



# La Santa Sede

---

PAPA FRANCESCO

**UDIENZA GENERALE**

*Aula Paolo VI*

*Mercoledì, 4 gennaio 2023*

**[[Multimedia](#)]**

---

## **Catechesi sul Discernimento. 14. *L'accompagnamento spirituale***

*Cari fratelli e sorelle, buongiorno!*

Prima di iniziare questa catechesi vorrei che ci unissimo a quanti, qui accanto, stanno rendendo omaggio a Benedetto XVI e rivolgere il mio pensiero a lui, che è stato un grande maestro di catechesi. Il suo pensiero acuto e garbato non è stato autoreferenziale, ma ecclesiale, perché sempre ha voluto accompagnarci all'incontro con Gesù. Gesù, il Crocifisso risorto, il Vivente e il Signore, è stata la meta a cui Papa Benedetto ci ha condotto, prendendoci per mano. Ci aiuti a riscoprire in Cristo la gioia di credere e la speranza di vivere.

Con questa catechesi di oggi concludiamo il ciclo dedicato al tema del discernimento, e lo facciamo completando il discorso sugli aiuti che possono e devono sostenerlo: sostenere il processo di discernimento. Uno di questi è *l'accompagnamento spirituale*, importante anzitutto per la conoscenza di sé, che abbiamo visto essere una condizione indispensabile per il discernimento. Guardarsi allo specchio, da soli, non sempre aiuta, perché uno può alterare l'immagine. Invece, guardarsi allo specchio con l'aiuto di un altro, questo aiuta tanto perché l'altro ti dice la verità – quando è veritiero – e così ti aiuta.

La grazia di Dio in noi lavora sempre sulla nostra natura. Pensando a una parabola evangelica, la grazia possiamo paragonarla al buon seme e la natura al terreno (cfr *Mc 4,3-9*). È importante

anzitutto *farsi conoscere*, senza timore di condividere gli aspetti più fragili, dove ci scopriamo più sensibili, deboli o timorosi di essere giudicati. Farsi conoscere, manifestare se stesso a una persona che ci accompagni nel cammino della vita. Non che decida per noi, no: ma che ci accompagni. Perché *la fragilità* è, in realtà, la nostra vera ricchezza: noi siamo ricchi in fragilità, tutti; la vera ricchezza, che dobbiamo imparare a rispettare e ad accogliere, perché, quando viene offerta a Dio, ci rende capaci di tenerezza, di misericordia e di amore. Guai a quelle persone che non si sentono fragili: sono dure, dittatoriali. Invece, le persone che con umiltà riconoscono le proprie fragilità sono più comprensive con gli altri. La fragilità – io posso dire – ci rende umani. Non a caso, la prima delle tre tentazioni di Gesù nel deserto – quella legata alla fame – cerca di rubarci la fragilità, presentandocela come un male di cui sbarazzarsi, un impedimento a essere come Dio. E invece è il nostro tesoro più prezioso: infatti Dio, per renderci simili a Lui, ha voluto condividere fino in fondo la nostra propria fragilità. Guardiamo il crocifisso: Dio che è sceso proprio alla fragilità. Guardiamo il presepio che arriva in una fragilità umana grande. Lui ha condiviso la nostra fragilità.

E l'accompagnamento spirituale, se è docile allo Spirito Santo, aiuta a *smascherare equivoci* anche gravi nella considerazione di noi stessi e nella relazione con il Signore. Il Vangelo presenta diversi esempi di colloqui chiarificatori e liberanti fatti da Gesù. Pensiamo, ad esempio, a quelli con la Samaritana, che noi lo leggiamo, lo leggiamo, e sempre c'è questa saggezza e tenerezza di Gesù; pensiamo a quello con Zaccheo, pensiamo con la donna peccatrice, pensiamo con Nicodemo e con i discepoli di Emmaus: il modo di avvicinarsi del Signore. Le persone che hanno un incontro vero con Gesù non hanno timore di aprirgli il cuore, di presentare la propria vulnerabilità, la propria inadeguatezza, la propria fragilità. In questo modo, la loro condivisione di sé diventa esperienza di salvezza, di perdono gratuitamente accolto.

Raccontare di fronte a un altro ciò che abbiamo vissuto o che stiamo cercando aiuta a fare chiarezza in noi stessi, *portando alla luce i tanti pensieri che ci abitano*, e che spesso ci inquietano con i loro ritornelli insistenti. Quante volte, in momenti bui, ci vengono i pensieri così: "Ho sbagliato tutto, non valgo niente, nessuno mi capisce, non ce la farò mai, sono destinato al fallimento", quante volte è venuto a noi pensare queste cose. Pensieri falsi e velenosi, che il confronto con l'altro aiuta a *smascherare*, così che possiamo sentirci amati e stimati dal Signore per come siamo, capaci di fare cose buone per Lui. Scopriamo con sorpresa modi differenti di vedere le cose, segnali di bene da sempre presenti in noi. È vero, noi possiamo condividere le nostre fragilità con l'altro, con quello che ci accompagna nella vita, nella vita spirituale, il maestro di vita spirituale, sia un laico, un sacerdote e dire: "Guarda cosa succede a me: sono un disgraziato, mi stanno succedendo queste cose". E colui che accompagna risponde: "Sì, tutti ne abbiamo di queste cose". Questo ci aiuta a chiarirle bene e vedere da dove vengono le radici e così superarle.

Colui o colei che accompagna – l'accompagnatore o l'accompagnatrice – non si sostituisce al Signore, non fa il lavoro al posto della persona accompagnata, ma cammina al suo fianco, la incoraggia a leggere ciò che si muove nel suo cuore, il luogo per eccellenza dove il Signore parla.

L'accompagnatore spirituale, che noi chiamiamo *direttore spirituale* – non mi piace questo termine, preferisco *accompagnatore spirituale*, è meglio – è quello che ti dice: “Va bene, ma guarda qui, guarda qui”, ti attira l'attenzione su cose che forse passano; ti aiuta a capire meglio i segni dei tempi, la voce del Signore, la voce del tentatore, la voce delle difficoltà che non riesci a superare. Per questo è molto importante non camminare da soli. C'è un detto della saggezza africana – perché loro hanno quella mistica della tribù – che dice: “Se tu vuoi arrivare in fretta, vai da solo; se tu vuoi arrivare sicuro, vai con gli altri”, vai accompagnato, vai con il tuo popolo. È importante. Nella vita spirituale è meglio farsi accompagnare da qualcuno che conosca le cose nostre e ci aiuti. E questo è l'accompagnamento spirituale.

Questo accompagnamento può essere fruttuoso se, da una parte e dall'altra, si è fatta esperienza della *figliolanza* e della *fratellanza* spirituale. Scopriamo di essere figli di Dio nel momento in cui ci scopriamo fratelli, figli dello stesso Padre. Per questo è indispensabile essere *inseriti in una comunità in cammino*. Non siamo soli, siamo gente di un popolo, di una nazione, di una città che cammina, di una Chiesa, di una parrocchia, di questo gruppo ... una comunità in cammino. Non si va al Signore da soli: questo non va. Dobbiamo capirlo bene. Come nel racconto evangelico del paralitico, spesso siamo sostenuti e guariti grazie alla fede di qualcun altro (cfr *Mc 2,1-5*) che ci aiuta ad andare avanti, perché tutti noi alle volte abbiamo delle paralisi interiori e ci vuole qualcuno che ci aiuti a superare quel conflitto con l'aiuto. Non si va al Signore da soli, ricordiamolo bene; altre volte siamo noi ad assumerci tale impegno a favore di un altro fratello o di una sorella, e siamo accompagnatori per aiutare quell'altro. Senza esperienza di figliolanza e di fratellanza l'accompagnamento può dare adito ad attese irreali, a equivoci, a forme di dipendenza che lasciano la persona allo stato infantile. Accompagnamento, ma come figli di Dio e fratelli con noi.

La Vergine Maria è maestra di discernimento: *parla poco, ascolta molto e custodisce nel cuore* (cfr *Lc 2,19*). I tre atteggiamenti della Madonna: parlare poco, ascoltare tanto e custodire nel cuore. E le poche volte in cui parla lascia il segno. Per esempio, nel Vangelo di Giovanni c'è una brevissima frase pronunciata da Maria che è una consegna per i cristiani di tutti i tempi: “Fate quello che vi dirà” (cfr *2,5*). È curioso: una volta ho sentito una vecchietta molto buona, molto pia, non aveva studiato teologia, era molto semplice. E m'ha detto: “Lei sa qual è il gesto che sempre fa la Madonna?”. Non so: ti coccola, ti chiama ... “No: il gesto che fa la Madonna è questo” [indica con l'indice]. Io non capivo, e chiedo: “Cosa vuol dire?”. E la vecchietta mi ha risposto: “Sempre segnala Gesù”. È bello, quello: la Madonna non prende niente per sé, segnala Gesù. *Fate quello che Gesù vi dice*: così è la Madonna. Maria sa che il Signore parla al cuore di ciascuno, e chiede di tradurre questa parola in azioni e scelte. Lei ha saputo farlo più di ogni altro, e infatti è presente nei momenti fondamentali della vita di Gesù, specialmente nell'ora suprema della morte di croce.

Cari fratelli e sorelle, finiamo questa serie di catechesi sul discernimento: il discernimento è un'arte, *un'arte che si può apprendere* e che ha le sue regole proprie. Se bene appreso, esso consente di vivere l'esperienza spirituale in maniera sempre più bella e ordinata. Soprattutto il discernimento è un dono di Dio, che va sempre chiesto, senza mai presumere di essere esperti e

autosufficienti. Signore, dammi la grazia di discernere nei momenti della vita, cosa devo fare, cosa devo capire. Dammi la grazia di discernere, e dammi la persona che mi aiuti a discernere.

La voce del Signore si può sempre riconoscere, ha uno stile unico, è una voce che pacifica, incoraggia e rassicura nelle difficoltà. Il Vangelo ce lo ricorda continuamente: «Non temere» (Lc 1,30), che bella quella parola dell'angelo a Maria dopo la risurrezione di Gesù; «non temere», «non abbiate paura», è proprio lo stile del Signore: «non temere». «Non temere!», ripete anche a noi il Signore oggi; «non temere»: se ci fidiamo della sua parola, giocheremo bene la partita della vita, e potremo aiutare altri. Come dice il Salmo, la sua Parola è *lampada ai nostri passi e luce sul nostro cammino* (cfr 119,105).

## Saluti

Je salue cordialement les pèlerins de langue française. Le discernement est un art qu'il est possible d'apprendre et qui a ses règles. Demandons à la Vierge Marie de nous y initier et que l'Esprit Saint mette sur notre route des personnes qui pourront nous accompagner dans notre marche vers Dieu. Que Dieu vous bénisse.

*[Saluto cordialmente i pellegrini di lingua francese. Il discernimento è un'arte che si può imparare e che ha le sue regole. Chiediamo alla Vergine Maria di iniziarci ad essa e che lo Spirito Santo metta sul nostro cammino persone che possano accompagnarci nel nostro itinerario verso Dio. Dio vi benedica!]*

I offer a warm welcome to the English-speaking pilgrims taking part in today's Audience, especially the groups from Israel and the United States of America. To all of you and your families, I offer my prayerful good wishes for a new year filled with joy and peace. God bless you!

*[Do il benvenuto a tutti i pellegrini di lingua inglese presenti all'odierna Udienza, specialmente i gruppi provenienti da Israele e Stati Uniti d'America. A tutti voi e alle vostre famiglie, auguro un nuovo anno colmo di gioia e di pace. Dio vi benedica!]*

Liebe Pilger deutscher Sprache! Mit den Worten unseres lieben Verstorbenen Benedikt XVI. möchte ich euch zurufen: „Wer glaubt, ist nie allein!“ Wer Gott zum Vater hat, hat viele Brüder und Schwestern. In diesen Tagen erleben wir in besonderer Weise, wie umfassend diese Weggemeinschaft des Glaubens ist und dass sie auch mit dem Tod nicht endet. Gott segne und beschütze euch!

*[Cari pellegrini di lingua tedesca, con le parole del nostro caro defunto Benedetto XVI voglio ricordarvi: "Chi crede non è mai solo!" Chi ha Dio come Padre ha molti fratelli e sorelle. In questi*

*giorni sperimentiamo in modo particolare quanto questa comunità di fede sia universale e che non finisce neanche con la morte. Dio vi benedica!]*

Saludo cordialmente a los peregrinos de lengua española. Pidamos a la Virgen María, maestra de discernimiento, que nos ayude a crecer en la vida interior y a caminar, como los magos de Oriente, confiando en las mediaciones que nos guían hacia su Hijo Jesús. Que Dios los bendiga. Muchas gracias.

Saúdo cordialmente os peregrinos de língua portuguesa. Queridos irmãos e irmãs, no início deste novo ano, confiemo-nos à Mãe de Deus para que, como Ela, nos apressemos a ir ao encontro dos outros, partilhando a alegria e a paz que o Menino Jesus nos dá. Ele vos abençoe com um feliz Ano Novo!

*[Saluto cordialmente i pellegrini di lingua portoghese. Cari fratelli e sorelle, all'inizio di questo nuovo anno affidiamoci alla Madre di Dio affinché, come Lei, ci affrettiamo ad andare incontro agli altri, condividendo la gioia e la pace che Gesù Bambino ci dona. Egli vi benedica per un felice Anno Nuovo!]*

ةرصأنلا يف ةراشبللا اكي لي زاب ةقوج ةصاخو، ةببرعلا ةغللاب ني قطانلا ني نمؤملا ييخأ حمسي ةنإف، اديج ءانم لعت نإ. ةصاخلا ءدع اوق ءلو ءم لعت نأ نكمي نف وه، نف زيي متلا مك امحو اعيمج برلا مك كراب. رثك ا ءم ظنم و ءلي مجة قيرطب ةي حورلا ءربخ لا شيعن نأ انل ا رشل لك نم امئاد

*[Saluto i fedeli di lingua araba, in particolare il coro della Basilica dell'Annunciazione a Nazaret. Il discernimento è un'arte, un'arte che si può apprendere e che ha le sue regole. Se bene appreso, esso consente di vivere l'esperienza spirituale in maniera sempre più bella e ordinata. Il Signore vi benedica tutti e vi protegga sempre da ogni male!]*

Serdecznie pozdrawiam pielgrzymów polskich. Bracia i siostry, na progu nowego roku zawierzmy siebie Panu. Jego Słowo jest lampą dla naszych kroków i światłem na naszej drodze. Przez wstawiennictwo Maryi, Bożej Rodzicielki, proszę Pana o łaskę spokojnego i świętego życia, pełnego pokoju dla was i dla waszych bliskich. Z serca wam błogosławię!

*[Saluto cordialmente i pellegrini polacchi. Cari fratelli e sorelle, all'inizio di questo nuovo anno affidiamoci al Signore. La sua Parola è lampada ai nostri passi e luce sul nostro cammino. Per l'intercessione di Maria, Madre di Dio, chiedo al Signore la grazia per una vita serena e santa, colma di pace per voi e per i vostri cari. Vi benedico di cuore!]*

\* \* \*

Rivolgo un cordiale benvenuto ai pellegrini di lingua italiana. In particolare, saluto i partecipanti al

Congresso dell'Associazione Maestri Cattolici. Cari fratelli e sorelle, vi incoraggio a dedicarvi con mitezza alla formazione degli alunni, che hanno bisogno di vedere in voi dei testimoni di verità, di speranza, di tenerezza.

Il mio pensiero va infine ai giovani, ai malati, agli anziani e agli sposi novelli, che sono tanti. Dopo domani celebreremo la solennità dell'Epifania; come i Magi, sappiate cercare con animo aperto Cristo luce del mondo e Salvatore dell'umanità.

Esorto tutti a perseverare nella vicinanza affettuosa e solidale con il martoriato popolo ucraino che tanto soffre e continua a soffrire, invocando per esso il dono della pace. Non stanchiamoci di pregare. Il popolo ucraino soffre, i bambini ucraini soffrono: preghiamo per loro.

E a tutti la mia benedizione.