L'amore che vigila: l'esame di coscienza

«Attendete con timore e tremore alla vostra salvezza»

Fil 2,12

«Inizio delle buone opere è confessarsi peccatori»

Sant'Agostino, En. In Ps. 49 (50)

Partiamo in questa breve riflessione su quanto si legge al numero quindici delle norme esplicative dottrinali del «Rito della penitenza» n. 15:

Il sacerdote e il penitente si preparino alla celebrazione del sacramento anzitutto con la preghiera. Il sacerdote invochi lo Spirito Santo, per averne luce e carità; il penitente confronti la sua vita con l'esempio e con le parole di Cristo, e si raccomandi a Dio perché perdoni i suoi peccati.

L'intramontabile *Compendio di teologia ascetica e mistica* del Padre Tanquerey al n. 462 così recita circa l'esame:

Dobbiamo poi metterci davanti a Gesù, che è il perfetto modello a cui ogni giorno sempre più accostarci. Dobbiamo adorarne e ammirarne non solo gli atti esterni, ma anche e principalmente le disposizioni interiori.

Ecco l'esame di coscienza: specchiarsi nella persona di Cristo presa nella totalità, parole e comportamenti. Fare l'esame è già un atto di confessione cristologica: Cristo Gesù vero Dio e vero Uomo. Dietro questo atto del penitente c'è lo svelamento di una relazione salvifica. Il figlio prodigo della nota parabola, ridotto a fare il guardiano dei porci, rientra in sé stesso e confronta la sua situazione con la vita dei servi del padre, che hanno quanto meno da mangiare. Il cristiano, rientra sì in sé stesso, ma non per confrontarsi con un a vita da schiavi o da mercanti che trattano con Dio "il prezzo più basso", bensì con lo stesso Maestro Gesù. Lui è la Via. Questo è il primo punto estremamente importante: mi esamino alla luce del Vivente, nel Nuovo Adamo capace di ricondurmi nell'abbraccio del Padre.

Capiamo bene, allora, che l'esame nasce dalla forza dell'amore ricevuto, come illustra l'episodio di Zaccheo: egli restituisce il mal tolto perché visitato da Gesù (cfr. Lc 19). D'altra parte l'amore desidera sempre la somiglianza con l'Amato.

Questo confronto 'cristiforme' – e non solo morale - riguarda la coscienza, ossia l'ambito del cuore in senso biblico, luogo dei pensieri, delle intenzioni, dei desideri. San Bernardo di Chiaravalle (+ 1153) nell'opuscolo *De diligendo Deo* (I,4) ci avverte di due pericoli circa ogni atto in cui ritorniamo alla nostra coscienza. Il primo pericolo concerne l'ignoranza della dignità (non sapere che l'animo umano gode di grande libertà e potenzialità), il secondo dall'ignoranza dell'origine divina di una tale dignità: non basta infatti proclamare il valore della persona, è necessario anche confessarne l'origine e ad essa tendere (in questa negazione risiede l'errore del Rinascimento come mostrato da H. De Lubac). La coscienza dunque va approcciata tenendo sempre insieme questa prospettiva "divino-umana".

Inoltre la coscienza, ove risuona la voce amorevole di Dio, va custodita e trattata con molta delicatezza e cura, senza cadere vittime del demone temibile della negligenza (che è il cancro della coscienza); Doroteo di Gaza nel suo terzo *Insegnamento* così ci ammonisce: «Quando uno comincia a dire: "Che importa se dico questa parola? Che importa se mangio questo piccolo boccone? Che importa se faccio attenzione a questa cosa?" … così, un po' alla volta corre il pericolo di cadere nell'insensibilità totale». Siamo portati a confrontarci con i grandi ideali, ma la sequela di Cristo si gioca sovente sui dettagli della vita quotidiana. Se non me ne avvedo ciò significa che la mia coscienza è sopita.

Ciò posto, nel cuore biblico, che è la coscienza, cosa troviamo principalmente? Pensieri, intenzioni, desideri. La vita evangelica si gioca principalmente sulla purificazione ed elevazione di questi elementi:

- **Pensieri:** la *nepsis* è l'attenzione rivolta alla mente pensante; si esercita analizzando i pensieri/demoni: "come ti chiami?", "chi ti manda?"; così insegnano i Padri del Deserto. Non basta 'accorgersi' del loro passaggio: i pensieri hanno un nome preciso e non vengono mai 'per loro iniziativa', bensì mandati da un altro più forte. Tutti i pensieri vanno vagliati, sia quelli buoni che quelli cattivi… e quelli inutili (solo in apparenza); come insegna San Giovanni Cassiano (+ 435) nella sua prima *Conferenza* – ripresa da Sant'Ignazio nelle regole del discernimento – anche pensieri buoni possono nascondere un volto demoniaco. Possiamo allontanarci da Dio persino coltivando pensieri divini. San Romualdo (+ 1027) nella sua *Piccola Regola* scrive che il buon monaco rispetto ai pensieri è come il pescatore che tirata su la rete seleziona i pesci buoni da quelli non commestibili.
- **Intenzioni:** una coscienza limpida riesce a comprendere bene l'autentico movente del suo agire e ragionare. Gesù – secondo una variante testuale – rimprovera Giacomo e Giovanni perché non sanno "da quale spirito sono mossi" (cfr. Lc 9,55). Ebbene l'intenzione con la quale

serviamo il Signore non sempre è pura o emancipata dall'egoismo: *farsi un nome* con le 'cose' di Dio, profittare dei suoi doni per costruirsi un Regno è tentazione quanto mai ricorrente. Si noti che le persone narcisiste sono incapaci di vagliare le proprie intenzioni.

- **Desideri:** Sant'Agostino e Santa Teresa d'Avila sono i due maestri spirituali che hanno dato una grandissima importanza la mondo dei desideri; addirittura il primo ne ha fatto la pietra angolare dell'identità personale e il motore dell'orazione. I desideri fanno i santi, o ancor meglio il santo è un uomo, una donna, avvinto da un solo desiderio. Gesù Signore aveva un solo grande desiderio: rendere gloria al Padre facendolo conoscere agli uomini. I desideri – che sovente trascuriamo nell'esame - sono il motore nascosto sia della santità che della dannazione. Possiamo dedicare in un esame di coscienza un poco più prolungato la riflessione sui desideri che ci abitano, magari pregando il capitolo quinto della *Lettera ai Galati*.

Ma nell'esame non basta verificare la coscienza in merito alle singole mancanze, è opportuno anche ogni tanto fare l'esame *della* coscienza, ovvero del retroterra su cui tutto fiorisce: pensieri – intenzioni – desideri, con le azioni che ne conseguono, sono piante che germogliano su di un terreno specifico. Bisogna analizzare codesto terreno, conoscere le sue qualità e i suoi limiti. Ora in noi, scrutando le Scritture Sante in maniera sincronica, troviamo almeno quattro grandi scenari che possiamo chiamare 'strutture mentali che favoriscono il peccato'; su di esse inconsciamente costruiamo la vita spirituale. Eccole in breve.

1. **L'idolatria:** non è tanto la venerazione di altri dèi ma la volontà di imporsi su Dio, di pensarlo sempre e solo secondo le nostre esigenze. Il libro dell'*Esodo* ci parla proprio di questo: il vitello d'oro non è un 'altro dio', ma un "dio a modo mio", visibile, forte, prezioso e trasportabile, intorno al quale possiamo far festa e inebriarci. Il mio Dio – mi chiedo – è il Padre di Gesù? La risposta non è scontata.
2. **La dimenticanza:** il libro del *Deuteronomio* sembra una grande omelia sul male dell'oblio, per il quale il credente rimuove dalla memoria le colpe dalle quali è stato perdonato, i doni di cui è stato beneficato, la mèta che lo attende. Israele ha manipolato la promessa della terra facendola diventare un diritto davanti a Dio. Dall'oblio nasce l'idolatria delle pretese. La dimenticanza ci porta a vivere davanti al cielo come se noi fossimo i fautori della nostra santificazione.
3. **La delusione:** tornato dall'esilio Israele recepisce con entusiasmo le profezie sul futuro glorioso di rinascita. Ora, al tempo del profeta Malachia quelle stesse profezie sembravano essere disattese. Gli israeliti – delusi di Dio - chiedono a Jhwh «come ci hai amati?», «dove si fa esperienza della tua paternità? Forse ne abbiamo segni tangibili?». La delusione che nasce

dall'incapacità di vedere la realizzazione delle promesse porta all'insensibilità spirituale. Guardate che molti di noi vivono così senza saperlo, in una inconscia delusione.

4. Infine, **il fariseismo**: forse lo conosciamo meglio di ogni altro, o almeno sappiamo di cosa si tratta; Paolo, anche nella Lettera ai Galati, ha tracciato un quadro molto articolato di questo atteggiamento di fondo: mettere il vanto nelle cose del Signore pensando di avere da esse la salvezza. Così si amano più le cose di Dio che il Signore stesso. Ma nella Lettera ai Galati abbiamo anche una sorta di fariseismo rovesciato, quello di chi si è liberato dalla legge ma non ha poi amato Dio e il fratello, bensì il proprio ventre con le sue passioni. Il fariseo venera la legge, il fariseo 'rovesciato' venera il suo ego falsamente redento, e si fa scudo con una misericordia che non trasforma il cuore (molto diffusa nel linguaggio corrente), ma che ristagna nel laghetto del buonismo.

Ora questi presupposti/terreni su cui attecchiscono i pensieri viziosi non si possono smascherare con un semplice esame di coscienza: riflettere non basta; ci vuole l'aiuto dello Spirito: è Lui che ci guida con tenerezza verso la verità spietata di noi stessi e ci dà la forza per accettarla. Da soli non possiamo. Il peccato originale ha lasciato in noi una patina opaca che impedisce agli occhi interiori di scorgere con nitidezza tutti i meandri della nostra psiche. Un modo possibile per attingere questa realtà e poterla presentare al Signore è la meditazione lenta, quotidiana e semplice delle Sante Scritture. La *lectio divina* è l'esame di coscienza più radicale: la Parola è viva, spada che penetra nelle midolla e distingue in noi lo psichico dallo spirituale, il mondano dal celeste (cfr. Eb 4,12-13). Lasciandosi leggere dalla Parola di Dio ogni giorno facciamo passare in noi quella grazia che mentre smaschera risana.

Quando preghiamo l'esame di coscienza - infine - possiamo ricordare due cose che ce lo rendono caro: riconoscendo i nostri peccati diamo al Padre celeste la possibilità di essere misericordioso (e Lui non vede l'ora di esserlo!); nello stesso tempo ci proiettiamo verso l'incontro definitivo con lo Sposo celeste poiché l'esame di coscienza ci allena a vivere il giudizio finale che ci attende come momento di liberazione e di gioia eterna.

d. Giuseppe Forlai

eremita Diocesi di Roma