

Annotazioni 18 - 19

[18] Diciottesima annotazione. Questi esercizi spirituali si devono adattare alle condizioni degli esercitanti, ossia alla loro età, cultura o intelligenza.

Perciò, se uno è semplice o debole di salute, non gli si deve proporre quello che non può facilmente sostenere e da cui non può ricavare vantaggio; ma a ciascuno si deve dare secondo la disponibilità che dimostra, perché possa ricavarne maggior aiuto e vantaggio.

Pertanto, se uno vuole essere aiutato per istruirsi e per soddisfare fino a un certo punto la sua anima, gli si può proporre l'esame particolare [24-31], poi l'esame generale [32-43] e insieme il modo di pregare, per mezz'ora al mattino, sui comandamenti, sui vizi capitali, e così via [238]; gli si raccomandi anche di confessare i suoi peccati ogni otto giorni e, se può, di ricevere la comunione ogni quindici giorni o, se è ben disposto, anche ogni otto giorni.

Questo metodo è più adatto alle persone semplici e poco istruite: si spieghino loro i singoli comandamenti, i vizi capitali, i precetti della Chiesa, i cinque sensi, le opere di misericordia.

Uguualmente, se chi propone gli esercizi si accorge che l'esercitante ha poca attitudine o poca capacità naturale, e quindi non ci si può aspettare da lui molto frutto, è più opportuno proporgli alcuni degli esercizi meno impegnativi, finché confessi i suoi peccati.

Quindi gli si proporranno alcuni esami di coscienza e il modo di confessarsi più diligentemente di quanto era solito, per conservare quello che ha raggiunto; ma non si procederà oltre a parlare di elezione o di altri esercizi che non siano della prima settimana, specialmente

quando con altri si può ricavare maggior frutto e manca il tempo per arrivare a tutto.

La fede è imperfetta finché non diviene attiva nell'amore.

[19] Diciannovesima annotazione. Chi è impegnato in mansioni pubbliche o in occupazioni importanti, ed è persona di cultura o di ingegno, può dedicare un'ora e mezzo agli esercizi.

Dopo avergli spiegato per qual fine l'uomo è creato, gli si può proporre per mezz'ora l'esame particolare, poi l'esame generale e il modo di confessarsi e di comunicarsi. Potrà fare per tre giorni, ogni mattina per un'ora, la meditazione sul primo, secondo e terzo peccato [45-53]; quindi per altri tre giorni, alla stessa ora, la meditazione sui peccati propri [55-61]; nei tre giorni successivi, sempre alla stessa ora, la meditazione sulle pene corrispondenti ai peccati [65-72], aggiungendo in tutte e tre le meditazioni le dieci addizioni [73-90].

Lo stesso metodo si seguirà per i misteri di Cristo nostro Signore, come si spiegherà ampiamente più avanti negli stessi esercizi.

Papa Francesco ha affermato che la contemplazione migliora nel mezzo dell'azione.

Annotazioni 22 – 17

[22] PRESUPPOSTO. Per maggiore aiuto e vantaggio, sia di chi propone sia di chi fa gli esercizi spirituali, è da presupporre che un buon cristiano deve essere propenso a

difendere piuttosto che a condannare l'affermazione di un altro.

Se non può difenderla, cerchi di chiarire in che senso l'altro la intende; se la intende in modo erroneo, lo corregga benevolmente; se questo non basta, impieghi tutti i mezzi opportuni perché la intenda correttamente, e così possa salvarsi.

Il Presupponendum ignaziano è una pregiudiziale aperta e positiva circa gli atteggiamenti, le parole, la sincera ricerca degli altri.

«Non cercare di conoscere il male del tuo prossimo, e non alimentare sospetti contro di lui. E se la nostra malizia li fa nascere, cerca di trasformarli in pensieri buoni» (Doroteo di Gaza)

[17] Diciassettesima annotazione. Giova molto che chi propone gli esercizi, senza voler indagare sui pensieri personali e sui peccati dell'esercitante, sia informato con precisione delle varie agitazioni e dei pensieri che i diversi spiriti suscitano in lui.

In questo modo, secondo il suo maggiore o minore profitto, è in grado di proporgli alcuni degli esercizi spirituali che sono opportuni e adatti alle necessità della sua anima variamente agitata.

Aperti al sacerdote che ti accompagna nel cammino. Consigliati in tutto col Padre spirituale, e confidagli sinceramente i movimenti dell'anima. Nelle malattie, tutte le novità che si sentono nel corpo si comunicano al Medico.

Si noti l'importanza che la guida spirituale abbia esperienza e cultura, ed educi ad un certo senso critico come ricordava la *Gaudium et spes* n. 7: «la vita religiosa è

sotto l'influsso delle nuove situazioni. [...] un più acuto senso critico la purifica da ogni concezione magica nel mondo e dalle sopravvivenze superstiziose ed esige un adesione sempre più personale e attiva alla fede».

Non fare né voti, né penitenze, senza licenza.

Con questi propositi mi presento a Dio: «Signore, in te spera il mio cuore; si ravvivi il mio spirito» (Is 38,16). «Parla, Signore, perché il tuo servo ti ascolta» (1 Sam 3,9). «Signore, aprimi il cuore per aderire alla Tua Parola» (cfr. At 16,11-14).

Che meraviglie opererà in te lo Spirito Santo, se tutto, e senza riserva, ti darai a Dio in questo santo ritiro.