**INTRODUZIONE AL DISCERNIMENTO**

**Serie di catechesi – Residenza San Carlo Borromeo – L’Aquila**

**15 Novembre 2016**

**1) Appunti dal primo incontro…**

**Discernimento:** consapevolezza della nostra vita interiore (monitorare, nella preghiera, i nostri pensieri, sentimenti e desideri, sempre in movimento), passare al setaccio gli alti e bassi e le nostre esperienze spirituali.

**Movimenti Interiori**: reazioni affettive che sono la nostra risposta al mondo che ci circonda.

**Consolazione interiore**: 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.

**Desolazione interiore:** l'oscurità dell'anima, il turbamento interiore, lo stimolo verso le cose basse e terrene, l'inquietudine dovuta a diverse agitazioni e tentazioni

**Livelli di fiducia:**

* Fiducia che Dio ha un piano per la mia vita
* Fiducia che il piano di Dio è buono
* Fiducia che io posso capire il piano di Dio
* Fiducia che io posso abbracciare questo piano di Dio

Discernere significa:

1. **essere consapevoli** dei nostri movimenti interiori

**Paradigma Ignaziano**

1. **capire** i nostri movimenti interiori
2. **agire** accettando la consolazione e rigettando la desolazione.

**2) Conoscere i nostri movimenti interiori**

S. Ignazio parla di due fonti principali dei nostri movimenti interiori: lo spirito cattivo e lo spirito buono.

**Spirito cattivo**: la nostra natura debole; il negativo nel mondo che ci circonda; il diavolo.

**Spirito buono**: Dio e i suoi angeli.

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

**Lo spirito cattivo**: tenerli “in pace”; anestetizzarli con piaceri e soddisfazioni immediate; impedire riflessione

**Lo Spirito buono**: provocare inquietudine; risvegliare la ragione; mordere la coscienza.

***[315] Seconda regola****. In coloro che si impegnano a purificarsi dai loro 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 rimovendo ogni difficoltà, per andare avanti nella via del bene.*

**Lo spirito cattivo:** mettere ostacoli; togliere la pace; mettere ansia; tendere insidie; scoraggiare.

**Lo Spirito buono:** rassicura; da’ pace; rinfranca

**3) Come agire?**

Quando capiamo che un movimento interiore viene dallo spirito cattivo, dobbiamo rifiutarlo. Al contrario, se discerniamo che un pensiero, sentimento o desiderio viene dallo Spirito Santo, siamo chiamati ad accettarlo.

Come faccio a rifiutare una desolazione?

* Non cambiare (quando siamo in desolazione) una decisione presa in uno stato di consolazione
* Andare nella direzione opposta a ciò che ci indica la desolazione.
* Avere pazienza e credere che la consolazione tornerà, prima di quanto immaginiamo.

Cosa fare quando sperimentiamo la consolazione?

* Tenerla tra le mani come qualcosa di prezioso, ritornare ad essa, gustarla
* Non essere naïve: le desolazioni torneranno.
* Le consolazioni non derivano dai nostri meriti: sono doni di Dio.

Il discernimento degli spiriti è fatto con una guida spirituale. È molto facile ingannarsi nella vita spirituale; spesso lo spirito maligno si traveste da angelo di luce e scimmiotta Dio.

Per questo il ruolo di un accompagnatore è imprescindibile.