

# L'esame di coscienza

di TONI WITWER S.J.\*



## Introduzione

Novembre, come mese dedicato al ricordo dei defunti, con il crescente buio e il giungere della nebbia, fa riflettere l'uomo: "Che cosa viene dopo? Come dobbiamo affrontarlo? Possiamo resistere a ciò che ci minaccia?". Non è una riflessione banale, ma significa piuttosto dare un'occhiata al passato e al presente con l'allineamento rispetto ad una meta, spinge cioè ad un'analisi e all'interpretazione della vita.

In realtà sono quasi sempre le situazioni di vita e i singoli avvenimenti che danno una spinta per riflettere su se stessi. Ciononostante tale riflessione non significa affatto che si tratta già di una "preghiera"! Anzi, l'esame e l'analisi sono pratiche frequenti e naturali, anche nelle aziende e tra le persone non credenti. Trattando l'esame di coscienza in questa serie di conferenze sulla "Preghiera negli Esercizi Spirituali", quindi, dobbiamo interrogarci sul come e sul perché l'esame di coscienza sia una "preghiera" che si distingue dalla semplice analisi di se stessi.

Per rispondere a questa domanda intrinseca vorrei in un primo momento richiamare alla memoria semplicemente il corrispondente testo del libro degli Esercizi, in seguito aggiungere alcune osservazioni sulla "storia" dell'esame di coscienza nella vita di Sant'Ignazio, poi riflettere sull'*Examen generale* nel contesto degli Esercizi Spirituali, e infine dire qualcosa rispetto al significato spirituale dell'esame di coscienza per la vita del credente oggi.

## Il testo dell'esame di coscienza negli Esercizi Spirituali

Modo di fare l'esame generale: comprende cinque punti.

Primo punto: ringraziare Dio nostro Signore per i benefici ricevuti.

Secondo punto: chiedere la grazia di conoscere i peccati e di eliminarli.

Terzo punto: chiedere conto alla propria coscienza ora per ora, o periodo per periodo, da quando ci si è alzati fino al momento dell'esame, prima sui pensieri, poi sulle parole e infine sulle azioni, seguendo lo stesso procedimento che è stato indicato nell'esame particolare.

\* ANTON WITWER S.I., Preside dell'Istituto di Spiritualità della Pontificia Università Gregoriana e Postulatore Generale della Compagnia di Gesù, [witwer@sjcuria.org](mailto:witwer@sjcuria.org)

Quarto punto: chiedere perdono a Dio nostro Signore per le mancanze.

Quinto punto: proporre di emendarsi con la sua grazia. Infine dire un Padre nostro<sup>1</sup>.

Anche se non è lo scopo di questa conferenza fare un'analisi precisa e dettagliata del testo, conviene menzionare, almeno brevemente, alcune differenze che si notano paragonando l'autografo<sup>2</sup> con le altre traduzioni testuali degli Esercizi Spirituali, dal momento che possono aiutare a comprendere meglio alcune espressioni e sfumature del testo dell'esame generale appena citato. Ripeto, non sono differenze essenziali ma utili per la comprensione.

Il *Textus Helyaris*, nato nel 1535 all'incirca, non parla solamente dell'esaminarsi ora per ora, ma aggiunge al terzo punto: "aut de tota vita, ab aetate in aetatem ascendendo usque ad praesentem diem. Vide primum punctum secundi exercitii"<sup>3</sup>. In questo modo spiega il significato della formulazione "periodo per periodo", indicando che l'esame di coscienza si può fare anche prendendo in considerazione tutta la vita sin dalla nascita, come è previsto dal primo punto del secondo esercizio della Prima Settimana<sup>4</sup>. Mentre il *Textus Helyaris* in tal modo collega l'esame di coscienza direttamente con gli esercizi della Prima Settimana, nella *Versio Vulgata* del 1547 manca l'equivalente di "periodo per periodo". Così la *Versio Vulgata* sottolinea ciò che indicano gli *Exercitia Magistri Ioannis*<sup>5</sup>, mettendo l'accento sull'esame generale come esercizio quotidiano che si deve fare due volte al giorno, cioè a mezzogiorno e la sera.

Nella *Versio Prima*, sia del 1541 che del 1547, si parla del "clementissimo Dio"<sup>6</sup> che si ringrazia per i benefici ricevuti. In questo modo si stimola la fiducia in Dio "pieno di misericordia" per facilitare l'esame della propria colpevolezza. Il fatto che nel *Textus Coloniensis*, scritto nel 1538 circa e da Pietro Fabro lasciato ai Certosini di Colonia nel 1543/1544, si trovi solo l'espressione "chiedere la grazia di conoscere i peccati", ma non

<sup>1</sup> IGNAZIO DI LOYOLA, *Esercizi spirituali. Testo originale e traduzione italiana di Giuliano Raffo S.I.* Roma 1991, ibid. n. 43. Il "testo originale" (pubblicato dal P. Candido de Dalmases S.I., Santander 1987) e la "traduzione italiana" dell'edizione corrispondono al testo dell'*Autographum*, riprodotto in *Monumenta Historica Societatis Iesu* (=MHSI), vol. 100, Roma 1969, ibid. p. 182.

<sup>2</sup> Scritto probabilmente nella prima metà del 1544.

<sup>3</sup> Cf. *Exercitia Spiritualia* (MHSI 100), p. 431, n. 7: "3. Petere rationem ab anima, ab ipsa hora in qua surrexeras, de hora in horam, usque ad horam praesentis examinis; et primo de cogitatione, deinde de locutione, postremo de opere; aut de tota vita, ab aetate in aetatem ascendendo usque ad praesentem diem. Vide primum punctum secundi exercitii".

<sup>4</sup> Il *Textus Helyaris* lo formula così: "Primum punctum erit circa processum peccatorum, reducendo ad memoriam omnia peccata vitae meae, mente discurrendo de anno in annum, vel quovis alio tempore in aliud; ad quod tria potissimum iuvant: primum respicere domum vel locum in quo quis habitavit; secundum, respicere conversationem quam cum aliis habuit; tertium, artem vivendi quam habuit", cf. *Exercitia Spiritualia* (MHSI 100), p. 434, n. 14.

<sup>5</sup> Cf. *Exercitia Magistri Ioannis* (1539-1541), in *Exercitia Spiritualia* (MHSI 100), p. 538, n. 50. Questi *Exercitia* si riferiscono a *Magistri Ioannis Codure*, morto il 29 agosto 1541, e sono scritti – copiati – da *Antonius Estrada*, che dal 1539 al 1541 si trovava a Roma.

<sup>6</sup> Cf. *Exercitia Spiritualia* (MHSI 100), p. 183, n. 43: "Primum punctum est agere gratias clementissimo Deo pro omnibus beneficiis receptis".

l'aggiunta "e di eliminarli"<sup>7</sup>, ci fa capire come si sottolinei particolarmente il "domandare la grazia", cioè la "grazia di conoscere" e, quindi, l'aiuto di Dio. Che si tratta dell'aver fiducia nell'aiuto di Dio è confermato anche dagli *Exercitia Magistri Ioannis*, che rispetto all'eliminare i peccati ricordano l'utilizzo dei rimedi offerti da Dio nella Chiesa<sup>8</sup>.

## Osservazioni sulla "storia" dell'esame di coscienza nella vita di Sant'Ignazio

Tenendo presente la formazione umano-religiosa in quel tempo, certamente si può affermare che Ignazio aveva familiarità con l'esame di coscienza sin dalla sua gioventù. Era per lui un'abitudine naturale, in particolare come preparazione alla confessione. Ciò è indicato chiaramente nell'autobiografia: "Venuto il giorno in cui si aspettava l'attacco dell'artiglieria, egli si confessò ad uno dei suoi compagni d'arme"<sup>9</sup>. Anche se non era una confessione sacramentale, dimostra come Ignazio aveva chiara coscienza del pericolo che correva e dell'importanza di mettere in ordine la vita e di affidarla alla misericordia di Dio. Ciononostante la normale condotta di vita ci lascia intuire che il suo esame di coscienza era ancora molto superficiale: esso significava per lui interpretare il proprio agire e riflettere sui diversi avvenimenti della vita, ma non era ancora una "preghiera" e un profondo affidarsi a Dio per essere diretto da Lui.

La situazione cominciò a cambiare in conseguenza della ferita a Pamplona e del successivo rimanere a letto malato a Loyola, quando Ignazio divenne poco a poco attento alle "mozioni" della sua anima e riconobbe la diversità degli spiriti<sup>10</sup>. Dopo tale "scoperta" crebbe d'importanza il pensiero della conversione e del fare penitenza, ma avendo sempre piuttosto fiducia in se stesso. Dice di se stesso nell'Autobiografia: "Ricevuta non poca luce da questa esperienza, cominciò a riflettere più seriamente sulla sua vita passata e sul grande bisogno che aveva di farne penitenza"<sup>11</sup>. "Con la grazia di Dio", ma in realtà avendo fiducia nelle sue capacità, Ignazio provava ad imitare i santi, "con tante discipline e con tanti digiuni quanti un animo generoso e innamorato di Dio desidera ordinariamente fare"<sup>12</sup>, cioè nel suo esame di coscienza guardava ancora soprattutto il

<sup>7</sup> Cf. *Textus Coloniensis*: "2<sup>m</sup>. Petere ab eo gratiam cognoscendi proprios defectus", in *Exercitia Spiritualia* (MHSI 100), p. 464, n. 11.

<sup>8</sup> Cf. *Exercitia Magistri Ioannis*: "Secundum caput est petere ac precari Deum, ut per gratiam ipsius, omnia peccata nostra cognoscamus, cognita remediis in Ecclesia usitatis expellamus", in *Exercitia Spiritualia* (MHSI 100), p. 538, n. 50.

<sup>9</sup> Cf. IGNAZIO DI LOYOLA, *Autobiografia. Commento di Maurizio Costa S.J.*, Roma 1991, *ibid.* n. 1.

<sup>10</sup> Cf. IGNAZIO DI LOYOLA, *Autobiografia*, n. 8: "allora non vi faceva caso, né si fermava a valutare questa differenza; finché una volta gli si aprirono un poco gli occhi, cominciò a meravigliarsi di questa diversità e a riflettervi sopra, ...".

<sup>11</sup> IGNAZIO DI LOYOLA, *Autobiografia*, n. 9.

<sup>12</sup> Cf. IGNAZIO DI LOYOLA, *Autobiografia*, n. 9.

proprio agire, qualcosa che faceva crescere la scrupolosità<sup>13</sup>.

Le esperienze spirituali a Manresa condussero Ignazio ancora un passo avanti: egli riconobbe che non si trattava solo dell'esteriore imitazione dei santi ma piuttosto del permettere a Dio di "ordinare la propria vita" interiormente. Riconobbe la fondamentale dipendenza<sup>14</sup> dall'aiuto di Dio nel suo procedere e nel mettere ordine nella sua vita; la fiducia così non si basava più sul proprio operare ma su quello di Dio, con cui egli voleva collaborare e farsi strumento nelle sue mani.

Mentre era in preghiera, cominciò a ricordarsi dei suoi peccati; e così, come quando si va mettendo in fila una cosa dopo l'altra, andava col pensiero da un peccato all'altro della vita passata, sembrandogli di esser obbligato a confessarlo un'altra volta. Ma, alla fine di questi pensieri, gli sopravvenne un gran disgusto della vita che stava conducendo, con alcuni impulsi ad abbandonarla. Proprio a questo punto il Signore volle che si svegliasse come da un sogno. Siccome aveva già una certa esperienza della diversità degli spiriti grazie alle lezioni che Dio gli aveva dato, cominciò a considerare attraverso quali mezzi quello spirito si era introdotto in lui; e così decise definitivamente, con grande chiarezza, di non confessare più nessuna cosa passata; da quel giorno in poi, rimase libero da quegli scrupoli, ritenendo come cosa certa che Nostro Signore lo aveva voluto liberare per Sua misericordia<sup>15</sup>.

In tal modo l'esame di coscienza diventava per Ignazio l'espressione del rapporto vissuto con Dio – una "preghiera", per mezzo della quale egli si rivolgeva a Dio, chiedendo di sentire più profondamente la sua presenza e il suo amore, di conoscere meglio la sua volontà e di ricevere la grazia necessaria per essere in grado di collaborare sempre più perfettamente con Lui. È la preghiera della figliolanza che si riconosce bisognosa dell'aiuto e della guida di Dio e che cerca l'intima unione con Lui, per ravvisare la sua volontà e per metterla in pratica per quanto possibile.

## L'esame di coscienza nel contesto degli Esercizi Spiritualì

Gli Esercizi Spiritualì di Ignazio non solo contengono molte preghiere, ma significano proprio nel loro insieme un "cammino di preghiera". Per questo motivo sono chiamati a ragione esercizi "spirituali", perché hanno Dio al centro e cercano la docilità allo

<sup>13</sup> Cf. IGNAZIO DI LOYOLA, *Autobiografia*, n. 22: "Ma in questo cominciai ad essere molto tormentato da scrupoli. Infatti, quantunque la confessione generale fatta a Monserrat fosse stata assai diligente e tutta per iscritto – come è stato detto –, tuttavia a volte gli sembrava che alcune cose non fossero state confessate; e questo lo affliggeva molto perché, anche se tornava a confessarsene, rimaneva senza soddisfazione".

<sup>14</sup> Cf. IGNAZIO DI LOYOLA, *Autobiografia*, n. 23: "Tuttavia in nessuno di essi riusciva a trovare qualche rimedio per i suoi scrupoli, che ormai lo tormentavano da molti mesi. Una volta, mentre si trovava molto tribolato a causa di essi, si mise a pregare e, nel fervore della preghiera, cominciai a gridare verso Dio ad alta voce, dicendo: 'Soccorrimi, Signore, perché non trovo alcun rimedio negli uomini, né in altra creatura; se io pensassi di poterlo trovare nessuna fatica mi sembrerebbe grande. Mostrami Tu, Signore, dove lo posso trovare; anche se fosse necessario andare dietro ad un cagnolino perché mi desse rimedio, io lo farò'".

<sup>15</sup> IGNAZIO DI LOYOLA, *Autobiografia*, n. 25.

“Spirito di Dio” e l’obbedienza a Lui. Gli Esercizi Spirituali sono il dialogo continuo con Dio – con domande e risposte.

Qual è, quindi, il posto particolare dell’esame di coscienza, proprio come “preghiera”, negli Esercizi Spirituali? L’esame di coscienza è menzionato subito da Ignazio all’inizio nella prima annotazione quando dice: “Con il termine di esercizi spirituali si intende ogni forma di esame di coscienza, di meditazione, di contemplazione, di preghiera vocale e mentale, e di altre attività spirituali, come si dirà più avanti”<sup>16</sup>. Per rendersi conto del posto particolare dell’esame di coscienza negli Esercizi tuttavia non basta tale menzione, ma è da prendere in considerazione soprattutto il suo specifico carattere di preghiera.

Il “chiedere” e “pregare” qualcosa significa ed esige l’ammissione della propria necessità e della dipendenza da Dio che caratterizza tutti gli Esercizi, dall’inizio con il “Principio e Fondamento”<sup>17</sup> fino alla fine con la “Contemplazione per raggiungere l’amore”<sup>18</sup>, e ricorda che Dio sta alla base di tutta la creazione – e quindi al centro.

L’esame di coscienza è il tentativo di approfondire tale atteggiamento di mettere Dio in tutto al primo posto! L’approfondimento però è possibile solo nella misura in cui l’uomo diviene sensibile all’amore di Dio – ai “benefici ricevuti” – e comincia a ringraziare per questi. Ciò è la condizione per poter sentire tutta la vita come un regalo – come una “grazia”. In fin dei conti, negli Esercizi Spirituali e in modo particolare con il primo punto dell’esame, si chiede a Dio “la grazia” di poter sentire la propria vita sempre più profondamente come “grazia” e puro dono!

Come indica Ignazio, dopo le venti annotazioni, già dall’inizio con il titolo, si tratta di “Esercizi spirituali per vincere se stesso e per mettere ordine nella propria vita senza prendere decisioni in base ad alcuna affezione che sia disordinata”<sup>19</sup>. Perciò non c’è da meravigliarsi che il “mettere ordine nella vita” sia una costante che determina tutto il modo di procedere degli Esercizi e che trova la sua espressione più profonda nel discernimento e nell’elezione. Per quelle persone che non devono fare un’elezione, Ignazio sottolinea che “giova molto... presentare un metodo per emendare e riformare lo stato di vita proprio di ciascuno, indirizzando la loro esistenza e il loro stato di vita alla gloria e lode di Dio nostro Signore e alla salvezza della propria anima”, e dice alla fine che “ciascuno, infatti, deve pensare che tanto progredirà nella vita spirituale, quanto si libererà dell’amore di sé, della propria volontà e del proprio interesse”<sup>20</sup>; egli indica che in fondo è Dio che “mette ordine nella vita” se l’uomo si apre veramente a Lui, lasciandolo decidere su di sé.

<sup>16</sup> *Esercizi Spirituali*, n. 1.

<sup>17</sup> Cf. *Esercizi Spirituali*, n. 23: “L’uomo è creato – da Dio – per lodare, riverire e servire Dio nostro Signore... desiderando e scegliendo soltanto quello che ci può condurre meglio al fine per cui siamo creati”.

<sup>18</sup> Cf. *Esercizi Spirituali*, n. 232-233: “Il primo preludio è composizione: qui sarà vedere me stesso alla presenza di Dio nostro Signore, degli angeli e dei santi che intercedono per me. Il secondo preludio consiste nel chiedere quello che voglio: qui sarà chiedere un’intima conoscenza di tutto il bene ricevuto, perché, riconoscendolo interamente, possa in tutto amare e servire la divina Maestà”.

<sup>19</sup> Cf. *Esercizi Spirituali*, n. 21.

<sup>20</sup> Cf. *Esercizi Spirituali*, n. 189.

Perciò l'esame di coscienza si deve vedere e fare anche sotto questo aspetto, dell'uomo che si espone a Dio, affinché possa manifestare all'uomo la sua volontà e renderlo capace di lasciarsi guidare in modo crescente da Lui. Cioè l'esame di coscienza non deve essere inteso come attività in cui l'uomo pone la fiducia in se stesso, ma come impegno nel sensibilizzarsi alla presenza e al continuo operare di Dio. Tuttavia ciò è possibile solo nella misura in cui l'uomo non è fisso nel guardare la propria vita, ma prova continuamente a considerare tutto dal punto di vista di Dio, vedendo la sua vita con gli occhi misericordiosi di Dio.

Gli Esercizi Spirituali, dall'inizio alla fine, trattano della "vocazione dell'uomo" – o più concretamente della "vocazione dell'uomo peccatore". Per essere in grado di riconoscere e sentire profondamente questa vocazione, l'uomo deve confrontarsi con la sua colpevolezza e resistenza a Dio – a questo scopo servono gli esercizi della Prima Settimana, e in particolare l'esame di coscienza.

"L'esame di coscienza", sia come "esame particolare", sia come "esame generale", rende ancora più concreto e presente tutto ciò che con gli esercizi della Prima Settimana si medita, avendo piuttosto in essi lo sguardo rivolto al peccato della vita passata. Il primo punto della seconda meditazione "consiste nel passare in rassegna i miei peccati: devo cioè richiamare alla memoria tutti i peccati della mia vita, esaminando anno per anno o periodo per periodo. A questo proposito sono utili tre considerazioni: rivedere il luogo e la casa dove ho abitato, le relazioni che ho avuto con altri, le attività che ho svolto"<sup>21</sup>.

Le considerazioni menzionate sono utili anche per il quotidiano esame di coscienza. In un certo modo cioè anche l'esame di coscienza presuppone il primo preludio delle meditazioni ignaziane: "la composizione del luogo", per non essere ridotto a un solo breve "sommario" dei difetti da notare. Quanto importante sia l'attenzione rivolta ai difetti e alle negligenze, Ignazio lo sottolinea con la quarta nota della decima addizione, dicendo: "L'esame particolare si farà per eliminare difetti e negligenze negli esercizi e nelle addizioni. Lo stesso vale per la seconda, terza e quarta settimana"<sup>22</sup>.

Tuttavia nell'esame di coscienza è presente non solo il primo preludio – la "*compositio loci*" – ma anche il secondo preludio, cioè "domandare a Dio nostro Signore quello che voglio e desidero"<sup>23</sup>, o "domandare la grazia che voglio"<sup>24</sup>. L'esame generale lo menziona nel "secondo punto: chiedere la grazia di conoscere i peccati e di eliminarli"<sup>25</sup>.

Molto chiaramente si presenta l'aspetto della "preghiera", considerando la conformità degli ultimi due punti dell'esame di coscienza con il "colloquio" delle meditazioni della Prima Settimana. "Chiedere perdono a Dio nostro Signore per le mancanze" significa mettersi davanti al Signore crocifisso: "Immaginando Cristo nostro Signore davanti a me e posto in croce, farò un colloquio: egli da Creatore è venuto a farsi uomo, e dalla

<sup>21</sup> *Esercizi Spirituali*, n. 56.

<sup>22</sup> *Esercizi Spirituali*, n. 90.

<sup>23</sup> Cf. *Esercizi Spirituali*, n. 48.

<sup>24</sup> Cf. *Esercizi Spirituali*, n. 91.

<sup>25</sup> Cf. *Esercizi Spirituali*, n. 43.

vita eterna è venuto alla morte temporale, così da morire per i miei peccati. Farò altrettanto esaminando me stesso: che cosa ho fatto per Cristo, che cosa faccio per Cristo, che cosa devo fare per Cristo. Infine, vedendolo in quello stato e appeso alla croce, esprimerò quei sentimenti che mi si presenteranno”<sup>26</sup>. Cioè il chiedere perdono non può essere inteso in modo leggero e superficiale, ma deve essere accompagnato da “sentimenti” che mi si presentano ricordando la sofferenza del Signore per i miei peccati.

Rispetto al quinto punto: “proporre di emendarsi con la sua grazia” è illuminante il colloquio della seconda meditazione, in cui Ignazio dice: “Alla fine farò un colloquio riflettendo sulla misericordia divina, ringraziando Dio nostro Signore che mi ha conservato in vita fino ad ora, e facendo il proposito di emendarmi con la sua grazia per l’avvenire. Terminerò dicendo un Padre nostro”<sup>27</sup>. Anche qui si parla del “proposito di emendarmi con la sua grazia”, ma ciò sulla base del ringraziamento al “Signore che mi ha conservato in vita fino ad ora”, ovvero posso andare avanti con grande fiducia in Lui ma allo stesso tempo impegnandomi con tutte le mie capacità per corrispondere sempre meglio alle sue aspettative!

## **Il significato spirituale dell’esame di coscienza per la vita del credente**

Prima di tutto conviene ripetere ciò che ho detto subito nell’introduzione: fare l’esame di coscienza non è un qualcosa di tipico e particolare del cristianesimo, nel senso che lo si ritrova solo in esso. È un esercizio che fanno gli uomini di tutte le religioni e persino gli atei: lo fanno come un esercizio di autocontrollo per migliorare qualcosa nella loro vita. Perciò il mero fatto che faccio l’esame di coscienza da cristiano non significa automaticamente che esso sia già davvero “cristiano”, o che sia stato fatto “cristianamente”. Ed è tale affermazione a dover sollevare in noi la domanda su che cosa sia l’esame di coscienza cristiano e da che cosa sia caratterizzato.

Per dare una risposta a questa domanda, dobbiamo tornare all’esame generale e ai cinque punti indicati da Sant’Ignazio; li ripeto ancora una volta, prima di spiegarli nel loro significato spirituale per noi.

Primo punto: ringraziare Dio nostro Signore per i benefici ricevuti.

Secondo punto: chiedere la grazia di conoscere i peccati e di eliminarli.

Terzo punto: chiedere conto alla propria coscienza ora per ora, o periodo per periodo, da quando ci si è alzati fino al momento di questo esame, prima sui pensieri, poi sulle parole e infine sulle azioni, seguendo lo stesso procedimento che è stato indicato nell’esame particolare.

<sup>26</sup> *Esercizi Spirituali*, n. 53.

<sup>27</sup> *Esercizi Spirituali*, n. 61.

Quarto punto: chiedere perdono a Dio nostro Signore per le mancanze.

Quinto punto: proporre di emendarsi con la sua grazia. Infine dire un Padre nostro.

Il “ringraziare Dio nostro Signore per i benefici ricevuti” non è soltanto il primo punto nel senso cronologico e quindi il punto di partenza, ma lo è anche a causa della sua importanza centrale. Tale ringraziamento ci insegna e ci vuole ricordare continuamente che non siamo noi ad essere al centro, ma Dio! Cioè lo scopo primario dell’esame di coscienza cristiano non è un “autocontrollo” e un fissarsi su noi stessi, ma il farci più sensibili alla presenza e all’agire di Dio nella vita quotidiana. Se non mettiamo veramente Dio al centro del nostro esame di coscienza, questo risulta inutile per la nostra fede e non ci apre al sentire il suo amore, la cui esperienza è necessaria per poter crescere nella fiducia in Dio.

Anche il secondo punto, “chiedere la grazia di conoscere i peccati e di eliminarli”, va in fondo nella stessa direzione, perché ci ricorda che non siamo in grado di conoscere i nostri peccati senza la grazia di Dio, cioè abbiamo bisogno dell’esperienza del suo amore e del suo aiuto. Siamo in grado di guardare davvero la nostra realtà umana e di accettarla interiormente solo nella misura in cui abbiamo fiducia nella misericordia di Dio. Se ci manca questa fiducia nel Dio misericordioso, risulterà difficile o persino impossibile confessare che siamo peccatori. Ci viene richiesto di collaborare con la grazia divina nell’eliminare i peccati, ossia non basta la sola nostra attività ma occorre impegnarci nel lasciar operare la grazia di Dio in noi.

Il secondo punto significa quindi in realtà chiedere a Dio l’esperienza interiore profonda dell’amore e della misericordia, affinché questi ci facciano capaci di confessare davanti a Lui la nostra povertà umana e i nostri fallimenti; quindi è la richiesta di ricordarci del suo amore per essere in grado di andargli incontro e di tornare a Lui come il “figlio prodigo”. In questo senso il secondo punto ci ricorda l’atteggiamento dell’umiltà con cui dobbiamo incontrare Dio e che ci apre ai suoi aiuti per la nostra conversione e per la nostra crescita spirituale.

Nella misura in cui l’esame di coscienza tende ad essere il “controllo di se stesso” e la sola “analisi della vita”, la persona è incline a incominciare subito con il terzo punto indicato da Sant’Ignazio e a ridurre così l’esame di coscienza a questo punto. Tale limitazione però non significa solo un impoverimento dell’esame di coscienza, in quanto l’accentuazione eccessiva del terzo punto cambia anche il suo senso – e cambia in seguito anche le conseguenze tratte dall’esame di coscienza per il futuro comportamento nella vita quotidiana.

Se la persona, secondo il primo punto, si impegna a mettere veramente Dio al centro e cerca, in conformità al secondo punto, di incontrare Dio in grande umiltà, il terzo punto non sarà più un invito a una revisione penetrante con l’intenzione di giudicarsi e di valutare se stessi, ma diverrà piuttosto un semplice percorrere interiormente le ore passate con l’intenzione di essere sensibili alla presenza e all’attività di Dio proprio in questo tempo preso in considerazione. Cioè quello che interessa non è tanto la conoscenza di se stessi e un’auto-redenzione, ma la conoscenza di Dio e la crescita della fiducia nel suo amore redentore.

Questo cammino interiore, a cui ci invita il terzo punto, vuole farci vedere più chiaramente gli aiuti offerti da Dio, ma anche gli ostacoli da parte nostra che ci impediscono di accettare quegli aiuti offerti. Il terzo punto ci invita a discernere la nostra vita quotidiana e ad interrogarci su come possiamo meglio contribuire all'approfondimento della nostra relazione con Dio. Proprio considerando i nostri pensieri, le nostre parole e le nostre azioni, solitamente incontriamo molte cose che ci indicano quanto siamo ancora orientati verso noi stessi, ciechi rispetto alla presenza di Dio e sordi o disobbedienti ai suoi inviti, e tutto ciò ci fa comprendere la nostra incapacità nell'avere piena fiducia in Dio. Tale considerazione del nostro rapporto con Dio ci fa sentire e riconoscere come una conversione vera e profonda superi in realtà le nostre possibilità.

A noi perciò rimane solamente, come ci invita a fare il quarto punto, di chiedere umilmente "perdono a Dio nostro Signore per le mancanze". Non si parla qui esplicitamente di "peccati" ma di "mancanze"; in tal modo si sottolinea ciò che noi non abbiamo fatto, cioè soprattutto la nostra ingratitudine nei confronti di Dio che ci ha accordato tanti favori e aiuti.

Come indica il quinto punto: "proporre di emendarsi con la sua grazia", dobbiamo collaborare con Dio, cioè "collaborare con la sua grazia". In tutto ciò si evidenzia come l'esame di coscienza sia il vivo dialogo con Dio e, quindi, una "preghiera". Ignazio lo ricorda ancora dicendo che l'esame di coscienza va concluso con il Padre nostro: "Infine dire un Padre nostro". In questo modo ci rammentiamo di essere spiritualmente bambini piccoli, i quali hanno bisogno di sentirsi ricordare dal padre continuamente le mancanze e le tendenze sbagliate, per ritornare "con la sua grazia" a Lui e per vivere con il suo aiuto una "conversione continua", che consiste nello sforzo di non perdere mai di vista la sua presenza e il suo amore.

## Conclusione

Vorrei concludere con un'osservazione riguardo al concetto di "coscienza": si tratta di una parola composta da "con" e "scienza". Parlando in questo contesto di "scienza", non si accenna a un "sapere" basato unicamente sulla propria ragione, ma fondato piuttosto sulla fiducia in Dio per essere guidati e ammaestrati da Lui – proprio nel senso in cui Gerolamo Nadal domandò a Sant'Ignazio "che egli ci volesse esporre come il Signore lo aveva guidato dall'inizio della sua conversione, affinché quel racconto potesse avere per noi valore di testamento e di direttiva paterna"<sup>28</sup>. "Coscienza", quindi, significa entrare nella "sapienza" di Dio, affinché la nostra vita sia sempre più formata e diretta da essa.

Prendendo in considerazione anche l'espressione della "*ratio conscientiae*" – il rendiconto di coscienza – diviene evidente ancora un altro aspetto: qui la "con-scienza" include anche un'altra persona che viene informata da me. Ciò indica che la propria esperien-

<sup>28</sup> Cf. Ignazio di Loyola, *Autobiografia*, p. 31-32, n. 2.

za interiore dell'insicurezza, del non-sapere e dei dubbi, richiede la "correzione" e l'aiuto nel discernimento, cioè richiede il "direttore spirituale", che ci aiuta nel discernimento e a partecipare in modo crescente alla "sapienza" e "scienza" di Dio – ad essere "con-sapevoli" e "con-scienti" – quindi "con-formati" a Dio e all'immagine del Figlio suo.