stati d'animo** (ad
esempio, la gioia, la tristezza,
l'amarezza, la speranza, l'aridità,
l'esuberanza e così via)

partendo dal presupposto teologico che
...non si può incontrare Dio se non
mediante e in ciò che gli uomini
solitamente vivono, avvertono e
percepiscono. Se Dio invia il proprio
Figlio agli uomini, ciò significa che Dio
li «tocca», in quanto Gesù li incontra, li
interpella e cammina con loro: **Dio si
rende visibile nel cuore umano**, si fa
percepire con i sensi umani

Il mio ruolo in questa triade di
personaggi della vita spirituale è
di essere contemporaneamente...

- loro terreno di conquista
- arbitro e giudice della battaglia

Per poter svolgere il mio ruolo
attivo in questa
“battaglia spirituale”
io devo applicare la prima regola
che è una premessa
fondamentale e descrive il
nucleo della vita spirituale

Premessa fondamentale

(Es 313)

Ogni volta io devo SENTIRE cioè
accorgermi di ciò che si muove in me
e poi RICONOSCERE le varie mozioni
che si producono nell'anima
per ACCOGLIERE le buone e
RESPINGERE le cattive

ALCUNI SENTIMENTI E STATI D'ANIMO

Per imparare a dare il nome agli stati d'animo che possiamo vivere durante la preghiera o la giornata

POSITIVI (Consonanze)

gioia soddisfazione
gratitudine meraviglia
sorpresa ammirazione
simpatia pietà
entusiasmo speranza
gusto spirituale
commozione ottimismo
pace serenità
tenerezza abbandono
tranquillità soddisfazione
dolcezza ottimismo
fiducia positività
compiacimento

NEGATIVI (Dissonanze)

noia disagio
contrarietà fastidio
antipatia inquietudine
disappunto turbamento
imbarazzo smarrimento
sgomento aridità
insoddisfazione
sfiducia pessimismo
tristezza
scoraggiamento
amarezza dolore
sofferenza disperazione
paura rimorso
dispiacere aggressività

**Ulteriore distinzione da fare
quando parliamo di
Discernimento Spirituale**

discernimento spirituale...

```
graph TD; A[discernimento spirituale...] --> B[...del cuore]; A --> C[...operativo];
```

...del cuore

x capire cosa si
muove nel
'cuore' e cosa
indica

...operativo

che si svolge
nelle scelte
concrete della
vita

Ambiti del discernimento

(in base all'oggetto)

1. Discernimento delle *mozioni* o movimenti interni del cuore



1. Discernimento delle *mozioni* o movimenti interni del cuore

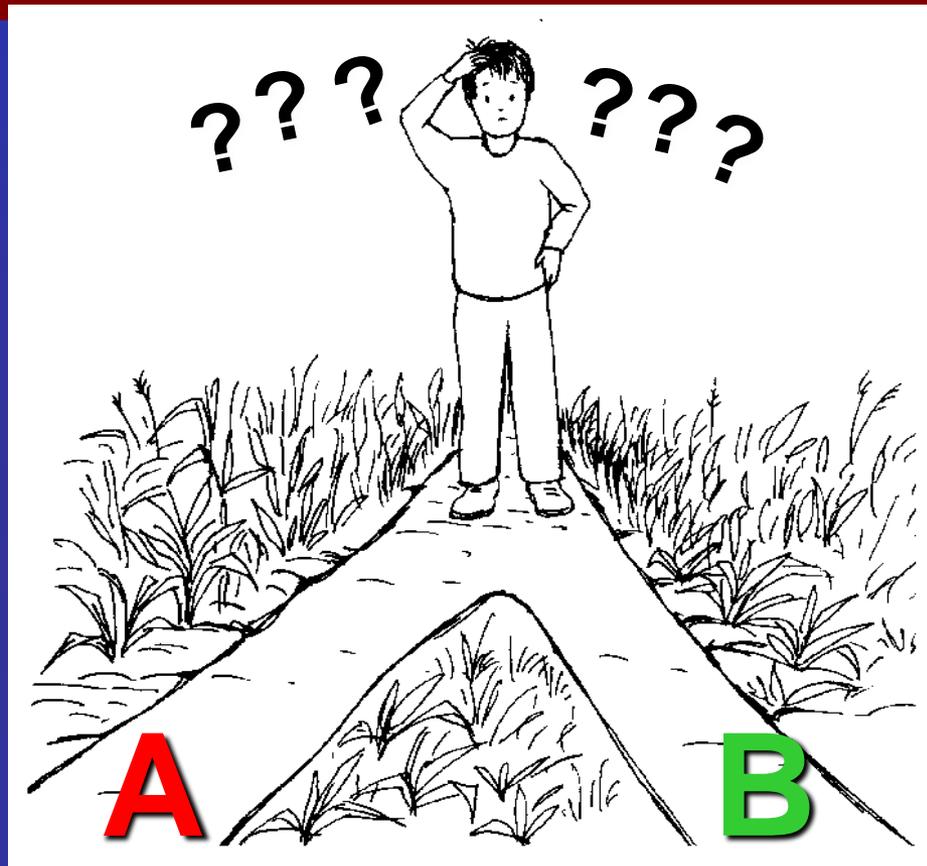
Consiste nel rispondere alla domanda: “da dove” mi vengono questi *movimenti*?

O meglio... “verso dove” mi conducono?

Ambiti del discernimento

(in base all'oggetto)

- **Discernimento operativo** detto anche “elezione” (dal latino “scelta”)



- **Discernimento operativo** detto anche “elezione” (dal latino “scelta”)

**Consiste nel rispondere
all'interrogativo pratico:**

**tra 2 alternative entrambe buone,
qual è la migliore, x me, in
questa situazione concreta?**

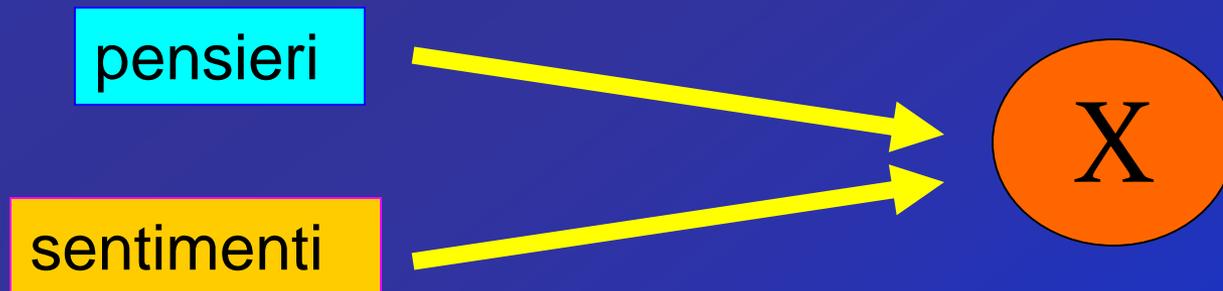
I due discernimenti non si identificano, ma non sono neppure separati, anzi sono strettamente connessi.

**Il 2° (operativo) suppone il 1°
(delle mozioni)**

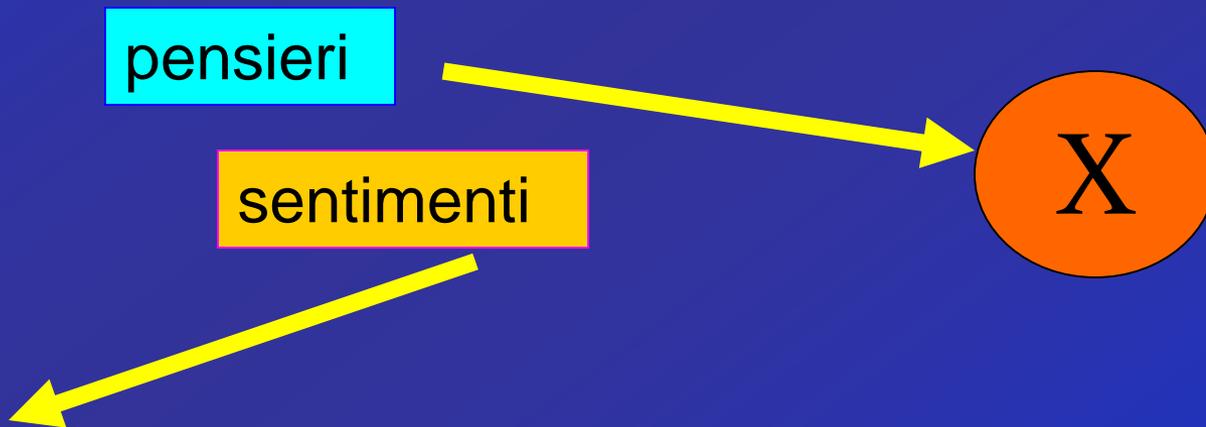
**Come riconoscere ciò che
si muove nel nostro cuore?**

**Noi tutti desideriamo
la felicità, la gioia.**

A livello psicologico la pace, la felicità si raggiunge quando i nostri pensieri ed i nostri sentimenti si dirigono verso un medesimo oggetto

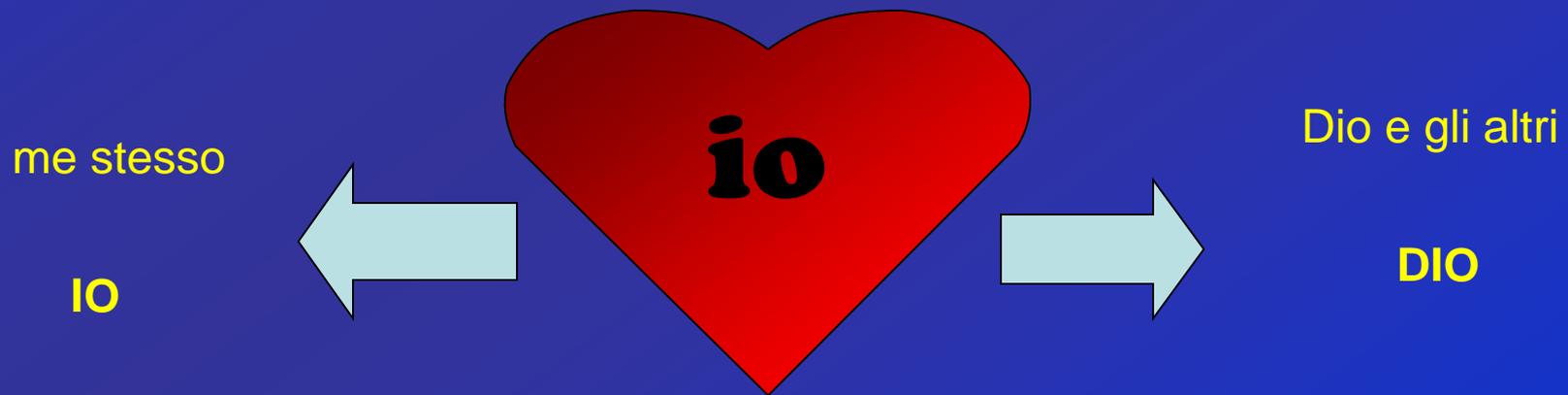


**A livello psicologico siamo tristi,
inquieti quando, invece, faccio
una cosa che ritengo importante,
ma il sentimento non mi
accompagna nel lavoro**

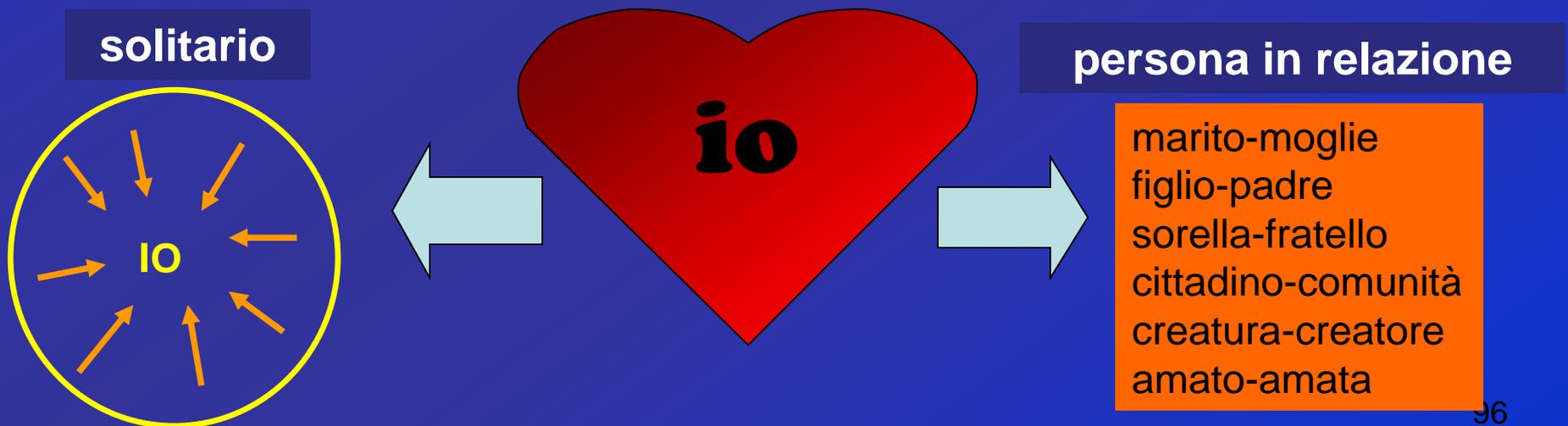


**Due sono le direzioni della
nostra vita:**

- o ME STESSO (IO);**
- o DIO e gli ALTRI (DIO)**



**posso andare verso:
ME STESSO (solitario);
o me stesso come uomo
situato nelle relazioni
(persona in relazione)**



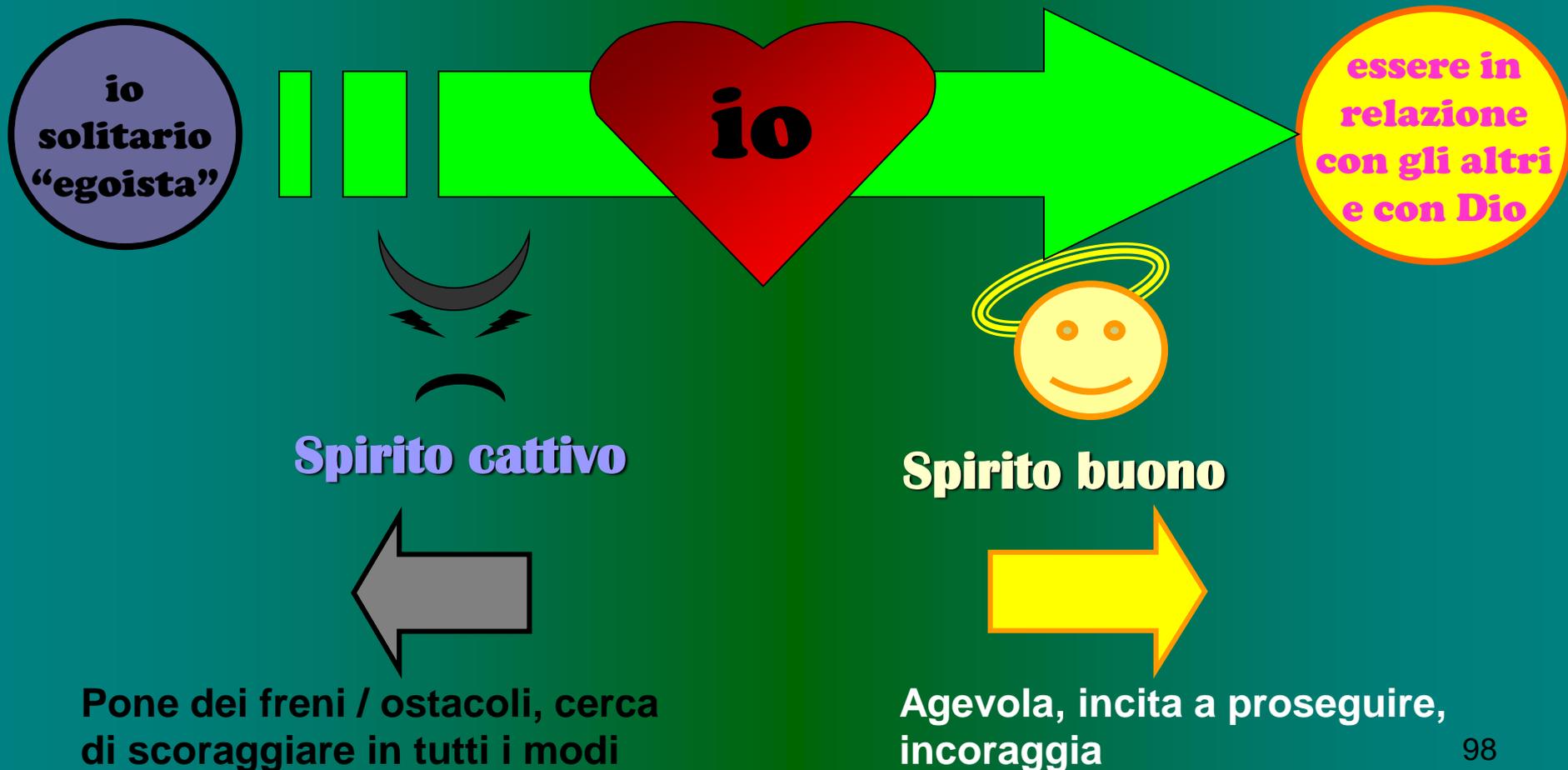
Prima situazione

Quando mi allontanano dal "bene" verso il "male"



Seconda situazione

Quando mi allontanano dal "male" verso il "bene"



**A seconda della direzione
della mia vita, la forza del
male e la forza della vita
agiscono in modo diverso...ed
il cuore è segnato...**

**Allora... io conoscendo il
movimento del mio cuore posso
riconoscere dove sto sbagliando
verso me, Dio e gli altri e dove,
invece, sto costruendo un futuro
bello per tutti nella mia esistenza**

