

Un trekking che cambia la vita intrapreso da un santo: il Cammino Ignaziano



Shutterstock| joan_bautista

Daniel Esparza - pubblicato l'08/10/22

Chris Lowney, ex seminarista gesuita e coautore della Guida al Cammino Ignaziano, condivide con Aleteia le sue riflessioni sul pellegrinaggio e sulla spiritualità ignaziana.

Le tradizioni cristiane hanno interpretato la caduta di Adamo ed Eva descritta nella Bibbia come la rappresentazione degli esseri umani come esiliati, in un mondo spesso inospitale, **estraniati da Dio e gli uni dagli altri**. Narrazioni bibliche successive e commenti cristiani sottolineano questo **esilio come attributo costitutivo dell'esistenza umana**.

Infatti, **l'esilio è una costante in tutta la Bibbia ebraica**. Abramo e i suoi discendenti passano da un esilio all'altro: l'Egitto, il deserto, Babilonia. Ma anche il pellegrinaggio è prominente nella maggior parte di questi racconti: **i pellegrinaggi sono, sia metaforicamente che spiritualmente, modi per annullare l'esilio, un mezzo per "tornare a casa"**.

Tutti gli autori del Nuovo Testamento sottolineano l'inevitabile caducità di questo mondo (cfr. Gv 2,17; 1 Cor 7,31; o Giacomo 1,11), incoraggiando i credenti a considerarsi **«pellegrini e stranieri sulla terra» o «residenti temporanei» la cui vera patria è nei cieli** (1 Pietro 2,11; Ebrei 11,13). Questi testi hanno contribuito a percepire la vita cristiana come un viaggio verso quella patria, conferendo così al pellegrinaggio cristiano una dimensione distintiva, interiore ed esteriore.

Il Cammino ignaziano

Il Cammino Ignaziano è un percorso di pellegrinaggio che va **da Azpeitia, città natale di Sant'Ignazio di Loyola, a Manresa, seguendo le orme del famoso santo basco**. Con il passare del tempo, questo percorso ha acquisito popolarità, guadagnandosi un posto tra gli itinerari di pellegrinaggio più famosi d'Europa, come il Cammino di Santiago e la Via Francigena.

Chris Lowney, ex seminarista gesuita, è **coautore della [Guida al Cammino Ignaziano](#), la guida ufficiale del percorso** (l'altro coautore è padre José Luis Iriberry, S.J.). Tra gli altri libri di Lowney c'è il bestseller [Heroic Leadership](#), tradotto in 11 lingue. **Aleteia ha avuto l'opportunità di intervistare Lowney su questo eccezionale percorso di pellegrinaggio.**

Quando si pensa al Cammino, la maggior parte delle persone pensa solo al Cammino di Santiago, il Cammino di Compostela. Tuttavia, il cristianesimo è ricco di itinerari di pellegrinaggio. Qual è, secondo lei, la traccia principale e distintiva del Cammino Ignaziano?

Il Cammino Ignaziano è unico sotto molti aspetti significativi. Innanzitutto, ripercorre **un percorso che ha cambiato la vita di un santo, Ignazio di Loyola**. Molti altri pellegrinaggi possono visitare un luogo dove sono sepolti i resti di un santo (come il Cammino di Santiago), ma nel caso del Cammino Ignaziano, **si ripercorrono le orme di Ignazio**, visitando molti dei luoghi che lui stesso ha visitato lungo il percorso, **vivendo alcuni dei paesaggi e dei santuari che lo hanno profondamente commosso.**



La grotta di Manresa: il 25 marzo 1522, Ignazio di Loyola scese da Montserrat a Manresa. Qui si stabilì e visse per 11 mesi.

covamanresa.cat

Ecco un'altra cosa: molti lettori conosceranno gli *Esercizi Spirituali di Ignazio*, probabilmente la guida di ritiro più utilizzata nel mondo cattolico. **Ignazio ha elaborato i rudimenti di questi *Esercizi* proprio durante questo viaggio. Incoraggiamo i pellegrini a fare questi *Esercizi* durante il loro cammino**, lungo il percorso che hanno preso forma nel cuore e nella mente di Ignazio.

Dove inizia e dove finisce? Lo chiedo perché, per alcuni, il Cammino Ignaziano dovrebbe terminare a Manresa. Altri sembrano sostenere che dovrebbe condurre fino a Gerusalemme, passando per Barcellona.

Ottima domanda. La prima versione del *Cammino* iniziò a Loyola, dove nacque Ignazio e dove si riprese dopo la ferita riportata in battaglia che gli cambiò la vita. Il *Cammino* termina a Montserrat e Manresa, luoghi in cui Ignazio ebbe profonde intuizioni spirituali e mistiche.

Ma lasciami complicare un po' quello che ti ho appena detto, in risposta alla tua domanda! **È stata appena tracciata un'estensione del Cammino**, così i pellegrini possono ora proseguire **da Manresa fino a Barcellona, proprio come fece Ignazio**. E, in effetti, Barcellona è un'altra città ricca di luoghi e testimonianze della vita di Ignazio.

Fino a Gerusalemme? Beh, non ancora! Ma hai ragione: il viaggio alla scoperta di sé stesso intrapreso da Ignazio proseguì da Barcellona fino alla Terra Santa.

Uno dei luoghi più interessanti del Cammino Ignaziano, secondo me, è Santa María del Mar, a Barcellona, che hai appena menzionato. Lì si trovano i gradini dove Ignazio era solito sedersi per chiedere l'elemosina per pagarsi gli studi. C'è una tappa del Cammino che preferisci?

Non credo di poter scegliere un solo posto, quindi ne citerò alcuni. Loyola, il suo luogo di nascita, per la bellezza montuosa dei Paesi Baschi spagnoli. Los Monegros sarebbe un altro dei miei preferiti, ma ammetto che è una scelta molto strana! **Questa regione è la cosa più simile a un deserto che si possa trovare in Europa ed è molto, molto scarsamente popolata.** È quasi inospitale, ma, in modo strano, ogni volta che ci passo, anche in



Quando sono in macchina, **mi sento sempre vicino a Ignazio, immaginando questo piccolo uomo del XVI secolo che lotta in questo paesaggio arido.** Questo la dice lunga sulla sua perseveranza, e mi chiedo sempre cosa passasse per la sua mente in questa regione. **Montserrat è un posto speciale quando non ci sono gli autobus turistici!** La mattina presto e la sera tardi, puoi averlo tutto per te, proprio come deve aver provato Ignazio: **qui ha deposto la spada durante una veglia notturna.**

Santa Maria de Montserrat è un'abbazia benedettina situata sulla montagna di Montserrat. È nota, tra le altre cose, per custodire l'immagine della Vergine di Montserrat.

red-feniks| Shutterstock

Ho già barato nominando tre luoghi, invece di uno solo come da richiesta, quindi mi fermo qui, anche se potrei citarne ancora uno o due!

Puoi dirci qualcosa sulla spiritualità ignaziana e sul ruolo che il pellegrinaggio riveste in essa?

Ho citato gli *Esercizi Spirituali*, che in un certo senso sono alla base della spiritualità distintiva di Ignazio. Si potrebbero indicare diversi elementi, ma mi limiterò a citarne alcuni. **Un mantra della spiritualità ignaziana è «trovare Dio in tutte le cose»: Ignazio ha un forte senso della presenza di Dio in tutte le persone e in tutte le situazioni che incontriamo, e lo trasmette a noi.** Inoltre, sottolinea costantemente lo spirito del «discernimento». Non sorprende che Papa Francesco, anch'egli gesuita, parli molto di discernimento. Per semplificare al massimo questa idea, direi che Ignazio capisce che lo Spirito di Dio ci parla costantemente, guidandoci nelle scelte importanti della vita, come chi sposare e quale lavoro intraprendere. **Dobbiamo solo imparare ad "ascoltare" i modi in cui Dio ci guida,** il che non è facile come comporre un numero di telefono e ottenere una risposta da Dio.

L'ultimo punto, dato che nella tua domanda accenni al pellegrinaggio: quando raccontava la storia della sua vita, Ignazio si definiva «un pellegrino». Chiaramente, come hanno affermato molti altri scrittori cristiani, Ignazio concepisce la vita come un pellegrinaggio: stiamo viaggiando attraverso questo mondo sulla via che conduce a Dio. O, per dirla meglio, **stiamo viaggiando verso Dio, ma anche con Dio al nostro fianco in Gesù.**

Uno degli elementi distintivi della spiritualità ignaziana è la Composición de Lugar, la famosa Composizione del Luogo, una sorta di contemplazione immaginativa che aiuta la mente a concentrarsi durante la preghiera. Diresti che il pellegrinaggio aiuta la contemplazione? Camminare lungo questo percorso (e contemplare i paesaggi impressionanti della Spagna settentrionale) ha qualcosa a che fare con questo?

Per me personalmente, ci sono due modi importanti in cui il pellegrinaggio mi aiuta ad aprirmi alla preghiera. **Uno lo descriverei, con un po' di umorismo, come noia.** Ma non intendo davvero in questo senso. Non mi sono mai annoiato durante un pellegrinaggio. Ma direi piuttosto questo: **quando cammini per cinque, sei o otto ore al giorno, senza un telefono o riunioni di lavoro che ti distraggono, la tua mente si libera davvero.** Pensi al tuo passato, sogni ad occhi aperti, ti trasporti oltre le cose che normalmente distraggono e riempiono le nostre giornate. Quindi ho sempre pensato che, durante un pellegrinaggio, **Dio aspetta pazientemente mentre noi ripuliamo la nostra mente da tutti i detriti e, alla fine, sia per pura noia che per grazia, finiamo per riflettere su alcune cose.**

di quelle considerazioni importanti a cui non abbiamo pensato molto o a cui non pensiamo da molto tempo.

Ecco un secondo motivo per cui ho sempre trovato utile il pellegrinaggio: ti spinge fuori dalla tua zona di comfort, e che si tratti di sport, lezioni universitarie o qualsiasi altra cosa nella vita, penso **che spesso impariamo di più quando siamo spinti fuori dalla nostra zona di comfort**. Cosa intendo per "zona di comfort"? Potrebbe essere qualsiasi cosa, e probabilmente è diversa per ognuno di noi. Uno di noi ha paura di perdersi o di ritrovarsi fuori al buio; un altro non sopporta l'idea di stare tutto il giorno solo con i propri pensieri; qualcun altro si stanca o si riempie di vesciche e si sente un po' a pezzi dentro.