



La Santa Sede

PAPA FRANCESCO

UDIENZA GENERALE

Piazza San Pietro

Mercoledì, 30 novembre 2022

[[Multimedia](#)]

Catechesi sul Discernimento. 10. *La consolazione autentica*

Cari fratelli e sorelle, buongiorno!

Proseguendo la nostra riflessione sul discernimento, e in particolare sull'esperienza spirituale chiamata "consolazione", della quale abbiamo parlato [l'altro mercoledì](#), ci chiediamo: come riconoscere la vera *consolazione*? È una domanda molto importante per un buon discernimento, per non essere ingannati nella ricerca del nostro vero bene.

Possiamo trovare alcuni criteri in un passo degli *Esercizi spirituali* di Sant'Ignazio di Loyola. «Se nei pensieri tutto è buono – dice Sant'Ignazio – il principio, il mezzo e la fine, e se tutto è orientato verso il bene, questo è un segno dell'angelo buono. Può darsi invece che nel corso dei pensieri si presenti qualche cosa cattiva o distrattiva o meno buona di quella che l'anima prima si era proposta di fare, oppure qualche cosa che indebolisce l'anima, la rende inquieta, la mette in agitazione e le toglie la pace, le toglie la tranquillità e la calma che aveva prima: questo allora è un chiaro segno che quei pensieri provengono dallo spirito cattivo» (n. 333). Perché è vero: c'è una vera consolazione, ma anche ci sono delle consolazioni che non sono vere. E per questo bisogna capire bene il percorso della consolazione: come va e dove mi porta? Se mi porta a una cosa che va meno, che non è buona, la consolazione non è vera, è "finta", diciamo così.

E queste sono indicazioni preziose, che meritano un breve commento. Cosa significa che *il*

principio è orientato al bene, come dice Sant'Ignazio di una buona consolazione? Ad esempio ho il pensiero di pregare, e noto che si accompagna ad affetto verso il Signore e il prossimo, invita a compiere gesti di generosità, di carità: è un principio buono. Può invece accadere che quel pensiero sorga per evitare un lavoro o un incarico che mi è stato affidato: ogni volta che devo lavare i piatti o pulire la casa, mi viene una grande voglia di mettermi a pregare! Succede questo, nei conventi. Ma la preghiera non è una fuga dai propri compiti, al contrario è un aiuto a realizzare quel bene che siamo chiamati a compiere, qui e ora. Questo riguardo al principio.

C'è poi il *mezzo*: Sant'Ignazio diceva che il principio, il mezzo e la fine devono essere buoni. Il principio è questo: io ho voglia di pregare per non lavare i piatti: vai, lava i piatti e poi vai a pregare. Poi c'è il mezzo, vale a dire ciò che viene dopo, ciò che segue quel pensiero. Rimanendo nell'esempio precedente, se comincio a pregare e, come fa il fariseo della parabola (cfr Lc 18,9-14), tendo a compiacermi di me stesso e a disprezzare gli altri, magari con animo risentito e acido, allora questi sono segni che lo spirito cattivo ha usato quel pensiero come chiave di accesso per entrare nel mio cuore e trasmettermi i suoi sentimenti. Se io vado a pregare e mi viene in mente quello del fariseo famoso – “ti ringrazio, Signore, perché io prego, non sono come l'altra gente che non ti cerca, non prega” – lì, quella preghiera finisce male. Quella consolazione di pregare è per sentirsi un pavone davanti a Dio. E questo è il mezzo che non va.

E poi c'è *la fine*: il principio, il mezzo e la fine. La fine è un aspetto che abbiamo già incontrato, e cioè: dove mi porta un pensiero? Per esempio, dove mi porta il pensiero di pregare. Ad esempio, qui può capitare che mi impegni a fondo per un'opera bella e meritevole, ma questo mi spinge a non pregare più, perché sono indaffarato da tante cose, mi scopro sempre più aggressivo e incattivito, ritengo che tutto dipenda da me, fino a perdere fiducia in Dio. Qui evidentemente c'è l'azione dello spirito cattivo. Io mi metto a pregare, poi nella preghiera mi sento onnipotente, che tutto deve essere nelle mie mani perché io sono l'unico, l'unica che sa portare avanti le cose: evidentemente non c'è il buono spirito lì. Occorre esaminare bene il percorso dei nostri sentimenti e il percorso dei buoni sentimenti, della consolazione, nel momento in cui io voglio fare qualcosa. Come è il principio, come è la metà e come è la fine.

Lo stile del nemico – quando parliamo del nemico, parliamo del diavolo, perché il demonio esiste, c'è! – il suo stile, lo sappiamo, è di presentarsi in maniera subdola, mascherata: parte da ciò che ci sta maggiormente a cuore e poi ci attrae a sé, a poco a poco: il male entra di nascosto, senza che la persona se ne accorga. E con il tempo la soavità diventa durezza: quel pensiero si rivela per come è veramente.

Da qui l'importanza di questo paziente ma indispensabile esame dell'origine e della verità dei propri pensieri; è un invito ad apprendere dalle esperienze, da quello che ci capita, per non continuare a ripetere i medesimi errori. Quanto più conosciamo noi stessi, tanto più avvertiamo da dove entra il cattivo spirito, le sue “password”, le porte d'ingresso del nostro cuore, che sono i punti su cui siamo più sensibili, così da farvi attenzione per il futuro. Ognuno di noi ha i punti più

sensibili, i punti più deboli della propria personalità: e da lì entra il cattivo spirito e ci porta per la strada non giusta, o ci toglie dalla vera strada giusta. Vado a pregare ma mi toglie dalla preghiera.

Gli esempi potrebbero essere moltiplicati a piacere, riflettendo sulle nostre giornate. Per questo è così importante l'esame di coscienza quotidiano: prima di finire la giornata, fermarsi un po'. Cosa è successo? Non nei giornali, non nella vita: cosa è successo nel mio cuore? Il mio cuore è stato attento? È cresciuto? È stata una strada che ha passato tutto, a mia insaputa? Cosa è successo nel mio cuore? E questo esame è importante, è la fatica preziosa di rileggere il vissuto sotto un particolare punto di vista. Accorgersi di ciò che capita è importante, è segno che la grazia di Dio sta lavorando in noi, aiutandoci a crescere in libertà e consapevolezza. Noi non siamo soli: è lo Spirito Santo che è con noi. Vediamo come sono andate le cose.

La consolazione autentica è una sorta di conferma del fatto che stiamo compiendo ciò che Dio vuole da noi, che camminiamo sulle sue strade, cioè nelle strade della vita, della gioia, della pace. Il discernimento, infatti, non verte semplicemente sul bene o sul massimo bene possibile, ma su ciò che è *bene per me qui e ora*: su questo sono chiamato a crescere, mettendo dei limiti ad altre proposte, attraenti ma irreali, per non essere ingannato nella ricerca del vero bene.

Fratelli e sorelle, bisogna capire, andare avanti nel capire cosa succede nel mio cuore. E per questo ci vuole l'esame di coscienza, per vedere cosa è successo oggi. "Oggi mi sono arrabbiato lì, non ho fatto quello ...": ma perché? Andare oltre il perché è cercare la radice di questi sbagli. "Ma, oggi sono stato felice ma ero noioso perché dovevo aiutare quella gente, ma alla fine mi sono sentito pieno, piena per quell'aiuto": e c'è lo Spirito Santo. Imparare a leggere nel libro del nostro cuore cosa è successo durante la giornata. Fatelo, solo due minuti, ma vi farà bene, ve lo assicuro.

Saluti

Je salue cordialement les pèlerins de langue française, particulièrement le lycée Sainte Marie de Neuilly, de Paris. Frères et sœurs, nous sommes entrés dans le temps de l'Avent pleins d'espérance et nous implorons le Prince de la Paix avec ferveur afin qu'il apporte à nos cœurs blessés, ainsi qu'aux nations meurtries par les guerres et les crises de tout genre, la consolation authentique, pour une vie digne et sereine. Que Dieu vous bénisse !

[Saluto cordialmente i pellegrini di lingua francese, in particolare il liceo Sainte Marie de Neuilly, di Parigi. Fratelli e sorelle, siamo entrati nel tempo di Avvento pieni di speranza e imploriamo con fervore il Principe della Pace perché porti la consolazione ai nostri cuori feriti, come pure alle nazioni provate da guerre e crisi di ogni genere, per una vita dignitosa e serena. Dio vi benedica!]

I greet the English-speaking pilgrims taking part in today's Audience, especially those from England, Australia, Vietnam and the United States of America. I pray that each of you, and your families, may experience a blessed Advent in preparation for the coming, at Christmas, of the newborn Jesus, Son of God and Saviour of the world. God bless you!

[Do il benvenuto a tutti i pellegrini di lingua inglese presenti all'odierna Udienza, specialmente quelli provenienti da Inghilterra, Australia, Vietnam e Stati Uniti d'America. A ciascuno di voi e alle vostre famiglie giunga l'augurio di un fecondo cammino di Avvento, per accogliere, a Natale, il Bambino Gesù, Figlio di Dio e Principe della pace. Dio vi benedica!]

Einen herzlichen Gruß richte ich an die Pilger deutscher Sprache. In dieser Adventszeit möge die Lampe unseres Glaubens an Christus euer Leben hell erleuchten. Wenn wir unsere Hoffnung im Herrn verankern, können wir jede Täuschung überwinden, um zur vollkommenen Freude zu gelangen.

[Rivolgo un cordiale saluto ai pellegrini di lingua tedesca. In questo tempo di Avvento la lampada della nostra fede in Cristo illumini le vostre vite. Ancorando la nostra speranza nel Signore, possiamo superare ogni inganno per giungere alla piena felicità.]

Saludo cordialmente a los peregrinos de lengua española. Hoy celebramos la fiesta de san Andrés, el hermano de Pedro. Que este santo apóstol nos enseñe a buscar al Mesías en cada momento de nuestra vida y a anunciarlo con alegría a cuantos nos rodean. Que Jesús los bendiga y la Virgen Santa los cuide. Gracias.

Saúdo cordialmente os peregrinos de língua portuguesa, especialmente os grupos da Paróquia Nossa Senhora do Perpétuo Socorro, em Cascavel, e da Paróquia Santo António, em Salir de Matos! Começamos o tempo de Advento, em preparação para a vinda de Jesus. É tempo propício para fazer um bom exame de consciência e, se encontramos algo que não está bem, pedir perdão ao Senhor e retomar o caminho certo. Que Deus vos abençoe e a Virgem Santa vos proteja!

[Saluto cordialmente i pellegrini di lingua portoghese, in modo speciale i gruppi della Parrocchia Nossa Senhora do Perpétuo Socorro, a Cascavel, e della Parrocchia Santo António, a Salir de Matos! Abbiamo iniziato il tempo di Avvento, in preparazione alla venuta di Gesù. È tempo propizio per fare un buon esame di coscienza e, se troviamo qualcosa che non va bene, chiedere perdono al Signore e riprendere il cammino giusto. Dio vi benedica e la Vergine Santa vi custodisca!]

أَحِبِّي الْمُؤْمِنِينَ النَّاطِقِينَ بِاللُّغَةِ الْعَرَبِيَّةِ. التَّمْيِيزُ يَجِبُ أَلَّا يُرَكِّزَ بِبَسَاطَةٍ عَلَى الْخَيْرِ أَوْ عَلَى أَكْبَرَ خَيْرٍ مُمَكِّنٍ، بَلْ عَلَى مَا هُوَ خَيْرٌ لِي هُنَا وَالآنَ. بَارِكْكُمْ الرَّبُّ جَمِيعًا وَحَمَاكُمْ دَائِمًا مِنْ كُلِّ شَرٍّ!

[Saluto i fedeli di lingua araba. Il discernimento non deve vertere semplicemente sul bene o sul

massimo bene possibile, ma su ciò che è bene per me qui e ora. Il Signore vi benedica tutti e vi protegga sempre da ogni male!]

Serdecznie pozdrawiam pielgrzymów polskich; szczególnie przedstawicieli Szkoły Głównej Gospodarstwa Wiejskiego z Warszawy i z powiatu bialskiego, uczestniczących w konferencji zatytułowanej: *Prawa człowieka w nauczaniu Jana Pawła II*. Niech Matka Boża, która towarzyszy naszej adwentowej drodze, wyprasza wam i wszystkim obecnym dar serca otwartego na Boga i drugiego człowieka. Z serca wam błogosławię.

[Saluto cordialmente i pellegrini polacchi. In particolare i rappresentanti dell'Università di Scienze della Vita di Varsavia e del distretto di Biała Podlaska, che partecipano alla conferenza intitolata: I diritti umani nell'insegnamento di Giovanni Paolo II. La Madonna, che ci accompagna nel cammino di Avvento, ottenga a voi e a tutti i presenti il dono di un cuore aperto a Dio e agli altri. Vi benedico di cuore.]

* * *

Rivolgo un cordiale benvenuto ai pellegrini di lingua italiana. In particolare, saluto la Fondazione Pro Loco d'Italia, il gruppo dell'Università Campus Biomedico di Roma e quello dell'Università di Cassino e del Lazio Meridionale. Sono lieto di accogliere i ragazzi "speciali" che hanno partecipato al concorso nazionale di pasticceria e gli artisti circensi – li abbiamo visti – "Black Blues Brothers".

Il mio pensiero, come di solito, va ai giovani, ai malati, agli anziani e agli sposi novelli. Il tempo liturgico dell'Avvento, da poco iniziato, ci invita ad andare incontro al Signore che viene con la preghiera, la penitenza e le opere di carità. Preparatevi a celebrare la nascita di Gesù con l'ascolto assiduo della Parola di Dio e la generosa risposta alla sua grazia.

Celebriamo oggi la Festa dell'apostolo Sant'Andrea, fratello di Simon Pietro, Patrono della Chiesa che è in Costantinopoli, dove si è recata, come di consueto, una Delegazione della Santa Sede. Desidero esprimere il mio speciale affetto al caro fratello il Patriarca Bartolomeo I e all'intera Chiesa di Costantinopoli. L'intercessione dei Santi fratelli apostoli Pietro e Andrea, conceda presto alla Chiesa di godere pienamente della sua unità e la pace al mondo intero, specialmente in questo momento alla cara e martoriata Ucraina, sempre nel nostro cuore e nelle nostre preghiere.