

**Trattato della  
preghiera e  
meditazione**



**S. Pietro  
d'Alcantara**

San PEDRO DE ALCÁNTARA  
TRATTATO DELLA PREGHIERA E MEDITAZIONE

a cura e con una Introduzione e Note del Rev. Padre Pasquale Valugani  
Milano : Pontificia editrice arcivescovile G. Daverio, stampa. 1953

Pietro d'Alcantara, (1499-1562), uno dei direttori di S. Teresa, fu Riformatore, e fondatore d'alcune Province de' frati Scalzi di S. Francesco in Spagna. Il trattaello sull'orazione, che qui regaliamo, fu tradotto quasi in tutte le lingue. Fu canonizzato nel 1669 da papa Clemente IX .

"Se vuoi sopportare con pazienza le avversità e le miserie di questa vita, sii uomo di preghiera. Se vuoi conseguire virtù e forze per vincere le tentazioni del nemico, sii uomo di preghiera. Se vuoi mortificare la tua volontà con tutte le sue passioni e i suoi desideri, sii uomo di preghiera. Se vuoi conoscere le astuzie di Satana e difenderti dai suoi inganni, sii uomo di preghiera. Se vuoi vivere lietamente e procedere dolcemente per la strada della penitenza e dell'affanno, sii uomo di preghiera. Se vuoi allontanare dalla tua anima le mosche importune di vani pensieri e sollecitudini, sii uomo di preghiera. Se vuoi sostenere la tua anima con la pienezza della devozione e tenerla sempre piena di buoni pensieri e desideri, sii uomo di preghiera. Se vuoi rafforzare e rinsaldare il tuo cuore sulla strada di Dio, sii uomo di preghiera. Infine, se vuoi sradicare dalla tua anima tutti i vizi e piantare al loro posto la virtù, sii uomo di preghiera, poiché nella preghiera si riceve l'unzione e la grazia dello Spirito Santo, che insegna ogni cosa".

COMPOSTO DAL PADRE FRA' PEDRO DE ALCANTARA  
FRATE MINORE DELL'ORDINE DEL BEATO SAN FRANCESCO,  
DIRETTO AL MAGNIFICO E DEVOTO SIGNORE RODRIGO DE CHAVES,  
ABITANTE DI CIUDAD RODRIGO

*Magnifico e devoto signore, non mi sarei mai indotto a comporre questo breve trattato, né a consentire che fosse stampato, se tante volte la signoria vostra non mi avesse dato l'incarico di scrivere qualcosa sulla preghiera, che fosse breve e compendioso e tanto chiaro da portare vantaggio a tutti e di così piccola mole e prezzo da avvantaggiare soprattutto i poveri che non hanno tanta possibilità di accedere ai libri più costosi.*

*Essendo scritto con tanta chiarezza, porterà benefici ai semplici, che non hanno forte intelletto.*

*Sembrandomi che non fosse minor merito in questo caso l'obbedire a chi richiede cosa tanto pietosa e santa, del frutto che da essa si può trarre, volli mettere in pratica questo santo comandamento, ben certo che non può farmi che bene questo piccolo lavoro, se mi danno qualche parte del merito la buona volontà e l'affetto che ho verso di voi e verso Donna Francesca vostra moglie, legata a voi non meno dal vincolo della carità e dell'amore a Gesù Cristo nostro bene, che da quello del matrimonio.*

*Anche se è vero (e lo è) che tutto il bene che fanno i nostri fratelli, e di cui noi cristiani godiamo, va a tutto vantaggio della loro edificazione, io potrò ben dire Quod particeps sum devotionis vestrae e di tutte le vostre opere buone, poiché, come figli molto amati nel Signore (così infatti voglio chiamarvi) dal momento che mi chiamate padre, non è mai venuta meno la povertà della mia dottrina e la buona volontà nell'aiutare la ricchezza dei vostri santi propositi e alti pensieri. Avendo letto molti libri su questa materia, ne ho tratto e desunto ciò che mi è parso migliore e più vantaggioso.*

*Voglia il Signore che ne traggano vantaggio tutti coloro che lo cercano e che voi ne traiate l'interesse spirituale del vostro buon desiderio e io della vostra buona volontà, tutto ad onore e gloria di Gesù Cristo nostro bene, a cui appartiene tutto ciò che è buono.*

## capitolo primo

### IL FRUTTO CHE DERIVA DALLA PREGHIERA E DALLA MEDITAZIONE

Poiché questo breve trattato parla di preghiera e di meditazione, sarà bene dire in poche parole il frutto che si può trarre da questo santo esercizio perché gli uomini vi si dedichino con cuore più lieto.

È noto che fra i più gravi impedimenti dell'uomo al conseguimento della sua piena felicità e beatitudine vi sono la cattiva inclinazione del cuore e la difficoltà e la pesantezza con cui si muove a bene operare; se non ci fossero queste di mezzo, infatti, gli sarebbe facilissimo percorrere il cammino delle virtù e raggiungere il fine per cui fu creato.

Per questo, dice l'apostolo: *“Approvo con compiacimento la legge di Dio, secondo l'uomo interiore, ma vedo una legge diversa nelle mie membra che contraddice la legge del mio spirito e mi conduce prigioniero con sé alla legge del peccato”* (Rm 7, 23).

Questa dunque è la causa più frequente di ogni nostro male.

Per togliere quindi questa pesantezza e difficoltà e facilitare questa azione, una delle cose che portano maggiore vantaggio è la devozione.

Infatti, come dice san Tommaso, la devozione altro non è che una *sollecitudine e leggerezza nel compiere il bene* (II Quest., 82, art. 10; II Quest., 85, 3, I.), che elimina dalla nostra anima ogni difficoltà e pesantezza e ci rende solleciti e leggeri per ogni bene. È infatti un alimento spirituale, un refrigerio, una rugiada del cielo, un soffio e un alito dello Spirito Santo e un soprannaturale sentimento, che in tal modo regola, sforza e trasforma il cuore dell'uomo da dargli nuovo piacere e respiro per le cose dello spirito e nuova noia e ripugnanza per quelle dei sensi. Il che ci è provato dall'esperienza di ogni giorno, poiché, quando una persona spirituale esce da qualche devota e profonda preghiera, si rinnovano in lui tutti i buoni propositi, le inclinazioni e le determinazioni di operare il bene, il desiderio di compiacere ed amare un Signore tanto buono e dolce come gli si è mostrato e di soffrire nuove tribolazioni e sacrifici e persino di spargere il sangue per lui, ed infine rinverdisce e si rinnova tutta la freschezza dell'anima.

Se mi domandi poi in che modo si attinge questo così forte desiderio di devozione, a ciò risponde lo stesso santo dottore dicendo che lo si consegue dalla meditazione e contemplazione delle cose divine, perché meditandole e considerandole profondamente, trabocca nella volontà quel desiderio e sentimento che chiamiamo devozione, che ci incita e muove ad ogni bene. E per questo tanto si loda questo religioso esercizio da parte di tutti i santi, perché è il mezzo di attingere la devozione, che pur essendo una sola virtù, ci rende capaci e solleciti in tutte le altre virtù e ne è come lo stimolo generale. Se vuoi persuaderti della verità di ciò, guarda quanto esplicitamente dice san Bonaventura (in *La vita di Cristo*) con queste parole: *“Se vuoi sopportare con pazienza le avversità e le miserie di questa vita, sii uomo di preghiera. Se vuoi conseguire virtù e forze per vincere le tentazioni del nemico, sii uomo di preghiera. Se vuoi mortificare la tua volontà con tutte le sue passioni e*

*i suoi desideri, sii uomo di preghiera. Se vuoi conoscere le astuzie di Satana e difenderti dai suoi inganni, sii uomo di preghiera. Se vuoi vivere lietamente e procedere dolcemente per la strada della penitenza e dell'affanno, sii uomo di preghiera. Se vuoi allontanare dalla tua anima le mosche importune di vani pensieri e sollecitudini, sii uomo di preghiera. Se vuoi sustentare la tua anima con la pienezza della devozione e tenerla sempre piena di buoni pensieri e desideri, sii uomo di preghiera. Se vuoi rafforzare e rinsaldare il tuo cuore sulla strada di Dio, sii uomo di preghiera. Infine, se vuoi sradicare dalla tua anima tutti i vizi e piantare al loro posto la virtù, sii uomo di preghiera, poiché nella preghiera si riceve l'unzione e la grazia dello Spirito Santo, che insegna ogni cosa. Inoltre, se vuoi salire alle altezze della contemplazione e godere dei dolci abbracci, dello sposo, impegnati nella preghiera, perché questa è la strada per cui l'anima sale alla contemplazione e al piacere delle cose celesti. Vedi dunque quanto grandi siano le virtù e il potere della preghiera? A comprovare tutto ciò (a parte la testimonianza delle Sacre Scritture) basta per ora la prova dell'aver visto e sentito ogni giorno molte persone semplici, che hanno raggiunto tutte le cose che abbiamo detto e altre ancora più grandi, mediante l'esercizio della preghiera".*

Fin qui le parole di san Bonaventura. Quale tesoro, dunque, quale riserva si può trovare più ricca e più piena di questa?

Ascolta anche ciò che dice, a questo proposito, un altro dottore (San Lorenzo Giustiniani, *In ligno vitae: De oratione*, cap. 2) molto pio e santo, parlando della stessa virtù:

*"Nella preghiera, egli dice, si purifica l'anima dai peccati, si alimenta la carità, si conferma la fede, si rafforza la speranza, si rallegra lo spirito, si struggono le viscere, si purifica il cuore, si scopre la verità, si vince la tentazione, fugge la tristezza, si rinnovano i sensi, si vivifica la virtù in fiacchita, si allontana la tiepidezza, si consuma la ruggine dei vizi; in essa non mancano scintille vive di desiderio del ciclo, tra le quali arde la fiamma del divino amore. Grandi sono i meriti della preghiera! Grandi i suoi privilegi! A essa sono aperti i cieli. A essa si scoprono i segreti, a essa è sempre attento l'orecchio di Dio".*

Questo basta per ora a vedere in qualche modo il frutto di questo santo esercizio.

capitolo secondo  
LA MATERIA DELLA MEDITAZIONE

Visto quanto frutto portino la preghiera e la meditazione, vediamo ora quali siano le cose su cui dobbiamo meditare, al che si può rispondere che, poiché questo santo esercizio tende ad alimentare nei nostri cuori amore e timore di Dio e osservanza dei suoi comandamenti, sarà materia più conveniente di esso quella che più si confà a questo proposito. E sebbene sia vero che tutte le cose create e tutte le cose spirituali e sacre ci inducono a ciò, generalmente parlando, i misteri della nostra fede contenuti nel simbolo del Credo sono, a tal fine, più utili e vantaggiosi, poiché in esso si tratta dei benefici divini, del giudizio finale, delle pene dell'inferno e della gloria del paradiso, che sono grandissimi stimoli a muovere il nostro cuore all'amore e al timore di Dio e vi si tratta inoltre della vita e della passione di Cristo, nostro Salvatore, in cui consiste ogni nostro bene.

Queste due cose segnalatamente sono trattate nel simbolo e sono quelle che normalmente rimuginiamo nella nostra meditazione, per cui a ragione si dice che il simbolo è la materia più adeguata a questo santo esercizio, anche se, per ciascuno potrà esserlo ciò che maggiormente muove il suo cuore all'amore e al timore di Dio. Stando così le cose, per introdurre su questa strada i neofiti e principianti (a cui conviene dare il cibo già masticato e digerito) segnalerò qui brevemente due maniere di meditazione per tutti i giorni della settimana, alcune per la notte e altre per la mattina, tratte in gran parte dai misteri della nostra fede, perché, come diamo al nostro corpo due pasti al giorno, così anche li diamo all'anima il cui cibo consiste nella meditazione e considerazione delle cose divine.

Di queste meditazioni, alcune sono sui misteri della sacra passione e resurrezione di Cristo e le altre sui misteri che abbiamo detto. Chi non avesse tempo per raccogliersi due volte al giorno, potrà almeno meditare una settimana i primi misteri, un'altra gli altri, o limitarsi solo a quelli della passione e vita di Gesù Cristo (che sono i più importanti) sebbene non convenga trascurare gli altri, soprattutto agli inizi della conversione, perché sono i più adatti a questo tempo in cui si cercano principalmente il timore di Dio, il dolore e l'abborrimento dei peccati.

Seguono le prime sette meditazioni per i giorni della settimana.

***Lunedì***

Potrai dedicare questo giorno all'esame dei tuoi peccati e alla conoscenza di te stesso, per vedere nell'uno da quanti mali sei affetto e nell'altra che non hai nessun bene che non provenga da Dio, che è il mezzo per raggiungere l'umiltà che è madre di tutte le virtù. Per questo, devi in primo luogo pensare alla moltitudine dei peccati della vita passata, soprattutto a quelli che hai commesso nel tempo in cui meno conoscevi Dio. Se sai guardare bene, infatti, ti accorgerai che si sono moltiplicati più dei capelli della tua testa e che sei vissuto allora come ateo che non sa nemmeno che cosa sia Dio.

Passa quindi brevemente in rassegna i dieci comandamenti e i sette peccati mortali e ti accorgerai che non ce n'è nessuno in cui tu non sia caduto molte volte con l'opera, la parola o il pensiero.

Pensa poi a tutti i benefici che hai ricevuto da Dio e al tempo della tua vita passata e guarda come lo hai impiegato, poiché dovrai renderne conto a Dio. Dimmi poi: come hai speso la fanciullezza? e l'adolescenza? e la giovinezza? e tutti i giorni della vita passata? In che cosa hai impegnato i sensi del corpo e le potenzialità dell'anima che Dio ti ha dato, perché tu lo conoscessi e lo servissi? In cosa hai adoperato i tuoi occhi se non nel guardare cose vane? In cosa i tuoi orecchi se non nell'ascoltare menzogne? In cosa la tua lingua se non in mille forme di imprecazioni e di mormorazioni? In cosa il tuo gusto, il tuo olfatto, il tuo tatto, se non nei piaceri e nelle blandizie dei sensi?

Che vantaggio hai tratto dai santi sacramenti che Dio ha istituito per aiutarti? Come lo hai ringraziato per i suoi benefici? Come hai risposto alle sue chiamate? Come hai usato la salute, le forze, i doni di natura e i beni che si dicono della fortuna e le disposizioni e le opportunità di vivere rettamente? Che cura hai avuto del tuo prossimo che Dio ti ha affidato e delle opere di misericordia che ti ha indicato? Che cosa risponderai il giorno della resa dei conti quanto Dio ti dirà:

"Rendi conto di ciò che ti ho affidato, perché io non voglio più che te ne occupi" (Lc 16, 2)

Oh, albero secco e pronto per l'eterno tormento! Cosa risponderai nel giorno in cui ti chiederanno conto della tua vita e di tutti i suoi istanti?

In terzo luogo, pensa ai peccati che hai fatto e fai ogni giorno da quando hai aperto gli occhi alla conoscenza di Dio e ti accorgerai che Adamo ancora vive in tè con molte delle sue radici e dei suoi vecchi costumi. Guarda come sei ribelle a Dio, quanto ingrato ai suoi doni, quanto restio alle sue ispirazioni, quanto pigro nelle opere del suo servizio, che non compi mai con quella prontezza e diligenza né con quella purezza di intenzioni che dovresti avere se non altro per rispetto del mondo. Considera quanto sei duro con il prossimo e indulgente con te stesso, quanto amico della tua volontà, della tua carne, del tuo onore e di tutti i tuoi interessi.

Guarda ancora come sei superbo, ambizioso, irato, impulsivo, vanaglorioso, invidioso, malizioso, amante dei tuoi comodi, volubile, volgare, sensuale, sollecito ai divertimenti e alle chiacchiere, alle risate e alle ciarle. Guarda quanto sei incostante nei buoni propositi, quanto sconsiderato nelle tue parole, sprovveduto nelle tue opere e quanto vile e pavido in ogni impresa importante.

In quarto luogo, considera in quest'ordine la moltitudine delle tue colpe, esamina la loro gravità, per vedere come da ogni parte è cresciuta la tua miseria.

A tal fine, devi in primo luogo considerare nei peccati della vita passata queste tre circostanze: *Contro chi hai peccato, perché hai peccato e in quale maniera hai peccato.*

Se guardi contro chi hai peccato, ti accorgerai che hai peccato contro Dio, la cui bontà e maestà è infinita e i cui doni e la cui misericordia nei riguardi dell'uomo

superano la sabbia del mare. E poi, perché hai peccato? Per un punto d'onore, per un bestiale piacere, per un filo d'interesse e, molte volte neppure per quello, per pura abitudine e disdegno di Dio. Ma in che modo hai peccato? Con tanta facilità, con tanta sfacciataggine, tanto senza scrupoli, quanto senza timore e a volte con tanta disinvoltura come se peccassi contro un Dio da burla, che non sa ne' vede ciò che accade nel mondo. Era questo dunque l'onore che dovevi a così alta maestà?

Questa la gratitudine per tanti doni? Così ripaghi il sangue prezioso che si sparse sulla croce e le percosse e i colpi che furono ricevuti per te? O miserabile per quello che hai perduto e ancora di più per quello che hai fatto e ancora, ancora di più se, con tutto ciò, non avverti la tua perdizione! Dopo di ciò, ti sarà di gran profitto fissare la tua attenzione sul tuo nulla, cioè sul fatto che tu, da parte tua, non hai altro che nulla e peccato, poiché tutto il resto è di Dio.

È chiaro infatti che i beni di natura come quelli di grazia, che sono più grandi, sono suoi, sua è la grazia della predestinazione (che è la fonte di tutte le altre grazie), sua quella della vocazione, sua la grazia concomitante e sua la grazia della perseveranza e sua la grazia della vita eterna. Che hai infatti di cui poterti gloriare, se non nulla e peccato? Fermati un poco a considerare questo nulla e solo questo metti a tuo credito e tutto il resto attribuisilo a Dio, per vedere chiaramente e tangibilmente chi sei tu e chi è lui, quanto sei povero tu e quanto è ricco lui e, di conseguenza, quanto poco devi fidare in te stesso e stimarti e quanto fidare in lui, amare lui e gloriarti in lui.

Considera quindi tutte le cose suddette, valutati nel modo più infimo possibile.

Pensa che non sei altro che una canna che oscilla ad ogni vento, senza virtù, senza fermezza, senza stabilità, senza nessuna consistenza. Pensa che sei un Lazzaro morto da quattro giorni, un corpo corrotto e fetido da cui tutti distraggono gli occhi per non vedere. Fa' conto di presentarti così di fronte a Dio e ai suoi angeli e sentiti indegno di alzare gli occhi al cielo, di essere sostenuto dalla terra e servito dalle creature, sentiti indegno persino del pane che mangi e dell'aria che respiri.

Prostrati con la pubblica peccatrice ai piedi del Salvatore, col volto confuso e con la vergogna che dovrebbe patire una donna che avesse tradito il marito e, con tutto il dolore e il pentimento del tuo cuore, chiedigli perdono dei tuoi errori e implora che, per la sua infinita pietà e misericordia, acconsenta di tornare ad accoglierti nella sua casa.

### ***Martedì***

In questo giorno penserai alle miserie della vita umana, per poter constatare quanto la gloria del mondo sia vana e degna di disprezzo, poiché si fonda su di un debole cimento come questa miserabile vita; e sebbene i difetti e le miserie di questa vita siano quasi innumerevoli, tu puoi ora prendere in esame particolarmente questi sette. In primo luogo, considera quanto breve sia questa vita, dal momento che il tempo più lungo di essa è di settanta od ottant'anni, perché tutto il resto (se qualcosa resta, come dice il profeta) è travaglio e dolore (Sal 89, 10) e, se da qui si toglie il tempo della fanciullezza, che è più vita da bestiole che da uomini, quello che si spende

dormendo quando non facciamo uso né dei sensi né della ragione (che ci fa uomini), troveremo che è ancora più breve di quello che sembra. E, soprattutto, se paragoni questa all'eternità della vita futura, ti sembrerà appena un istante e ti accorgerai quanto sono fuorviati coloro che, per godere di questo soffio di vita tanto breve, si dispongono a perdere la pace di quella destinata a durare per sempre.

In secondo luogo, considera quanto incerta sia questa vita (e questa è una nuova miseria che si aggiunge all'altra), dal momento che non solo questa vita è di per sé tanto breve, ma è anche poco sicura e mutevole. Infatti, quanti sono coloro che giungono ai settanta od ottanta anni di cui abbiamo detto? A quanti viene meno la tela di cui si è appena iniziata la tessitura? Quanti se ne vanno (come si suole dire) nel fiore degli anni o prematuramente? *Non sapete*, dice il Salvatore, *quando il vostro Signore verrà, se di mattina, se a mezzogiorno, se a mezzanotte, se al canto del gallo* (Mr 13, 35).

Ti gioverà, per renderti meglio conto di questo, ricordarti della morte di tante persone che avrai conosciuto in questo modo, specialmente tuoi amici e familiari e di qualche persona nota ed illustre che la morte colse in età diverse, spezzando tutti i loro propositi e le loro speranze.

In terzo luogo, pensa quanto sia fragile e peritura questa vita e ti accorgerai che non c'è vaso di vetro più delicato di essa, dal momento che un soffio d'aria, un colpo di sole, una brocca d'acqua fredda, il contagio di un ammalato bastano a spogliarcene, come ci accorgiamo dalla quotidiana esperienza di molte persone cui una sola delle suddette occasioni basta per precipitare, ancora nel fiore degli anni.

In quarto luogo, considera quanto sia mutevole la vita e come non sia mai stabilmente nella stessa condizione. E per questo devi pensare quanto facilmente mutino i nostri corpi, che non restano mai nello stesso stato di salute, le nostre anime, che sempre sono sconvolte come il mare da venti ed onde diverse di passioni e appetiti e affetti e cure che ad ogni istante ci turbano e, infine, quanti siano i cambiamenti (che diciamo) della fortuna, che non consente alle cose della vita umana di permanere a lungo, né in uno stesso stato, né nella stessa condizione di prosperità e gioia, bensì sempre gira da un luogo all'altro. Considera inoltre quanto ininterrotto sia il divenire della nostra vita che non si ferma né di giorno né di notte, ma va sempre estinguendosi.

Che cosa è, dunque, la nostra vita, se non una candela che si spegne? Quanto più arde e risplende, tanto più si consuma.

*Che cosa è la nostra vita, se non un fiore che sboccia al mattino, a metà giornata è appassito e alla sera si secca?* (Gb 14, 2)

Proprio per questo continuo mutamento, Dio dice per mezzo di Isaia: *Tutta la carne è erba e tutta la sua gloria è come il fiore del campo* (Is 40, 6). E così commenta queste parole san Girolamo:

*"Veramente chi consideri la fragilità della nostra carne e come in ogni istante cresciamo e diminuiamo, senza mai permanere nello stesso stato e come questo momento in cui stiamo parlando, scrutando, facendo piani, già si sta allontanando*

*dalla nostra vita, non esiterà a chiamare erba la nostra carne e fiore di campo la nostra gloria" (Super Isai XL, 6).*

Chi ora è un lattante, diventa presto un ragazzo e, da ragazzo, giovane e, da giovane, giunge tosto alla vecchiaia e si ritrova vecchio prima di aver fatto in tempo a meravigliarsi di non essere più un ragazzo. E la donna bella che attirava schiere di corteggiatori, ben presto si trova la fronte solcata dalle rughe e diventa brutta quella che prima era così amabile.

In quinto luogo, considera quanto sia ingannevole (e questa per sventura è la cosa peggiore, poiché tanti inganna e tanti ciechi innamorati si tira dietro) poiché, pur essendo brutta, sembra bella, pur essendo amara, sembra dolce, pur essendo breve, sembra, a ciascuno la sua, lunga e, pur essendo tanto misera, sembra tanto amabile che non c'è pericolo, né fatica a cui gli uomini non si sottopongano per essa, sia pure a danno della vita eterna, facendo cose per cui perderanno la vita imperitura. In sesto luogo, considera come, oltre ad essere così breve, (come abbiamo detto) questo poco di vita che abbiamo sia soggetto a tante miserie sia dell'anima che del corpo, da non essere che una valle di lacrime, un mare di infinite miserie.

Scrive san Girolamo che Serse, il potentissimo re che spianava i monti e superava i mari, salendo su di un'alta montagna per veder da lì un esercito che aveva composto con tantissime genti, dopo averlo attentamente guardato, si mise a piangere e, interrogato perché piangesse, rispose: *Piango perché da qui a cent'anni non sarà vivo nessuno di quelli che vedo davanti a me. "Oh, se potessimo, dice san Gerolamo, salire su qualche luogo elevato da dove potessimo vedere tutta la terra sotto i nostri piedi. Da lì potresti vedere le cadute e le miserie di tutto il mondo, popoli distrutti da altri popoli, regni da altri regni. Potresti vedere come alcuni sono torturati, altri uccisi, alcuni affogati nel mare, altri fatti prigionieri. Qui vedresti nozze, lì pianti, qui alcuni uccidere, lì altri morire, alcuni navigare nelle ricchezze, altri languire nella miseria. E, infine, potresti vedere non solo l'esercito di Serse, ma tutti gli uomini del mondo che oggi ci sono e che tra poco non ci saranno più"* (Ad Eliodoro, Epist. 60 n. 18, Tomo I.).

Passa in rassegna tutte le infermità e le sofferenze del corpo umano e tutte le affezioni e gli affanni dello spirito e i pericoli che ci sono in tutte le condizioni e in tutte le età dell'uomo e vedrai ancora più chiaramente quante siano le miserie di questa vita, poiché, vedendo chiaramente quanto poco è ciò che il mondo può darci, potrai più facilmente imparare a disprezzarlo.

A tutte queste miserie si aggiunge l'ultima cioè la morte che è, sia per il corpo che per l'anima, l'ultima di tutte le cose terribili, poiché il corpo sarà in un attimo spogliato di ogni cosa e dell'anima si deciderà allora ciò che sarà di essa per sempre. Tutto questo ti farà capire quanto misera e breve sia la gloria del mondo e, di conseguenza, quanto sia degna di essere sdegnata e disprezzata.

**Mercoledì**

In questo giorno penserai al passaggio della morte, poiché questa è una delle considerazioni più vantaggiose che ci siano, sia per attingere la vera sapienza, sia per fuggire dal peccato, sia per cominciare per tempo a prepararsi alla resa dei conti. Pensa dunque, in primo luogo, a quanto incerta sia l'ora in cui la morte ti coglierà, poiché non sai ne' in che giorno, né in che ora, né in che stato ti prenderà. Di certo sai solo che devi morire. Tutto il resto è incerto, salvo che, di solito, quest'ora sopraggiunge nel tempo in cui l'uomo meno ci pensa e meno se ne ricorda.

Pensa, in secondo luogo, alla separazione che allora avverrà non solo da tutte le cose che si amano, ma anche tra l'anima e il corpo, che sono uniti da sempre. Se si considera così grave sventura l'esilio dalla patria e dal luogo natio, anche quando l'esule può portare con sé tutto ciò che ama, quanto più grave sarà l'esilio universale da tutte le cose della casa e dai tuoi affari, dagli amici, dal padre, dalla madre, dai figli e da questa luce ed aria che appartiene a tutti? Se un bue si lamenta quando lo separano dal compagno con cui ha arato, che lamento farà il tuo cuore quando ti separeranno da tutti coloro in compagnia dei quali hai sopportato il giogo di tutti i pesi di questa vita?

Considera anche la pena che l'uomo affronta quando gli appare evidente dove debbono finire il corpo e l'anima dopo la morte, perché del corpo già sai che non gli può toccare sorte migliore di una fossa lunga sette piedi in compagnia degli altri morti, ma dell'anima non sai per certo ciò che avverrà né che destino le toccherà. È questa una delle maggiori angosce che si debbono affrontare, sapere che c'è gloria o pena per sempre e non sapere quale di questi destini tanto diversi ci deve capitare. A questa segue un'angoscia non minore, e cioè il rendiconto che dobbiamo dare, che è tale da far tremare anche i più forti.

Di Arsenio si scrive che, quando stava per morire, cominciò ad avere paura e che i suoi discepoli gli chiesero: Padre, anche tu ora hai paura? Ed egli rispose: Figli miei, questa paura non mi è nuova perché sono sempre vissuto con essa.

In quel momento, si mostrano all'uomo tutti i peccati della vita passata come uno squadrone di nemici che incombono su di lui e quanto più gravi sono stati e quanto maggior piacere ne ha ritratto, tanto più vivamente gli si mostrano e sono per lui causa di più grande timore.

Quanto amara è allora la memoria del piacere passato che in altro tempo sembrava così dolce! Certamente a ragione disse il sapiente:

*"Non guardare il vino quando è rosso e quando il suo colore risplende nel bicchiere, perché, anche se al momento di bere sembra dolce, alla fine morde come una vipera e sparge il suo veleno come un basilisco"* (Pr 23, 31-32). Questa è la feccia del velenoso beveraggio del nemico, questo è il fondo del calice di Babilonia dorato all'esterno.

Allora infatti l'uomo miserabile, vedendosi accerchiato da tanti accusatori, comincia a temere questo giudizio e a dire fra sé: Povero me, che mi sono tanto ingannato e sono andato per questa strada, che sarà in questo giudizio dell'opera mia?

Se san Paolo dice che l'uomo coglierà ciò che avrà seminato (Gal 6, 8), io che ho seminato solo secondo la carne che cosa spero di raccogliere se non corruzione?

Se san Giovanni dice che in quella città sublime che è tutta d'oro fuso, non deve entrare nulla di sporco (Ap 21, 27), cosa deve aspettarsi chi ha vissuto in modo tanto sporco e turpe?

A questo servono i sacramenti della Confessione, della Comunione e dell'Estrema Unzione che è l'ultimo soccorso con cui la Chiesa ci può aiutare in quel difficile momento e così in questo come negli altri devi considerare le ansie e le angosce che è destinato a patire l'uomo che ha vissuto male e quanto vorrebbe, allora, avere percorso una strada diversa, che vita vorrebbe fare allora, se gliene fosse concesso il tempo, come si sforzerà di chiamare Dio mentre le pene e l'affanno dell'infermità gliene consentiranno appena l'occasione.

Guarda infine quanto siano spaventosi e temibili gli ultimi travagli della malattia, che sono messaggeri della morte. Il petto si gonfia nell'affanno, la voce si arrossisce, i piedi perdono forza, le ginocchia si gelano, le narici si affilano, gli occhi si fanno fondi, il volto già morto si fa immobile, la lingua non riesce più a svolgere il suo compito e infine, nell'affanno dell'anima che si allontana, tutti i sensi turbati perdono forza e valore. Ma è soprattutto l'anima che patisce i maggiori affanni, perché combatte e agonizza, perché se ne va e perché teme la resa dei conti che le si prepara. Essa, naturalmente, rifiuta di andarsene, vorrebbe fermarsi e teme la resa dei conti.

Uscita quindi l'anima dal corpo, ti restano ancora due strade da percorrere, una per accompagnare il corpo fino alla sepoltura e l'altra per seguire l'anima fino alla determinazione del suo destino.

Considera ciò che accadrà in ciascuna di queste due strade.

Guarda come resta il corpo quando l'anima lo abbandona, il nobile abbigliamento di cui lo forniscono per seppellirlo e come si affrettano a portarlo via di casa. Pensa alla sepoltura con tutto ciò che l'accompagna, i rintocchi delle campane, le domande di tutti sul morto, i riti e i canti dolenti della Chiesa, il corteo e il dolore degli amici e infine tutte le cose particolari che si fanno in tali momenti fino a quando si lascia il corpo alla tomba, dove resterà sepolto in quella terra di perpetuo oblio.

Lasciato il corpo alla sepoltura, poniti al seguito dell'anima e guarda che strada farà nella sconosciuta regione e dove infine si fermerà e come sarà giudicata.

Immagina di essere già presente a questo giudizio e che tutta la corte del cielo stia attenta alla sentenza, in cui si terrà conto di tutto quanto si è ricevuto, fino all'ultimo spillo. Lì si chiederà conto della vita, delle ricchezze della famiglia, delle ispirazioni di Dio, dei mezzi che abbiamo avuto per vivere bene e soprattutto del sangue di Cristo, lì ciascuno sarà giudicato sulla base del rendiconto che potrà fare di quanto avrà ricevuto.

### ***Giovedì***

In questo giorno penserai al Giudizio finale, perché, pensando ad esso, si ridestino nell'anima tua i due sentimenti principali che deve avere ogni vero cristiano, vale a dire il timor di Dio e l'odio del peccato.

Pensa dunque, in primo luogo, quanto sarà terribile il giorno in cui si investigheranno le cause di tutti i figli di Adamo, si concluderanno i processi della nostra vita e si darà la sentenza definitiva del nostro eterno destino. Quel giorno compendierà i giorni di tutti i secoli passati, presenti e futuri, perché in esso il mondo renderà conto di tutti i tempi e in esso proromperanno l'ira e lo sdegno raccolti in tanti secoli. Tanto precipitoso scorrerà allora il fiume prorompente dell'indignazione divina, che ha raccolto tanta ira e sdegno quanti peccati si sono compiuti dall'inizio del mondo.

Considera in secondo luogo i sintomi spaventosi che precederanno questo giorno, poiché, come dice il Salvatore, *prima che questo giorno venga, ci saranno segni nel cielo, nella luna e nelle stelle e, infine, in tutte le creature del cielo e della terra*" (Lc 21, 11-28).

Tutte infatti presagiranno la propria fine prima che avvenga e tremeranno e cominceranno a cadere prima di cadere. Gli uomini, dice, cammineranno secchi e smagriti dalla morte, udendo gli spaventosi muggiti del mare e vedendo le grandi onde e flutti che esso solleverà, preannunciando le grandi calamità e sventure che minacceranno il mondo con questi terribili segni. Così andranno attoniti e spaventati, coi volti lividi e sfigurati, misurando i pericoli col proprio timore, così in pena per se stessi da non ricordarsi di nessun altro, neppure del padre o del figlio. Nessuno potrà far nulla per nessuno, perché nessuno riuscirà neppure a badare a se stesso.

In terzo luogo, considera il diluvio universale di fuoco che verrà prima del giudizio e il terribile suono di tromba che suonerà l'Arcangelo per convocare tutte le generazioni del mondo, perché si radunino al proprio posto e siano presenti al giudizio e soprattutto la spaventosa maestà con cui il Giudice si presenterà.

Dopo di ciò, considera quanto severo sarà il conto che a ciascuno si chiederà.

*Veramente, dice Giobbe, l'uomo non può essere giustificato se posto a confronto con Dio* (Gb 9, 2).

E se si vuol porre a giudizio con Lui, di mille imputazioni che gli siano fatte, non potrà rispondere a una sola.

Cosa proverà allora ciascuno dei malvagi quando Dio entrerà con lui in questo esame e dall'interno della sua coscienza gli dirà:

*"Vieni qui, uomo malvagio, cosa hai visto in me per disprezzarmi tanto e per passare dalla parte dei miei nemici? Io ti ho creato a mia immagine e somiglianza. Io ti ho dato la luce della fede, io ti ho fatto cristiano e ti ho redento col mio sangue. Per te ho digiunato, camminato, vegliato, sofferto, sudato sangue. Per te ho subito persecuzioni, percosse, bestemmie, scherni, colpi, oltraggi, tormenti e croce. Ne fanno testimonianza questa croce e i chiodi che vi compaiono, queste piaghe dei piedi e delle mani che sono restate nel mio corpo, ne fanno testimonianza il cielo e la terra di fronte a cui ho sofferto. Che cosa hai fatto di questa anima tua che ho fatto mia col mio sangue? A qual fine usasti ciò che io ho comprato a prezzo così alto? Oh, generazione stolta ed adultera, perché hai voluto servire con affanno il tuo nemico piuttosto che me, tuo redentore e creatore, con*

*gioia? Tante volte vi ho chiamato e non avete risposto, ho bussato alla vostra porta e non vi siete destati, ho steso le mie mani sulla croce e non le avete guardate, avete disprezzato i miei consigli, le mie promesse, le mie minacce. Dite ora dunque voi, Angeli, giudicate voi, giudici, fra me e la mia vigna, cosa devo fare io più di quello che ho fatto?"*

Cosa risponderanno allora i malvagi, coloro che si sono fatti beffe delle cose di Dio, coloro che hanno deriso la virtù, coloro che hanno disprezzato la semplicità, coloro che hanno tenuto in maggior conto le leggi del mondo che quelle di Dio, coloro che furono sordi a tutti suoi richiami, insensibili a tutte le sue ispirazioni, ribelli a tutti i suoi comandamenti, ingrati e duri ai suoi castighi e ai suoi benefici?

Cosa risponderanno coloro che vissero come se Dio non esistesse e coloro che non tennero conto di nessuna legge, ma solo del loro interesse?

*Che farete voi, dice Isaia, il giorno della visitazione e della sventura che vi verrà da lontano? (Is 10, 3) A chi chiederete aiuto? A cosa vi gioverà l'abbondanza delle vostre ricchezze?*

In quinto luogo, dopo tutto questo, considera la terribile sentenza che il Giudice scaglierà contro i malvagi e quella tremenda parola che farà arrossire le orecchie di chi l'ascolterà.

*Le sue labbra, dice Isaia, sono piene d'indignazione e la sua lingua è come fuoco che inghiotte (Is 30, 27). Quale fuoco brucerà come quella parola: Allontanatevi da me, maledetti, al fuoco eterno preparato da Satana e dai suoi demoni (Mt 25, 41)?* Ciascuna di queste parole da molto da meditare e da pensare: la separazione, la maledizione, il fuoco, la compagnia e, soprattutto, l'eternità.

### **Venerdì**

In questo giorno mediterai sulle pene dell'inferno per rafforzare con questa meditazione la tua anima nel timore di Dio e nell'odio del peccato.

Queste pene, dice san Bonaventura, debbono essere immaginate con raffigurazioni e analogie fisiche, come ci hanno insegnato i santi. Per la qual cosa, sarà opportuno immaginare il luogo dell'inferno (come dice egli stesso) come un lago oscuro e tenebroso posto sotto terra o come un pozzo profondissimo pieno di fuoco o come una città spaventosa e tenebrosa che arde tutta di vive fiamme, nella quale non si sente altro suono che le voci e i gemiti di tormentati e tormentatori e con perpetuo pianto e strider di denti.

In questo sciagurato luogo poi si patiscono principalmente due pene, una di senso e una di danno. Quanto alla prima, pensa come non ci sarà lì alcun senso né dentro né fuori dell'anima che non stia penando con un suo proprio tormento perché, dato che i malvagi offesero Dio con tutte le loro membra e sensi e di tutti fecero arma per servire il peccato, così ciascuno soffrirà con un proprio tormento e sconterà quanto avrà meritato. Così gli occhi adulteri e disonesti pagheranno con la visione orribile del peccato, così le orecchie che si prestarono ad ascoltare menzogne e parole turpi udranno perpetue bestemmie e gemiti. Così le narici avidi di profumi e odori sensuali saranno piene di intollerabile fetore. Così il gusto che si compiaceva di

raffinati cibi e golosità sarà tormentato da sete e fame rabbiosa. Così la lingua calunniatrice e blasfema sarà amareggiata dal fiele. Così il tatto amante di raffinate mollezze andrà nuotando in quelle gelate, dice Giobbe, del fiume Cocito e tra gli ardori e le fiamme del fuoco. Così l'immaginazione patirà con l'impressione dei dolori presenti, la memoria col ricordo dei piaceri passati, l'intelletto con la prefigurazione dei mali futuri e la volontà con la grandissima ira e rabbia, che i malvagi proveranno contro Dio. Infine, lì si troveranno uniti tutti i mali e i tormenti che si possono pensare, perché, come dice san Gregorio, ci sarà freddo che non si può sopportare, fuoco che non si può spegnere, tarli invincibili, fetore intollerabile, tenebre dense, percosse di torturatori, visioni di demoni, confusione di peccato e disperazione di ogni bene (Lib. 9, Maral, 46).

Dal momento che se si dovesse patire qui anche il più piccolo di tutti questi mali, per un breve spazio di tempo, ciò sarebbe impossibile da sopportare, dimmi, che cosa sarà lì patire nello stesso tempo tutta questa moltitudine di mali in tutte le membra e in tutti i sensi interni ed esterni e ciò non per lo spazio di una notte sola ne' di mille, bensì per un'infinita eternità? Quali sensi, quali parole, quale giudizio c'è nel mondo che possano valutare tutto questo?

Eppure non è questa la maggiore delle pene che lì si debbono soffrire; ce n'è una senza paragone più grave, che è quella che i teologi chiamano pena di danno, che consiste nell'essere privi per sempre della vista di Dio e della sua gloriosa compagnia, perché tanto più grave è una pena quanto priva l'uomo di un bene più grande e, poiché Dio è il più grande dei beni, mancare di lui, sarà certamente il maggiore dei mali.

Queste sono le pene che generalmente toccano a tutti i condannati. Oltre a queste pene generali, ci sono quelle particolari che ciascuno patirà in rapporto alla qualità del suo delitto.

Una sarà infatti la pena del superbo, una quella dell'invidioso, una quella dell'avarò, una quella del lussurioso e così per tutti gli altri. La pena sarà in proporzione al diletto ricavato dalla colpa e la mortificazione adeguata alla superbia, la indigenza alla sfrenata opulenza e la fame e la sete alla dovizia e alla sazietà godute.

A tutte queste pene si aggiunge l'eternità della sofferenza che ne è come il marchio e la chiave.

Tutto questo infatti sarebbe anche tollerabile se avesse un fine, dal momento che nessuna cosa, se ha un fine, è insopportabile.

Ma la sofferenza, che non ha fine né sollievo, né declino né diminuzione, né speranza che possa mai cessare, né che muti colui che la dà e colui che la soffre, è come un esilio irrevocabile, come un cilicio obbligato che non si può mai togliere; è cosa da levar di senno colui che ci riflette attentamente.

Questa è dunque la più grande delle pene che in quel luogo sventurato si patiscono. Se queste pene infatti dovessero durare per qualche tempo determinato fosse pure di mille o di centomila anni, o come dice un dottore della Chiesa, se ci fosse da attendere che cessassero quando fosse esaurita tutta l'acqua dell'oceano traendone via una goccia ogni mille anni, persino queste sarebbe un momento di conforto.

Ma non è così, perché le loro pene corrispondono all'eternità di Dio e la durata della loro sventura alla durata della sua divina gloria; finché Dio vivrà, essi saranno morti, quando Dio cessasse di essere ciò che è, essi cesserebbero di essere ciò che sono. Su questa durata, fratello mio, vorrei che fissassi la tua considerazione e che riflettessi, su questo passo, ripetendo le parole del Vangelo in cui si proclama quella eterna verità: *Il cielo e la terra passeranno, ma le mie parole non passeranno* (Mt 24, 35).

### **Sabato**

In questo giorno penserai alla gloria dei beati perché da essa il tuo cuore sia indotto al disprezzo del mondo e al desiderio della loro compagnia.

Per comprendere qualcosa di questo bene, devi considerare le cinque cose, che devi bene sapere: l'eccellenza del luogo, la gioia della compagnia, la visione di Dio, la gloria dei corpi e, infine, il compimento di ogni bene che lì si ritrova.

Considera in primo luogo l'eccellenza del luogo e soprattutto la grandezza di ciò che devi ammirare, perché, quando si legge in alcuni autorevoli scrittori che qualsiasi stella del cielo è più grande di tutta la terra e che qualcuna di esse è di così eccezionale grandezza da essere novanta volte più grande di essa, e si alzano gli occhi al cielo e si vede una così grande moltitudine di stelle e tanti spazi vuoti dove potrebbero starcene altrettante e ancora di più, come non sgomentarsi? Come non restare attoniti e smarriti, considerando l'immensità di quel luogo e, ancora di più, quella del sovrano Signore che lo creò?

La sua bellezza non si può spiegare a parole, perché, se in questa valle di lacrime e luogo d'esilio Dio creò cose così mirabili e di tanta bellezza, cosa avrà creato in quel luogo che è trono della sua gloria, palazzo della sua maestà, casa dei suoi eletti e paradiso di ogni diletto?

Oltre all'eccellenza del luogo, pensa alla nobiltà di coloro che vi abitano, il cui numero, la cui santità, le cui ricchezze e bellezze superano ogni umana immaginazione. San Giovanni dice *che tanta è la moltitudine degli eletti che nessuno è capace di contarli* (Ap 7, 9). San Dionigi dice *che tanto grande è il numero degli angeli che supera senza confronto quello di tutte le cose materiali che sono sulla terra* (Lib. Coelest. Hierarch, 9).

San Tommaso, condividendo questa opinione, dice che, come la grandezza dei cieli supera senza confronto quella della terra, così la moltitudine di quegli spiriti gloriosi supera quella di tutte le cose materiali che sono in questo mondo.

Cosa può esserci dunque di più meraviglioso?

Davvero, questa è una considerazione che, a ben considerarla, basterebbe a lasciare attoniti tutti gli uomini. E se ciascuno di quei beati spiriti (sia pure il minore) è più bello da vedere di tutto questo mondo visibile, cosa sarà mai vedere un così grande numero di spiriti tanto belli e vedere le perfezioni e i compiti di ciascuno di loro?

Lì parlano gli angeli, amministrano gli arcangeli, trionfano i principati, gioiscono le potestà, dominano le dominazioni, risplendono le virtù, folgorano i troni, brillano i cherubini e ardono i serafini e tutti cantano lode a Dio. Se la compagnia dei buoni è

così dolce e bella, che sarà mai essere insieme a tanti santi, parlare con gli apostoli, conversare con i profeti, comunicare coi martiri e con tutti gli eletti?

E se è così grande gloria godere della compagnia dei buoni, che cosa sarà godere della compagnia e della presenza di Colui che le stelle del mattino esaltano, della cui bellezza il sole e la luna si stupiscono, davanti al cui merito si inginocchiano gli angeli e tutti i più alti spiriti? Cosa sarà vedere quel bene universale in cui sono tutti i beni e quel mondo nel quale sono contenuti tutti i mondi e Colui che, essendo uno, è tutte le cose e, essendo semplicissimo, abbraccia le perfezioni di tutte? Se tanto grande cosa fa udire e vedere il re Salomone che la regina di Saba disse: "*Beati coloro che si trovano innanzi a te e godono della tua sapienza*" (I Re 10, 8), cosa sarà vedere quel sommo Salomone, quell'eterna sapienza, quell'infinita grandezza, quell'inestimabile bellezza, quell'immensa bontà e godere di essa per sempre? Questa è la vera gloria dei santi, questo il fine ultimo e il porto dei nostri desideri. Considera, dopo di ciò, la gloria di corpi che godranno di quelle quattro singolari doti che sono la sottigliezza, la leggerezza, l'incorruttibilità e lo splendore, così grande quest'ultimo che ciascuno di essi risplenderà come il sole nel regno del Padre suo.

Se non più di un sole basta a dar luce e gioia a tutto questo mondo, che effetto produrranno tanti soli che splenderanno in quel luogo?

Che dirò poi di tutti gli altri beni che ci sono? Lì ci sarà salute senza malattia, libertà senza schiavitù, bellezza senza bruttezza, immortalità senza corruzione, abbondanza senza bisogno, pace senza turbamento, sicurezza senza timore, conoscenza senza errore, pienezza senza ripugnanza, gioia senza tristezza, gloria senza ostilità. "*Lì sarà, dice sant'Agostino, vera la gloria e nessuno sarà lodato per errore o per lusinga. Lì sarà vero l'onore che non si negherà al degno e non si concederà all'indegno. Lì sarà vera la pace dove non si sarà molestati né da sé né da altri. Il premio della virtù sarà lo stesso che la virtù diede e fu promesso per sua ricompensa, si vedrà in eterno, si amerà senza noia e si loderà senza stanchezza. Lì il luogo è ampio, bello, risplendente, sicuro, la compagnia gradita, il tempo immutabile, non distinto in sera e mattina, ma continuato nell'eternità. Ci sarà un'estate perpetua che la frescura e il soffio dello Spirito Santo faranno sempre fiorire.*"

*Lì tutti sono felici, cantano e lodano il Sommo Datore di ogni cosa per la cui generosità vivono e regnano per sempre. O città celeste, dimora sicura, terra dove si trova tutto ciò che diletta! Popolo senza mormorazioni, prossimo, pacifico e uomini senza nessun assillo'. Oh se questa ferita finisse! Oh se i giorni del mio esilio si concludessero! Quando giungerà quel giorno? Quando verrò al cospetto del mio Dio?"* (De Civitate Dei, Libro 22, cap. 30)

### **Domenica**

In questo giorno penserai ai benefici che ricevi da Dio per ringraziarne il Signore e accenderti di maggior amore per chi ti fece tanto bene. Sebbene questi doni siano innumerevoli, tu puoi almeno considerare questi cinque, la creazione, la

conservazione, la redenzione, la vocazione, con gli altri benefici particolari e non evidenti.

In primo luogo, riguardo al beneficio della creazione, pensa con molta attenzione ciò che eri prima di essere creato e ciò che Dio fece con tè e ciò che ti diede prima di ogni tuo merito:

questo corpo con tutte le tue membra e i tuoi sensi e l'anima così eccellente con le sue grandi possibilità: intelletto, memoria e volontà. E bada bene che darti tale anima ha significato darti tutte le cose, poiché non c'è alcuna perfezione in nessuna creatura che l'uomo a suo modo non abbia, dal che risulta che darci questo solo elemento ha voluto dire darci insieme tutto. Riguardo al dono della tua conservazione, guarda quanto tutto il tuo essere sia legato alla provvidenza divina, come non vivresti un attimo, ne' faresti un passo se non fosse per lui, come abbia creato tutte le cose per la tua utilità, il mare, la terra, gli uccelli, i pesci, gli animali, le piante, persino gli angeli del cielo.

Pensa alla salute che ti concede, alle forze, alla vita, al sostentamento con tutti gli altri aiuti temporali. Oltre a tutto ciò, pensa alla miseria e alle sventure in cui ogni giorno vedi cadere gli altri uomini e nelle quali tu pure saresti potuto cadere se Dio, per sua pietà, non te ne' avesse preservato.

Quanto al dono della redenzione, puoi considerare due cose: la prima, quanti e quanto grandi siano i beni che ci ha dato mediante il dono della redenzione, la seconda quanti e quanto grandi siano stati i mali che patì nel suo corpo e nella sua santissima anima per ottenerci questi beni. Per capire di più ciò che devi a questo Signore per ciò che ha patito per te, puoi meditare queste quattro circostanze che conviene conoscere nel mistero della sua sacra passione: *chi soffre, cosa soffre, per chi soffre e per quale causa soffre.*

Chi soffre? Dio. Cosa soffre? I più grandi tormenti ed oltraggi che mai furono sofferti. Per chi soffre? Per creature infernali e abominevoli simili, nell'operare, ai demoni stessi. Per quale causa soffre? Non per suo vantaggio e neppure per nostro merito, bensì per l'intima forza della sua infinita carità e misericordia.

Quanto al dono della vocazione, pensa prima di tutto quale grande misericordia fu da parte di Dio farti cristiano, chiamarti alla fede per mezzo del battesimo e farti anche partecipe degli altri sacramenti.

E se, dopo questa chiamata, perduta la tua innocenza, ti ha tolto dal peccato, riportato alla sua grazia, ritornato allo stato di salvezza, come potrai abbastanza lodarlo di questo dono? Che grande misericordia fu aspettarti per tanto tempo, sopportare tanti peccati e mandarti tante ispirazioni e non tagliarti il filo della vita, come fu tagliato ad altri nelle stesse condizioni e, infine, richiamarti con grazia tanto potente da resuscitarti da morte a vita e da aprirti gli occhi alla luce! Che misericordia fu, dopo averti convertito, darti la grazia per non tornare al peccato, vincere il nemico e perseverare nel bene! Questi sono i doni evidenti e conosciuti: ce ne sono altri segreti che conosce solo quello che li ha ricevuti e altri ancora tanto segreti che non li conosce neppure quello che li ha ricevuti, bensì solo quello che li ha donati. Quante volte avrai meritato per la tua negligenza o superbia o

ingratitude che Dio t'abbandonasse, come ha abbandonato altri per la stessa causa, e non lo ha fatto! Quanti mali od occasioni di male avrà prevenuto il Signore con la sua provvidenza, disfacendo le reti del nemico, tagliandogli la strada e non realizzando le sue azioni e i suoi consigli! Quante volte avrà agito con ciascuno di noi nel modo che disse a san Pietro: "*Guarda che satana aveva ottenuto di vagliarvi tutti come il grano, ma io ho pregato per te, perché non venga meno la tua fede*" (Lc 22, 31). Chi dunque può conoscere questi segreti se non Dio? Questi sono i benefici conosciuti, ma ci sono quelli nascosti. Per questi come per gli altri, è giusto che ringraziarne sempre il Signore e che comprendiamo di quanto siamo debitori; quanto è di più ciò che dobbiamo di quanto possiamo pagare non lo possiamo infatti neppure comprendere.

### capitolo terzo

## IL TEMPO E IL FRUTTO DELLE SUDETTE MEDITAZIONI

Queste sono, lettore cristiano, le prime sette meditazioni che tu puoi prendere in esame e su cui puoi occupare il tuo pensiero nei vari giorni della settimana, non perché tu non possa pensare ad altre in altri giorni, poiché, come abbiamo detto, qualunque cosa induce il nostro cuore all'amore e timor di Dio e all'osservanza dei suoi comandamenti è materia di meditazione. Si raccomandano però questi temi che ho nominato, primo perché sono i principali misteri della fede e quelli che maggiormente stimolano a ciò che si è detto, poi perché i principianti (che hanno ancora bisogno, per così dire, di latte) trovano qui già masticati e digeriti i pensieri da meditare, affinché non vadano come pellegrini in terra straniera, percorrendo luoghi incerti, prendendo una cosa e un'altra lasciandone, senza avere la certezza in nessuna.

Devi anche sapere che le meditazioni di questa settimana sono molto opportune, come abbiamo già detto, all'inizio della conversione, cioè quando l'uomo ritorna a Dio, poiché allora bisogna cominciare dalle meditazioni che possano suscitare dolore e odio del peccato, timor di Dio e disprezzo del mondo, che sono i primi passi di questo cammino.

E, per questo, coloro che cominciano debbono perseverare per qualche tempo nella riflessione di questi principi per radicarsi maggiormente nelle virtù e nei sentimenti che abbiamo detto.

## capitolo quarto

### LE ALTRE SETTE MEDITAZIONI DELLA SACRA PASSIONE E IL MODO IN CUI DOBBIAMO MEDITARLA

A queste seguono le altre sette meditazioni della sacra passione, resurrezione e ascensione di Cristo, a cui si potranno aggiungere gli altri momenti principali della sua santissima vita.

Bisogna notare che nella passione di Cristo si debbono meditare sei punti: la grandezza dei suoi dolori, per soffrire di essi, la gravità del nostro peccato, che ne è la causa, per abborrirlo, la grandezza del beneficio per esserne grati, l'eccellenza della divina bontà e carità che li si rivela, per amarla, l'utilità del mistero per meravigliarsene, la moltitudine delle virtù di Cristo che vi risplendono per imitarle. In conformità a ciò, durante la meditazione, dovremo inclinare il nostro cuore alla compassione dei dolori di Cristo, che furono i più grandi del mondo sia per la delicatezza del suo corpo, sia per la grandezza del suo amore, sia anche perché ha sofferto senza essere in nessun modo consolato, come sarà più avanti mostrato. Altre volte dovremo fare attenzione a trarre da qui motivo di dolore dei nostri peccati, tenendo conto che essi furono la causa dei tanti e tanto gravi dolori che egli patì. Altre volte dovremo trarre da questa meditazione motivi di amore e di gratitudine considerando la grandezza dell'amore che egli ci mostrò e la grandezza dei doni che ci fece con la redenzione così generosamente, con tanto sacrificio suo e tanto vantaggio nostro.

Altre volte dovremo sollevare gli occhi a pensare all'utilità del mezzo che Dio usò per curare la nostra miseria, cioè per far fronte ai nostri debiti, soccorrere le nostre necessità, meritarcì la sua grazia, umiliare la nostra superbia e indurci al disprezzo del mondo, all'amore della croce, della povertà, delle difficoltà, delle ingiurie e di tutte le altre tribolazioni che sono frutto della virtù e che ci rendono onore.

Altre volte dovremo fissare gli occhi sugli esempi di virtù che risplendono nella sua santissima vita e morte, nella sua mansuetudine, pazienza, obbedienza, misericordia, povertà, rigore, carità, umiltà, benignità, modestia e in tutte le altre virtù che risplendono nelle sue opere e parole più delle stelle del cielo, per imitare qualcosa di ciò che vediamo in lui, per non tenere in ozio lo spirito e la grazia che da lui abbiamo ricevuto e per andare a lui per mezzo di lui. Questa è la più alta e proficua maniera di meditare la passione di Cristo, attraverso l'imitazione, poiché dall'imitazione si giunge alla trasformazione e possiamo quindi dire con l'apostolo: *"Non sono più io che vivo, ma Cristo vive in me"* (Gal 2, 20).

Oltre a ciò, bisogna in tutti questi momenti avere Cristo presente davanti agli occhi e far conto di averlo davanti a noi nella sua sofferenza, tenere presente non solo la storia della sua passione, bensì anche questi quattro quesiti: Chi soffre? Per chi soffre? Come soffre? Per quale causa soffre? Chi soffre? Dio onnipotente, infinito, immenso ecc. Per chi soffre? Per la più ingrata e infima creatura del mondo. Come soffre? Con grandissima umiltà, carità, benignità, mansuetudine, misericordia, pazienza, modestia ecc. Per quale causa soffre? Non certo per alcun suo vantaggio

né nostro merito, bensì solo per la profondità della sua infinita pietà e misericordia. Dopo di ciò, non ci si contenti di contemplare la sofferenza fisica, bensì soprattutto la sofferenza interiore, poiché c'è molto più da meditare sull'anima che sul corpo di Cristo, sia per quanto ha patito dei suoi dolori, sia per tutti i sentimenti e riflessioni che la addoloravano.

Premesso, quindi, questo piccolo preambolo, cominciamo a percorrere con ordine i misteri di questa Sacra Passione.

Proseguono le altre sette meditazioni della Sacra Passione

### ***Lunedì***

In questo giorno, fatto il segno della Croce, con la preparazione che la precede, si deve pensare alla lavanda dei piedi all'istituzione del Santissimo Sacramento.

Pensa dunque, anima mia, a questa cena, al tuo dolce benigno Gesù e guarda l'esempio inestimabile di umiltà che ti offre alzandosi da tavola e lavando i piedi ai suoi discepoli. Oh, buon Gesù! Cosa fai? O dolce Gesù, perché tanto si umilia la tua maestà?

Cosa proveresti, anima mia, se vedessi Dio inginocchiato dinanzi ai piedi degli uomini, dinanzi ai piedi di Giuda?

O insensibile! Come non ti intenerisce questa grande umiltà? Come non ti spezza il cuore questa grande mansuetudine? È possibile che tu abbia ordinato di vendere questo Agnello mansueto? È possibile che non ti abbia commosso con questo esempio?

O mani bianche e belle, come avete potuto toccare piedi così sporchi e abominevoli?

O mani purissime, come non avete avuto ribrezzo di lavare i piedi infangati sulle strade e cosparsi del vostro sangue? O apostoli beati! È possibile che non tremiate vedendo simile umiltà? Pietro, cosa fai? Acconsentiresti dunque che il Signore della maestà ti lavasse i piedi? Meravigliato e attonito, san Pietro, non appena vide il Signore inginocchiato innanzi a sé cominciò a dire: *Tu, o Signore, lavi a me i piedi?* (Gv 13, 6). Non sei il figlio del Dio vivo? Non sei tu il creatore del mondo, la bellezza del cielo, il paradiso degli angeli, la salvezza degli uomini, lo splendore della gloria, la fonte della più alta sapienza di Dio?

E vuoi tu, dunque, lavarmi i piedi? Tu, Signore di tanta maestà e gloria, vuoi dedicarti a un compito così umile?

Pensa anche che, finita la lavanda dei piedi, li asciugò col panno di cui si era cinto; innalzati con gli occhi dell'anima e vedrai raffigurato il mistero della nostra redenzione.

Guarda come in quel panno raccolse l'impurità dei piedi sporchi così che essi restarono puliti e il panno macchiato e sporco.

Che cosa c'è di più sporco dell'uomo concepito nel peccato e che cosa di più limpido e bello di Cristo concepito da Spirito Santo?

Bianco e vermiglio è il mio amato, dice la sposa, ed eletto tra migliaia (Ct 5, 10).

Eppure egli, così bello e puro, volle raccogliere su di sé tutte le macchie e le

brutture delle nostre anime lasciandole pure e libere da esse e restandone lui stesso (come puoi vedere) sulla croce macchiato e deturpato.

Considera infine le parole con cui il Salvatore pose fine a questa storia dicendo: Vi ho dato l'esempio perché, come io ho fatto, anche voi facciate (Gv 13, 5).

Queste parole non debbono essere riferite solo a questo momento e a questo esempio di umiltà, ma anche a tutte le opere e alla vita di Cristo, poiché essa è un modello perfetto di tutte le virtù, soprattutto di quella che ci si presenta in questo luogo.

L'istituzione del Santissimo Sacramento.

Per capire qualcosa di questo mistero, devi presupporre che nessuna lingua creata può esprimere la grandezza dell'amore che Cristo ha per la sua sposa, la Chiesa e, di conseguenza, per ciascuna delle anime che sono in grazia di Dio, perché anche ciascuna di esse è sua sposa. Volendo dunque questo sposo dolcissimo uscire da questa vita e allontanarsi dalla sua sposa, la Chiesa (perché quest'assenza non fosse per lei causa di oblio) le lasciò il memoriale di questo Santissimo Sacramento (in cui restava lui stesso), non volendo che fra sé e lei ci fosse altro segno, se non lui stesso, a tener viva la sua memoria.

Voleva anche lo sposo, in una così lunga assenza, lasciare compagnia alla sua sposa, perché non restasse sola e le lasciò quella del Sacramento dove lui stesso si trova e che è la migliore compagnia che potesse lasciarle.

Voleva allora andare ad affrontare la morte per la sua sposa e riscattarla e arricchirla col prezzo del suo sangue. E, perché essa potesse a sua volontà godere di questo tesoro, gliene lasciò le chiavi in questo Sacramento, perché, come dice san Crisostomo, tutte le volte che giungiamo ad esso, dobbiamo pensare che poniamo le labbra sul costato di Cristo e beviamo il suo prezioso sangue e ce ne facciamo partecipi (Omelia 84 in Giov.).

Desiderava altresì, questo sposo celeste, essere amato dalla sua sposa con grande amore e per questo stabilì il misterioso cibo, consacrato con tali parole che, chi lo riceve degnamente, è subito toccato e colpito da questo amore.

Voleva inoltre rassicurarla e darle pegno di quella beata eredità di gloria perché, con la speranza di questo bene, potesse affrontare serenamente tutte le tribolazioni e le asprezze di questa vita. Perché poi la sposa avesse certa e sicura speranza di questo bene, le lasciò in pegno questo ineffabile tesoro che vale tanto quanto tutto ciò che di là si attende, perché non perdesse la fiducia che Dio le si sarebbe dato in quella gloria là dove vivrà nello spirito, dal momento che non le si è negato in questa valle di lacrime dove vive nella carne.

Voleva inoltre, nell'ora della sua morte, fare testamento e lasciare alla sua sposa un legato per la sua salvezza e le lasciò questo, che era il più prezioso e il più utile che le potesse lasciare, poiché in esso le è lasciato Dio. Voleva infine lasciare alle nostre anime sufficiente alimento per vivere, poiché l'anima non ha minor bisogno di alimento per vivere la vita spirituale di quanto il corpo non abbia bisogno del suo per vivere la vita fisica. Perciò stabilì questo così saggio medico (che aveva già

sentito il polso della nostra debolezza) questo Sacramento e lo stabilì in forma di alimento, perché la specie stessa in cui lo istituì ci rivelasse l'effetto che produceva e la necessità che ne avevano le nostre anime, non minore certo di quella che hanno i corpi del loro proprio cibo.

### ***Martedì***

In questo giorno penserai all'orazione nell'orto e alla passione del Salvatore e all'entrata e al confronto nella casa di Anna.

Pensa quindi, innanzitutto, come, terminata quella misteriosa cena, il Signore andò coi suoi discepoli sul monte Oliveto a pregare prima di affrontare la dura prova della sua passione, per insegnarci che, in tutte le fatiche e tentazioni di questa vita, dobbiamo ricorrere sempre alla preghiera come ad un'ancora sacra, in forza della quale o ci sarà tolto il peso della tribolazione o ci saranno date le forze per sopportarlo, il che è una grazia anche più grande. Per sua compagnia in questo cammino, prese con sé quei tre amati discepoli san Pietro, san Giacomo e san Giovanni (Mt 17, 1), che erano stati testimoni della sua gloriosa trasfigurazione, perché proprio loro vedessero che diverso aspetto assumeva ora, per amore degli uomini, lui che tanto glorioso si era mostrato in quella visione. E, perché capissero che gli intimi travagli della sua anima non erano meno gravi di quelli che cominciava a manifestare nel corpo, disse loro quelle così dolorose parole: La mia anima è triste fino alla morte. Aspettate qui e vegliate con me (Mt 26, 38). Pronunciate queste parole, il Signore si allontanò dai discepoli un tiro di sasso e, prostrato a terra, cominciò la sua orazione dicendo: Padre, se è possibile, allontana da me questo calice, però non si faccia la mia volontà ma la tua (Mt 26, 39). E, fatta tre volte questa preghiera, alla terza entrò in così grande agonia che cominciò a trasudare gocce di sangue, che scorrevano per il suo santo corpo, filo a filo fino a cadere a terra. Medita dunque su questo momento di dolore del Signore e guarda come, avendo davanti a sé tutti i tormenti che avrebbe dovuto patire, comprendendo perfettamente i dolori tanto crudeli che si preparavano per il più delicato dei corpi e presentandogli davanti tutti i peccati del mondo per i quali soffriva e l'ingratitude di tante anime che non avrebbero compreso questo dono ne' avrebbero tratto profitto da tanto grande e doloroso soccorso, la sua anima fu piena di angoscia e la sua fragile carne e i suoi sensi furono così sconvolti che tutte le forze e gli elementi del suo corpo si scomposero e la carne benedetta si aprì da ogni parte e fece scorrere da essa il sangue con tanta abbondanza da bagnare la terra.

E se la carne, che solo indirettamente pativa questi dolori, era in queste condizioni, come sarà stata l'anima che li pativa direttamente?

Pensa poi come, avendo egli terminata l'orazione, raggiunse quell'infernale compagnia, quel falso amico che aveva rinunciato al suo ruolo di apostolo ed era divenuto guida e capitano dell'esercito di satana. Pensa quanto sfrontatamente si fece avanti fra tutti e, quando il buon maestro giunse, lo vendette col bacio di un falso saluto di pace. In quel momento il Signore disse a coloro che lo venivano a prendere: Siete venuti da me come ladroni con spade e lance, mentre, quando io

stavo con voi ogni giorno nel tempio, non stendeste la mano sopra di me; ma questa è la vostra ora e il potere delle tenebre (Mt 26, 55). È questo un mistero su cui si deve molto riflettere.

Cosa può dare maggiore sgomento che vedere il Figlio di Dio prendere l'aspetto non solo di peccatore, bensì addirittura di condannato?

Questa, egli dice, è la vostra ora e il potere delle tenebre.

Da queste parole si capisce che in quell'ora fu consegnato l'innocentissimo Agnello al potere dei principi delle tenebre, cioè ai demoni affinché, per mezzo dei loro ministri, infierissero su di lui con tutte le torture e le crudeltà che volevano.

Pensa tu ora, dunque, fino a che punto si abbassò quella Altezza divina per causa tua, giungendo all'estremo di tutti i mali, cioè ad essere consegnata al potere dei demoni. E poiché la pena che i tuoi peccati meritavano era questa, egli volle ad essa sottoporsi perché tu ne restassi libero.

Dopo queste parole, tutto quel branco di lupi affamati si scagliò su quell'Agnello mansueto strappandolo, come potevano, chi da una parte chi dall'altra.

Oh, quanto disumanamente lo avranno trattato, quante cattiverie gli avranno detto, quanti colpi e strattoni gli avranno dato, quante grida e insulti avranno gettato, come fanno di solito i vincitori quando si sentono già in mano il bottino! Afferrano quelle sante mani che solo poco prima avevano compiuto tante meraviglie e lo legano con lacci scorsoi così strettamente da strappargli la pelle delle braccia e da fargli uscire il sangue e, così legato, lo trascinano per la pubblica via con grande ignominia. Guardalo bene come avanza per questa strada, abbandonato dai suoi discepoli, accompagnato dai suoi nemici, il passo affrettato, il respiro affannoso, il colore mutato, il volto acceso e arrossato per la fatica del cammino.

E contempla, in così duro trattamento della sua persona, la misura del suo volto, la gravità del suo sguardo e quel divino semblante che, pur in mezzo a tutte le violenze del mondo, non riesce ad essere oscurato.

Puoi andare quindi con il Signore alla casa di Anna per vedere come, mentre egli cortesemente rispondeva alla domanda che il sommo sacerdote gli rivolgeva sui suoi discepoli e sulla sua dottrina, uno dei malvagi lì presenti gli diede una grande percossa, dicendo: Così si risponde al sommo sacerdote? Allora il Salvatore dolcemente rispose: Se ho risposto male, mostrami dove e se bene, perché mi colpisci? (Gv 18, 22-23). Guarda poi ora, anima mia, non solo la mansuetudine di questa risposta, ma anche quel volto divino segnato e arrossato dalla forza del colpo e la calma di quegli occhi tanto sereni e senza turbamento durante l'affronto e quell'anima santissima intimamente così umile e disposta a volgere l'altra guancia, se il carnefice lo richiedesse.

### *Mercoledì*

In questi giorni penserai alla presentazione del Signore davanti al sommo sacerdote Caifa, alle tribolazioni di quella notte, al rinnegamento di Pietro e alle percosse presso la colonna.

Considera innanzitutto come dalla prima casa di Anna il Signore fu portato a quella del sommo sacerdote Caifa, dove tu devi accompagnarlo.

Qui vedrai eclissato quel sole di giustizia e offeso da sputi quel volto divino che gli angeli desiderano contemplare. Perché, quando il Salvatore, scongiurato in nome del Padre di dire chi era, rispose a questa domanda ciò che a lui conveniva, coloro che erano indegni di così alta risposta, accecati dallo splendore di così grande luce, si volsero contro di lui come cani rabbiosi e su di lui scaricarono tutta la loro ira e rabbia.

Lì tutti, a gara, gli danno colpi e schiaffi, con le loro bocche infernali sputano su quel volto divino, gli coprono gli occhi con un panno, lo percuotono sul viso e si prendono gioco di lui dicendo: "*Indovina chi ti ha percosso*" (Mt 26, 68 e Lc 22, 64).

O meravigliosa umiltà e pazienza del figlio di Dio! O bellezza degli angeli! Era quello un volto su cui sputare? Gli uomini quando vogliono sputare, voltano la faccia all'angolo più oscuro e in tutto quel palazzo non si trovò dunque luogo più oscuro del suo volto? Come non ti senti umiliato, tu che sei terra e cenere, da questo esempio?

Dopo di ciò, medita sulle sofferenze che il Salvatore affrontò in tutta quella dolorosa notte, perché i soldati che lo custodivano lo schernivano (come dice san Luca) e, per vincere il sonno della notte, non trovarono di meglio che deridere il Signore della divina maestà. Guarda dunque, anima mia, come il tuo dolcissimo sposo è esposto come un bersaglio alle frecce di tanti colpi e percosse che gli infliggono. O notte crudele! O notte senza pace, nella quale, mio buon Gesù, tu non dormivi e non dormivano coloro che avevano scelto per loro divertimento di tormentarti. La notte fu creata perché in essa tutte le creature si riposino e i sensi e le membra, stanchi del lavoro della giornata, recuperino le forze; ora i malvagi scelgono la notte per tormentare le tue membra e i tuoi sensi, ferendo il tuo corpo, affliggendo la tua anima, legando le tue mani, schiaffeggiando il tuo volto, riempiendolo di sputi, tormentando le tue braccia, perché nel tempo in cui tutte le membra sono solite giacere in riposo, tutte in te soffrissero e patissero. Che mattutini diversi da quelli, in quell'ora, ti avrebbero cantato i cori degli angeli nel cielo!

Lì dicono: Santo, Santo; qui: muoia, muoia, *crucifige, crucifige*. O angeli del paradiso, che udite le une e le altre voci! Che cosa avete provato vedendo così maltrattato sulla terra colui che voi trattate in cielo con tanta riverenza? Che cosa avete provato vedendo che Dio pativa tali offese proprio per coloro che glielo infliggevano? Chi ha mai visto una tal forma di carità, che porta ad affrontare la morte per liberare dalla morte colui stesso che la dà?

Le sofferenze di quella notte dolorosa crebbero con il rinnegamento di san Pietro, quel così intimo amico che era stato scelto per vedere la gloria della Trasfigurazione, che era stato onorato fra tutti col primato nella Chiesa, quello che era primo fra tutti e che non una ma tre volte, in presenza del Signore stesso, giura e spergiura di non conoscerlo, di non sapere chi sia. Oh, Pietro, è dunque questo un uomo così malvagio che ti vergogni persino di ammettere di averlo conosciuto?

Guarda che questo significa che tu, primo dei Pontefici, lo condanni, facendo comprendere che egli sia persona tale da sentirsi disonorato di conoscerlo.

Quale offesa può essere più grande di questa? Si valse allora il Salvatore e guardò Pietro (Lc 22, 61). Gli occhi seguono quella pecorella smarrita. O sguardo di meravigliosa virtù! O sguardo silenzioso, ma grandemente significativo! Pietro ben comprese il linguaggio e la voce di quello sguardo, poiché quella del gallo non riuscì a svegliarlo e questo sì. Gli occhi di Cristo non solo parlano, ma operano, come dimostrano le lacrime di Pietro, che non escono tanto dagli occhi di Pietro quanto da quelli stessi di Cristo.

Dopo tutte queste offese, pensa alle percosse che il Salvatore sopportò alla colonna; perché il giudice, visto che non poteva placare la furia di quelle belve infernali, decise di sottoporlo a quella ben nota tortura, per vedere se fosse sufficiente a placare la rabbia di quei cuori crudeli, così che, appagati, cessassero di chiederne la morte.

Entra, dunque, ora, anima mia, con lo spirito nel pretorio di Pilato e porta con te le lacrime che ti saranno necessario per quello che lì vedrai e udrai.

Guarda come quei carnefici vili e feroci spogliano con tanta ferocia il Salvatore delle sue vesti e come egli se ne lascia spogliare con tanta umiltà senza aprire la bocca ne' rispondere neppure una parola alle insolenze che gli lanciano. Guarda poi come legano quel santo corpo alla colonna per poterlo ferire a loro piacere dove e come vogliono. Guarda come era solo il Signore degli angeli tra così crudeli carnefici, senza avere in sua difesa né padrini né difensori che agissero in suo favore, né occhi che esprimessero compassione per lui. Guarda poi come cominciano con grandissima crudeltà a scagliare le loro fruste e le loro sferze su quelle delicatissime carni e come si aggiungono percosse a percosse, piaghe a piaghe, ferite a ferite. Vedrai poi coprirsi quel santissimo corpo di lividi, lacerarsi la pelle, uscire e scorrere da ogni parte il sangue. Ma, oltre tutto ciò, che spettacolo atroce quella così grande piaga aperta fra le spalle dove battevano tutti i colpi! Pensa poi, terminate le percosse, come il Signore si sarà ricoperto e sarà andato per tutto il pretorio, cercando le sue vesti, in presenza di quei crudeli carnefici, senza che nessuno gli prestasse aiuto o soccorso ne' gli desse uno di quei lavacri e refrigeri che si danno a coloro che restano feriti. Tutte questa sono cose degne di compassione, gratitudine, meditazione.

### ***Giovedì***

In questo giorno devi pensare all'incoronazione di spine, all'Ecce homo e a come il Salvatore portò la croce sulle spalle.

A meditare questi momenti tanto dolorosi ci invita la sposa nel Cantico dei Cantici con queste parole: *Venite, figlie di Sion e guardate il re Salomone con la corona che gli dette sua madre nel giorno delle sue nozze, nel giorno della gioia del suo cuore* (Ct 3, 11).

O anima mia, che fai? O mio cuore, a cosa pensi? O mia lingua, come ti sei ammutolita! O mio dolcissimo Salvatore, quando apro gli occhi e guardo il quadro

tanto doloroso che mi si presenta, il cuore mi si spezza dal dolore. Non bastavano dunque, Signore, le percosse già subite, la morte imminente, il tanto sangue sparso? Dovevano proprio le spine trar sangue dalla testa che le percosse avevano risparmiato?

Per patire di questo momento tanto doloroso, anima mia, poniti innanzitutto davanti agli occhi l'antica immagine del Signore e la grandezza delle sue virtù e poi torna a guardare in che condizioni si trova. Guarda com'è grande la sua bellezza, sereni i suoi occhi, dolci le sue parole, guarda la sua autorità, la sua mansuetudine, la sua serenità e quel suo nobile aspetto degno di venerazione.

Dopo averlo guardato e aver goduto della vista di una così perfetta figura, volgi di nuovo gli occhi a guardarlo come ora lo vedi, coperto del dileggio di quella porpora, con la canna in mano a guisa di scettro, l'orribile diadema sul capo, gli occhi morenti e il volto già morto e tutta la figura coperta di sangue e abbruttita dalla bava che si stendeva su tutto il suo volto.

Guardalo tutto, dentro e fuori, il cuore trafitto dal dolore, il corpo coperto di piaghe, abbandonato dai suoi discepoli, perseguitato dagli ebrei, schernito dai soldati, disprezzato dai sacerdoti, respinto dall'iniquo re, accusato ingiustamente e privo di ogni aiuto umano. Non pensare a ciò come ad una cosa passata, bensì come ad una cosa attuale, non come ad una sofferenza altrui, ma come ad una tua propria. Mettiti tu al posto di chi soffre e pensa cosa proveresti se in una parte così sensibile come la testa ti ficcassero molte ed acutissime spine che ti penetrassero fino all'osso. Ma che dico? Spine? Una sola trafittura di spillo riusciresti appena a sopportarla. Che cosa avrà dunque sofferto quella delicatissima testa con questa corona di tormenti? Terminata l'incoronazione e gli scherni del Salvatore, il giudice lo prese per mano così conciato com'era e, traendolo alla vista del popolo furioso, disse: *Ecce homo* (Gv 19, 5). Come se dicesse: Se volevate dargli la morte per invidia, vedetelo qui in condizioni da non suscitare invidia ma compassione. Temevate che si facesse re, vedetelo qui così sfigurato da sembrare a stento un uomo. Da queste mani legate cosa temete? Da quest'uomo distrutto cos'altro volete?

Puoi comprendere ora, anima mia, in che stato era allora il Salvatore, dal momento che il giudice credette che bastasse il suo aspetto per muovere il cuore di così duri nemici. Da ciò puoi ben capire che cattiva cosa sia che un cristiano non abbia compassione dei dolori di Cristo, dal momento che erano tali da bastare, come credette il giudice, a raddolcire cuori tanto crudeli.

Quando poi Pilato vide che non erano sufficienti le torture che si erano inflitte a quel santissimo Agnello per ammansire il furore dei suoi nemici, entrò nel pretorio e si sedette in tribunale per dar l'ultima sentenza in quella causa. Già era alle porte preparata la croce, già sollevata in alto quella terribile bandiera che minacciava la testa del Salvatore. Data ed emessa, quindi, la sentenza crudele, i nemici aggiungono una crudeltà all'altra, caricando su quelle spalle tanto pestate e tormentate dalle passate percosse, il legno della croce. Non rifiutò il pietoso Signore questo peso in cui erano tutti i nostri peccati, l'abbracciò anzi, per amor nostro, con somma carità ed obbedienza.

Cammina, dunque, l'innocente Isacco al luogo del sacrificio con quel peso tanto grave sulle sue spalle tanto deboli, e molta gente e molte donne pietose lo seguono e lo accompagnano con le loro lacrime. Chi non avrebbe dovuto spargere lacrime, vedendo il Re degli angeli camminare passo per passo con quel terribile peso, le ginocchia tremanti, il corpo ricurvo, gli occhi sereni, il volto insanguinato, quella corona sul capo e così vergognosi clamori ed insulti contro di lui?

Frattanto, anima mia, distogli un poco lo sguardo da questo crudele spettacolo e, con passi affrettati, gemiti di dolore, occhi pieni di lacrime, vai verso la casa della Vergine e, quando vi giungerai, prostrata ai suoi piedi, comincia a dirle con voce di dolore: *"O Signora degli angeli, regina del cielo, porta del paradiso, avvocata del mondo, rifugio dei peccatori, salvezza dei giusti, gioia dei santi, maestra delle virtù, specchio di purezza, esempio di castità, modello di pazienza e somma di ogni perfezione! Ahimè, mia Signora, perché la mia vista si è conservata fino ad ora? Come posso io vivere avendo visto quello che ho visto? A che servono altre parole? Lascio il tuo figlio unigenito e mio Signore nelle mani dei miei amici, con una croce sulle spalle, per essere tratto a morte"*.

Che senso può avere qui stabilire fino a che punto giunse questo dolore della Vergine? La sua anima venne meno, il volto e le sue membra virginee si coprono di un sudore di morte che sarebbe bastato a stroncare la sua vita se la provvidenza divina non l'avesse preservata per maggiore dolore e maggior gloria.

Cammina, dunque, la Vergine in cerca del figlio, il desiderio le dà le forze che il dolore le toglie. Sente da lontano il rumore delle armi, il gruppo della gente, il clamore della folla che già lo circonda.

Vede poi risplendere il ferro delle lance e delle alabarde che si elevavano in alto, vede sulla strada le gocce di sangue che le indicano la strada del figlio e la guidano senza bisogno di guida.

Si avvicina sempre di più al suo amato figliolo e tende gli occhi oscurati dal dolore e l'ombra della morte per vedere (se ci riesce) colui che tanto amava la sua anima. O amore e timore del cuore di Maria! Da una parte ardeva di vederlo e dall'altra rifiutava di vedere la sua figura tanto degna di pietà. Giunge infine dove lo poteva vedere e quelle due luci del cielo si guardano l'un l'altra, si attraversano il cuore con lo sguardo e si feriscono con l'aspetto l'anima impietosita. Le lingue erano mute, ma il cuore della madre parlava e il dolcissimo figlio diceva: *"Perché sei venuta qui, mia colomba, mia amata e Madre mia? Il tuo dolore aumenta il mio e i tuoi tormenti mi tormentano. Ritorna Madre mia, ritorna alla tua dimora, che non si confà al tuo pudore e purezza verginale questa compagnia di ladroni e di omicidi"*. Queste e altre pietose parole si saranno detti quei cuori impietositi e in questo modo si svolse fino al luogo della croce quella strada di dolore.

### **Venerdì**

In questo giorno si devono meditare il mistero della croce e le sette frasi che il Signore pronunciò.

Destati dunque, anima mia, e comincia a pensare al mistero della santa croce, il cui frutto risanò il male del velenoso frutto dell'albero vietato. Guarda in primo luogo come, giunto il Salvatore a quel luogo, quei perversi nemici (perché la sua morte fosse più vergognosa) lo spogliano di tutte le sue vesti fino alla tunica intima che era inconsueta. Guarda dunque con quanta mansuetudine si lascia spogliare quel santissimo Agnello senza aprir bocca né proferir parola contro coloro che così lo trattavano.

Con buona volontà consentiva di farsi spogliare delle sue vesti e di restare ignominiosamente ignudo perché di quelle vesti, meglio che con le foglie di fico, si ricoprisse la nudità in cui cademmo col peccato originale.

Alcuni padri della Chiesa dicono che, per togliere al Signore quella tunica, gli tolsero crudelmente la corona di spine che aveva sul capo e poi, dopo che era spogliato, tornarono a rimmettergliela e a conficcargli di nuovo le spine sulla fronte, facendolo di nuovo grandemente soffrire. E bisogna credere, certo, che avranno usato questa crudeltà coloro che molte altre e terribili ne avevano usate nei suoi riguardi durante tutto il processo della sua passione, tanto più che l'evangelista dice che fecero di lui quello che volevano. E poiché la tunica era attaccata alle piaghe prodotte dalle percosse e il sangue era già rappreso e appiccicato alla veste, quei malvagi tanto incapaci di pietà, lo spogliarono togliendogliela di colpo e riaprendo tutte le piaghe delle percosse, in modo che il santo corpo fu aperto e come scorticato e trasformato in una grande piaga che gettava sangue da ogni parte.

Considera dunque, qui, anima mia, la divina bontà e misericordia che in questo mistero così chiaramente risplende, guarda come colui che rivestì il cielo di nubi e i campi di fiori e di bellezza, sia qui spogliato di tutte le sue vesti. Pensa a quanto freddo avrà patito quel santo corpo che era straziato e ignudo, privo non solo delle sue vesti, ma anche della sua pelle, con tante piaghe aperte su tutto il corpo. E se Pietro che aveva veste e calzari, la notte prima aveva avuto freddo, quanto di più ne avrà avuto quel delicatissimo corpo così ferito e senza riparo!

Dopo di ciò, pensa a come il Signore fu inchiodato alla croce e al dolore che avrà sofferto quando quei chiodi grossi e appuntiti saranno entrati nelle parti più sensibili del più delicato dei corpi. E pensa anche a quello che avrà provato la Vergine quando avrà visto coi suoi occhi e udito con le sue orecchie i crudeli e duri colpi che cadevano così frequenti su quelle membra divine, poiché veramente quei colpi di martello e quei chiodi trapassavano le mani al figlio, ma spezzavano il cuore alla Madre.

Guarda poi come sollevarono in alto la croce piantandola in una buca che avevano preparato a questo scopo e come (essendo così crudeli i carnefici) per sistemarla, la lasciarono cadere di colpo, così che quel santo corpo avrà sobbalzato nell'aria e si saranno aperti ancora di più i fori dei chiodi, producendo intollerabile dolore.

O mio Salvatore e Redentore, quale cuore di pietra ci sarà che non si spezzi di dolore (e in quel giorno infatti si spezzarono le pietre) ripensando a quanto hai sofferto su quella croce? Ti hanno circondato dolori di morte e hanno infuriato sopra di te tutti i venti e le onde del mare. Sei caduto nel più profondo degli abissi e non

trovi dove aggrapparti. Il Padre ti ha abbandonato, che cosa speri, Signore, dagli uomini?

I nemici ti scherniscono, gli amici ti spezzano il cuore, la tua anima è afflitta e tu, per amor mio, non vuoi conforto. Terribili furono certo i miei peccati e la penitenza che ne hai subito lo dimostra.

Ti vedo, mio Re, attaccato a un legno: non c'è altro a sostenere il tuo corpo che tre ganci di ferro; da essi, senza alcun altro sollievo, pende la tua santa carne. Quando appoggi il corpo sui piedi, si strappano le ferite dei piedi a causa dei chiodi che li attraversano, quando lo appoggi sulle mani, si strappano le ferite delle mani per il peso del corpo.

E la santa testa stanca e tormentata dalla corona di spine, che cuscino avrà a sostenerla?

O come sarebbero ben impiegate ora a questo compito le vostre santissime braccia, o Vergine dolcissima, ma ora non le vostre serviranno, ma quelle della croce. Sopra di esse reclinerà la santa testa quando vorrà riposare e l'unico sollievo che ne ritrarrà sarà il configgersi più forte delle spine nella carne.

I dolori del figlio erano aumentati dalla presenza della Madre, dai quali dolori il suo cuore era intimamente straziato come esteriormente lo era il sacro corpo. Ci sono due croci per te, o buon Gesù, in questo giorno! una per il tuo corpo, una per la tua anima; una della passione, l'altra della compassione; una trafigge il corpo con chiodi di ferro, l'altra la tua santissima anima con chiodi di dolore. Chi potrebbe, buon Gesù, spiegare quello che hai sofferto vedendo le angosce di quell'anima santissima, che sapevi così chiaramente essere con tè crocifissa alla croce? Vedendo quel cuore pietoso trafitto e attraversato da un coltello di dolore, volgendo gli occhi insanguinati e guardando quel volto divino coperto da un pallore di morte? E le angosce del tuo animo senza morte, ma già più che morto? E i fiumi di lacrime che scorrevano da quegli occhi purissimi? E udendo i gemiti strappati da quel santo petto e generati dal peso di tanto grande dolore?

Dopo di ciò, puoi meditare le sette frasi che il Signore pronunciò sulla croce. Delle quali, la prima fu: Padre perdona loro, che non sanno quello che fanno (Lc 23, 34). La seconda al ladrone: Oggi sarai con me in paradiso (Lc 23, 43). La terza alla sua Santissima Madre: Donna, ecco tuo figlio (Gv 19, 26). La quarta: Ho sete (Gv 19, 28). La quinta: Dio mio, Dio mio, perché mi hai abbandonato? (Mt 27, 46). La sesta: Tutto è compiuto! (20). La settima: Padre, nelle tue mani, raccomando il mio spirito (Lc 23, 46).

Pensa, dunque, anima mia, con quanta carità in queste parole raccomandò i suoi nemici al Padre, con quanta misericordia accolse il ladrone che gli proclamava la sua fede, con quanta tenerezza raccomandò il discepolo amato alla pietosa Madre, con quale ardente sete mostrò di desiderare la salvezza degli uomini, con che voce dolente sparse la sua preghiera e dichiarò la sua sofferenza prima della divina sottomissione, come perfettamente portò a termine la sua obbedienza al Padre e come, infine, gli raccomandò lo spirito e tutto si consegnò nelle sue benedettissime mani. Da ciò appare evidente che in ciascuna di questa è racchiusa una

testimonianza di virtù. Nella prima si raccomanda la carità verso i nemici, nella seconda la misericordia verso i peccatori, nella terza il rispetto verso i genitori, nella quarta il desiderio di salvezza del prossimo, nella quinta la preghiera del dolore e dell'abbandono di Dio, nella sesta la virtù dell'obbedienza e della perseveranza, nella settima la perfetta rassegnazione nelle mani di Dio, che è la più alta di tutte le nostre perfezioni.

### ***Sabato***

In questo giorno, si deve meditare sul colpo di lancia che fu dato al Salvatore e alla deposizione dalla croce, col pianto della nostra Signora e il rito della sepoltura.

Considera dunque, come, essendo già spirato il Salvatore sulla croce ed essendosi realizzato il desiderio di quei crudeli nemici che tanto desideravano vederlo morto, ancora non si estinse la fiamma del loro furore, perché si vollero ancor più vendicare ed accanirsi sulle sante reliquie che restavano, dividendo e tirando a sorte le sue vesti e squarciando con una lancia crudele il suo santo petto.

O crudeli carnefici! O cuori di ferro, tanto poco vi sembra che il corpo vivo abbia patito che non volete averne pietà neppure da morto? Quale terribile moto di rancore non si placa quando vede innanzi a sé il nemico morto? Alzate un poco quegli occhi crudeli e guardate quel volto di morte, quegli occhi spenti, quel viso distrutto, quel pallore e quell'ombra di morte, che, anche se siete più duri del ferro, del diamante o di voi stessi, guardandoli, vi ammansirete. Giunge, quindi, il carnefice con la lancia in mano e la scaglia con forza nel petto nudo del Salvatore. Per la forza del colpo, la croce vibrò nell'aria e dalla ferita uscirono acqua e sangue con cui furono rimessi i peccati del mondo.

O fiume che esci dal paradiso e irrighi con il tuo corso tutta la faccia della terra! O piaga del sacro costato prodotta più dall'amore degli uomini che dal ferro della lancia crudele!

O porta del cielo, finestra del paradiso, luogo di rifugio, torre di fortezza, santuario dei giusti, sepolcro dei pellegrini, nido di dolci colombe e letto fiorito della sposa di Salomone!

Dio ti salvi, piaga del sacro costato, che piaghi i cuori devoti, ferita che ferisci le anime dei giusti, rosa di ineffabile bellezza, rubino di inestimabile valore, porta del cuore di Cristo, testimonianza del suo amore e pegno della vita eterna!

Dopo di ciò, considera come la sera di quello stesso giorno giunsero quei due santi uomini, Giuseppe e Nicodemo e, appoggiate le loro scale alla croce, calarono a braccia il corpo del Salvatore.

Quando la Vergine vide che, terminata la tempesta della passione, il santo corpo giungeva a terra, si preparava a dargli sicuro rifugio sul suo petto e ad accoglierlo dalle braccia della croce nelle sue. Chiede quindi umilmente a quella nobile gente che, poiché non aveva preso congedo da suo figlio ne aveva ricevuto da lui gli ultimi abbracci sulla croce, al tempo della sua partenza, la lascino ora ricongiungersi e non vogliano che ancora aumenti il suo sconforto perché, se da una parte da vivo glielo hanno portato via i nemici, dall'altra, ora, gli amici non glielo lasciano da morto.

Quando dunque la Vergine l'ebbe fra le sue braccia, che lingua potrebbe esprimere ciò che provò? O angeli della pace, piangete con questa santa Vergine! Piangete cieli, piangete stelle del cielo e con voi tutte le creature del mondo, accompagnate il pianto di Maria.

La Madre abbraccia il corpo straziato, lo stringe forte al petto (solo per questo le restavano le forze), pone il suo volto fra le spine del sacro capo, il volto si congiunge al volto, il volto della santissima Madre si tinge del sangue del figlio e quello del figlio si bagna delle lacrime della Madre.

O dolce Madre! È questo, per ventura, il vostro dolcissimo figlio? È quello che avete concepito con tanta gloria e partorito con tanta gioia? Che cosa è accaduto delle vostre gioie passate? Dov'è andata la vostra passata felicità? Dov'è ora lo specchio di bellezza in cui vi contemplavate? Tutti coloro che erano presenti piangevano, piangevano le sante donne, i nobili uomini, piangevano il cielo e la terra e tutte le creature accompagnavano le lacrime della Vergine. Piangeva anche il santo evangelista e, abbracciato al corpo del suo Maestro, diceva: " O buon Maestro! o Signor mio! chi d'ora in poi mi insegnerà? A chi esporrò i miei dubbi? Sul petto di chi riposerò? Chi mi farà partecipe dei segreti del cielo? Che terribile mutamento è accaduto! La notte scorsa mi tenesti sul tuo santo petto, dandomi gioia di vita ed ora ripago quel grande dono, tenendo te morto sul mio petto? Questo è il volto che ho visto trasfigurato sul monte Tabor? Questa è la figura risplendente nel sole di mezzogiorno? ".

Piangeva anche la peccatrice, abbracciata ai piedi del Salvatore e diceva: "*O luce dei miei occhi e salvezza della mia anima! Se mi vedrò prostrata dai peccati, chi mi accoglierà? Chi curerà le mie ferite? Chi risponderà per me? Chi mi difenderà dai farisei? Quanto diversamente ebbi tra le mani questi piedi e li lavai quando mi accogliesti! O amato del mio cuore! Chi potrebbe concedermi ora di morire con te? O vita della mia anima! Come posso dire di amarti se sono viva mentre ho tè morto davanti ai miei occhi?*".

In questo modo piangeva e si lamentava quella santa compagnia, bagnando e lavando con le lacrime il santo corpo.

Giunta poi l'ora della sepoltura, avvolgono il santo corpo in un lenzuolo pulito, coprono il volto con un sudario e, postolo su un giaciglio, vanno con lui al luogo del sepolcro e lì depositano quel prezioso tesoro. Il sepolcro fu chiuso da una pietra e il cuore della Madre da un'oscura nebbia di tristezza. Lì si congeda un'altra volta da suo figlio, lì comincia di nuovo a vivere la sua solitudine, lì si vede privata di ogni suo bene, lì resta sepolto il suo cuore, dove resta il suo tesoro.

### ***Domenica***

In questo giorno, potrai pensare alla discesa del Signore al limbo, alla sua apparizione alla Madonna, alla santa Maddalena e ai suoi discepoli e, infine, al mistero della sua gloriosa ascensione.

Riguardo al primo punto, pensa a quanto sarà stata grande la gioia che quei santi padri del limbo avranno provato per la presenza e la visita del loro liberatore e quanto lo avranno ringraziato e lodato per la loro tanto attesa e desiderata salvezza. Coloro che tornano in Spagna dalle Indie Orientali dicono di ritenere ben ripagato tutto il travaglio della passata navigazione dalla gioia che provano tornando alla loro terra. Se producono questo effetto la navigazione e l'esilio di un anno o due, che cosa avrà prodotto l'esilio di tre o quattromila anni il giorno che si sarà ricevuta tanto grande salvezza e si sarà approdati alla terra dei viventi?

Pensa anche alla gioia che la santissima Vergine avrà provato alla vista del figlio risuscitato, poiché è certo che, come fu lei quella che più soffrì i dolori della sua passione, così fu lei quella che più esultò della gioia della sua resurrezione. Che cosa avrà dunque sentito quando si sarà visto davanti il figlio vivo e glorioso, accompagnato da tutti i santi padri che resuscitarono con lui? Cosa avrà fatto? Cosa avrà detto? Quali saranno stati gli abbracci, i baci, le lacrime dei suoi occhi pietosi? E il desiderio di andarsene con lui, se le fosse stato concesso?

Pensa anche alla gioia di quelle sante Marie e soprattutto a quella di colei che continuava a piangere sul sepolcro, quando avrà visto l'amato dell'anima sua e si sarà gettata ai suoi piedi e avrà trovato risuscitato e vivo colui che cercava e desiderava almeno da morto. E guarda come, dopo essere apparso alla Madre, apparve per primo a quella che maggiormente amò, maggiormente perseverò, maggiormente pianse e con maggiore sollecitudine lo cercò, così che tu possa avere ben chiaro che troveresti Dio se lo cercassi con le stesse lacrime e con la stessa perseveranza.

Considera il modo in cui apparve ai discepoli che andavano ad Emmaus come pellegrini (Lc 24, 13) e pensa come si mostrò affabile, come si accompagnò a loro familiarmente, quanto dolcemente si dissimulò loro e, infine, quanto amorosamente si rivelò loro e li lasciò col miele e la dolcezza sulle labbra. Siano dunque come i loro i tuoi discorsi e tratta con dolore e partecipazione ciò che così essi trattavano (vale a dire i dolori e le tribolazioni di Cristo) e sta' sicuro che, se te ne ricorderai sempre, non ti mancheranno mai la sua presenza e la sua compagnia.

Circa il mistero dell'ascensione, considera in primo luogo che il Signore ritardò questa ascesa al cielo quaranta giorni e che durante questi apparve molte volte ai suoi discepoli a cui dava il suo insegnamento e con i quali parlava del regno di Dio (At 1, 3).

Non volle infatti salire al cielo ne' separarsi da loro, fino a che non potesse lasciarli tali da poter salire al cielo con Lui. Vedrai quindi che coloro a cui manca molte volte la presenza fisica di Cristo (cioè la consolazione sensibile della devozione) possono ugualmente salire al cielo con lo spirito ed essere sicuri dal pericolo. In ciò meravigliosamente risplende la provvidenza di Dio e il modo che ha di trattare i suoi in tempi diversi, come rafforza i deboli ed esercita i forti, da il latte ai piccoli e svezza i grandi, gli uni consola, gli altri mette alla prova e così tratta ciascuno secondo la misura del suo vantaggio.

Per questo, ne' colui a cui viene donato deve inorgogliersi perché il dono è prova della sua debolezza, ne' colui che è lasciato senza conforto deve abbattersi, poiché ciò è, a volte, segno della sua forza.

In presenza dei suoi discepoli e mentre essi lo vedevano (At 1, 3), salì al cielo, poiché essi dovevano essere testimoni di questi misteri e nessuno è miglior testimone delle opere di Dio di colui che le conosce per esperienza. Se vuoi sapere davvero quanto Dio è buono, quanto è dolce e soave con i suoi, quanta sia la forza e l'efficacia della sua grazia, del suo amore, della sua provvidenza e delle sue consolazioni, domandalo a coloro che ne hanno fatto l'esperienza, che te ne potranno dare la più ampia testimonianza.

Volle anche che lo vedessero salire al cielo perché lo seguissero con gli occhi e con lo spirito, perché soffrissero della sua dipartita, sentissero la solitudine per la sua assenza, poiché questa era la migliore preparazione per ricevere la sua grazia. Eliseo chiese ad Elia il suo spirito e il buon maestro gli rispose: Se mi vedrai quando ti sarò tolto, riceverai quello che hai chiesto (2 Re 2, 10).

Saranno infatti eredi dello spirito di Cristo coloro a cui l'amore farà provare dolore per il suo allontanamento, che soffriranno della sua assenza e in questo esilio resteranno a sospirare sempre la sua presenza. Così soffriva quel santo uomo che diceva: Sei stato il mio consolatore e non ti sei congedato da me, andando per la tua strada, hai benedetto i tuoi e io non me ne sono accorto. Gli angeli hanno promesso che saresti tornato e io non ho sentito...

Quali saranno stati dunque la solitudine, il dolore, le parole e le lacrime della santissima Vergine, dell'amato discepolo, della santa Maddalena e di tutti gli apostoli quando avranno visto andarsene e scomparire dai loro occhi colui che aveva conquistato i loro cuori? E, malgrado ciò, si dice che tornassero a Gerusalemme pieni di gioia perché tanto lo amavano. Il medesimo amore infatti che li faceva soffrire per la sua partenza, li faceva esultare per la sua gloria, perché il vero amore non ha per oggetto se stesso, bensì colui che si ama.

Resta da meditare con quanta gloria, con quale gioia, con che grida di esultanza e di lode sarà stato accolto quel nobile trionfatore nella città sovrana, quali saranno state la festa e l'accoglienza che gli avranno tributato, che spettacolo sarà stato vedere uniti insieme uomini ed angeli e tutti insieme camminare per quella nobile città e riempire i seggi da tanti anni deserti e salire al di sopra di tutti quella santissima umanità e sedersi alla destra del Padre. Bisogna riflettere molto su questo per vedere quanto sono ben spese le sofferenze per amore di Dio e come colui che si umiliò e patì più di tutte le creature sia qui reso più grande e innalzato al di sopra di tutte loro, perché coloro che amano la vera gloria capiscono la strada che debbono percorrere per giungervi, cioè abbassarsi per ascendere e porsi al di sotto di tutti per essere, al di sopra di tutti, innalzato.

capitolo quinto  
LE SEI COSE CHE POSSONO ACCADERE NELLA PRATICA DELLA  
PREGHIERA

Queste sono, lettore cristiano, le meditazioni su cui puoi riflettere nei giorni della settimana, perché non ti manchi la materia su cui meditare. Bisogna notare qui che, prima di questa meditazione, possono accadere alcune cose e altre poi possono seguire che ad esse sono connesse e sono ad esse analoghe.

In primo luogo, infatti, prima di procedere alla meditazione, è necessario preparare il cuore a questo santo esercizio, il che è come accordare la chitarra prima di suonare.

Alla preparazione segue la lettura del passo da meditare quel giorno, secondo la ripartizione dei giorni della settimana (come abbiamo detto più sopra). Il che senza dubbio è necessario all'inizio, per sapere ciò su cui si deve meditare.

Alla meditazione si può far seguire un devoto rendimento di grazie per i benefici ricevuti e un'offerta di tutta la nostra vita e di quella di Cristo nostro Salvatore, in ricompensa di essi.

L'ultima parte è la petizione, che propriamente si chiama preghiera, nella quale chiediamo tutto ciò che è necessario per la nostra salvezza, per quella del nostro prossimo e di tutta la Chiesa.

Nella preghiera possono accadere queste sei cose, che hanno, tra gli altri vantaggi, quello di dare all'uomo più abbondante materia di meditazione, ponendogli di fronte diverse qualità di cibo, perché, se uno non può nutrirsi dell'una, si alimenti dell'altra e perché, se in una cosa gli si interrompe il filo della meditazione, entri tosto in un'altra dove gli si offra qualcosa d'altro da meditare.

Mi rendo ben conto che ne' tutte queste cose ne' quest'ordine sono necessari; sono utili tuttavia a coloro che cominciano per avere un ordine e un filo conduttore da seguire all'inizio. Per questo, non desidero che nessuno dei principi che qui ho esposto si faccia legge eterna o regola generale, perché il mio intento non è quello di dare una legge bensì un'introduzione per porre sulla buona strada gli inesperti a cui poi, quando l'avranno intrapresa, l'abitudine, l'esperienza e molto di più lo Spirito Santo insegneranno il resto.

## capitolo sesto

### LA PREPARAZIONE RICHIESTA PRIMA DELLA PREGHIERA

Sarà bene che trattiamo adesso, in particolare, ciascuna delle parti suddette e in primo luogo la preparazione, che tutte le precede.

Inginocchiato nel luogo della preghiera, o in piedi o con le braccia in croce o prostrato o seduto, se non può stare in altro modo, fatto prima il segno della croce, raccoglierà la sua immaginazione, allontanandola da tutte le cose di questa vita, eleverà il suo intelletto, pensando che nostro Signore lo sta guardando. E starà lì con l'attenzione e il rispetto che avrebbe se lo avesse presente e, con un pentimento generale dei suoi peccati (se è la preghiera del mattino), farà la confessione generale o, se è quella della notte, farà l'esame di coscienza di tutto quello che avrà pensato, detto, fatto e ascoltato in quel giorno e della sua dimenticanza di nostro Signore, dolendosi delle mancanze di quel giorno e di quelle di tutta la sua vita passata e umiliandosi davanti alla divina maestà, davanti a cui dirà le parole del santo patriarca: Parlerò al mio Signore anche se sono polvere e cenere, e poi reciterà quei versi del salmo: A te io levo i miei occhi, a te che dimori nei cieli. Così come gli occhi dei servi sono posti nelle mani dei padroni, come gli occhi della serva sono posti sulle mani della sua padrona, così i nostri occhi sono posti su nostro Signore in attesa che egli sia pietoso verso di noi (Sal 122, 1-2).

Abbi misericordia di noi, Signore, abbi misericordia di noi. Gloria Patri... Poiché noi non siamo capaci, Signore, di pensare qualcosa di buono di nostra iniziativa, ma ogni nostra capacità deriva da Dio, poiché nessuno può degnamente invocare il nome di Gesù se non con l'aiuto dello Spirito Santo. Vieni, o dolcissimo Spirito e manda dal cielo i raggi della tua luce. Vieni, o Padre dei poveri, vieni, o datore della luce, vieni, o luce dei cuori. Vieni, consolatore buonissimo e ospite dolce della nostra anima e suo soave ristoro. Nella fatica, riposo; nell'ardore dell'estate, refrigerio; nelle lacrime, conforto. O beatissima luce, colpisci l'intimo del cuore dei tuoi fedeli. Emitte spiritum tuum et creabuntur et renovabis faciem terrae. Oratio. Deus qui corda fidelium...

Detto questo, supplicherà poi nostro Signore perché gli dia la grazia di prestare attenzione, la devozione, il raccoglimento interiore, il timore, il rispetto che sono necessari per stare davanti a così sovrana maestà e per impiegare il tempo della preghiera in modo da uscirne con nuove forze e lena per tutte le attività necessario al suo servizio.

La preghiera infatti che non produce questo frutto è imperfetta e vale molto poco.

capitolo settimo  
LA LETTURA

Conclusa la preparazione, segue poi la lettura di ciò che si deve meditare, che non deve essere né rapida né frettolosa, ma attenta e ben ponderata e a cui si deve applicare non solo l'intelletto per capire ciò che si legge, ma molto di più la volontà per gustare ciò che si capisce. Quando si trova qualche passaggio devoto, ci si soffermi di più per meglio approfondirlo; la lettura non sia troppo lunga, perché si deve dare più tempo alla meditazione che è tanto più vantaggiosa quanto più riflette e penetra più lentamente e con maggiore partecipazione. Qualora però si avesse il cuore così distratto da non poter penetrare nella preghiera, ci si può trattenere un po' di più nella lettura o fondere la lettura con la meditazione, leggendo un passo e meditandoci sopra e poi un altro nello stesso modo, così che, restando congiunto alle parole della lettura, l'intelletto non possa disperdersi in diverse parti, come quando è libero e sciolto. Sarebbe meglio tuttavia combattere per respingere i pensieri, perseverando e lottando (come un nuovo Giacobbe, tutta la notte) nella fatica della preghiera. Infine, terminata la battaglia, si conseguirebbe la vittoria e nostro Signore darebbe la devozione o altra più grande grazia, che non si rifiuta mai a coloro che fedelmente combattono.

capitolo ottavo  
LA MEDITAZIONE

Alla lettura segue la meditazione del passo che abbiamo letto. Ed essa è qualche volta meditazione di pensieri che si possono raffigurare con l'immaginazione, quali i momenti della vita e passione di Cristo, il giudizio finale, l'inferno, il paradiso; altre volte è meditazione di pensieri che interessano più l'intelletto che l'immaginazione, come ad esempio la riflessione sui doni di Dio, sulla sua bontà e misericordia o qualunque altra qualità si riferisca alle sue perfezioni.

Questa meditazione si chiama intellettuale, l'altra immaginativa e dell'una e dell'altra siamo soliti usare in questi esercizi secondo come richiede la materia. Quando la meditazione è immaginativa, dobbiamo raffigurarci gli avvenimenti nel modo in cui sono o in cui sono accaduti e far conto che si svolgano proprio nel luogo in cui siamo, alla nostra presenza, perché con questa raffigurazione la meditazione e l'immedesimazione in esse siano più vive. Anche immaginare che queste cose accadano all'interno del nostro cuore è meglio e, poiché esso è capace di contenere regni e città, più efficace sarà la raffigurazione di questi misteri più aiuterà il raccoglimento dell'anima che sarà occupata dentro se stessa (come un'ape nel suo alveare) a riempire il suo favo di miele. Andare col pensiero a Gerusalemme, e meditare ciò che proprio lì è accaduto può indebolire e far male alla testa. Proprio per questo, non si deve gonfiare troppo l'immaginazione in ciò che si pensa, per non affaticare la natura con questo scrupolo eccessivo.

capitolo nono  
IL RENDIMENTO DI GRAZIE

Terminata la meditazione, segue il rendimento di grazie, per cui si deve prendere occasione dalla meditazione compiuta, rendendo grazie a nostro Signore per il dono che in essa ci ha fatto.

Se la meditazione è stata sulla passione, si deve ringraziare nostro Signore perché ci ha redento con tante sofferenze, se è stata sui nostri peccati, perché ha atteso tanto tempo il nostro pentimento, se sulle miserie di questa vita, perché da tante di esse ci ha liberato, se sul momento della morte, perché ci ha liberato dai suoi pericoli e ha atteso il nostro pentimento, se sul paradiso perché lo ha creato per tanto bene, e così di ogni altra cosa.

A questi doni aggiungerà tutti gli altri di cui prima si è parlato, che sono il dono della creazione, della conservazione, della redenzione, della vocazione, eccetera. E così ringrazierà nostro Signore perché lo ha creato a sua immagine e somiglianza, perché gli ha dato la memoria per ricordarsi di lui, l'intelletto per conoscerlo, la volontà per amarlo, perché gli ha dato un angelo che lo salvasse da tanti travagli e pericoli, da tanti peccati mortali e dalla morte, quando si trovava in essi; il che non fu altro che liberarlo dalla morte eterna; perché scelse di assumere la nostra natura e di morire per noi; perché lo ha fatto nascere da genitori cristiani e gli ha dato la grazia del santo Battesimo, dandogli in esso la sua grazia, promettendogli la sua gloria e accogliendolo come figlio adottivo; perché gli ha dato armi per combattere contro il demonio, la carne nel Sacramento della Confermazione; perché gli ha dato se stesso nel Sacramento dell'altare; perché gli ha dato il Sacramento della penitenza per recuperare la grazia perduta col peccato mortale e per le molte buone ispirazioni che sempre gli ha mandato e gli manda; per l'aiuto che gli ha dato nel pregare, nel fare il bene, nel perseverare nel bene intrapreso. A questi doni aggiunga gli altri generali e particolari che riconosce di avere ricevuto da nostro Signore. Per questi e per tutti gli altri palesi e nascosti, renda grazie quanto più può e inviti tutte le creature sia del cielo che della terra perché lo aiutino in questo compito. Con questo spirito potrà dire, se vuole, il cantico *Benedicite omnia opera Domini Domino, laudate et super exaltate* (Dn 3,57). O il salmo *Benedic anima mea Domino et omnia quae intra me sunt nomini santo ejus. Benedic anima mea Domino et noli oblivisci omnes retributiones ejus. Quia prospiciatur omnibus iniquitatibus tuis, qui sanat omnes infirmes tuas. Qui redimii de interitu vitam tuam, qui coronai te in misericordia et miserationibus...* (Sal 102,1-4).

## capitolo decimo L'OFFERTA

Ringraziato di tutto cuore il Signore per tutti questi benefici, il cuore prorompe spontaneamente in quello slancio del profeta David che dice: Cosa darò io al Signore in cambio di tutti i doni che mi ha dato? (Sal 115, 12). L'uomo può in qualche modo soddisfare questo desiderio, dando ed offrendo a Dio, da parte sua, tutto ciò che ha e può offrirgli.

Per questo, in primo luogo, deve offrire se stesso in perpetua schiavitù consegnandosi e ponendosi nelle sue mani perché faccia di lui ciò che vuole, nel tempo e nell'eternità, e offrire insieme tutte le sue parole, le sue opere, i suoi pensieri, le sue fatiche, cioè tutto ciò che farà e affronterà, perché tutto torni ad onore e gloria del suo santo nome.

In secondo luogo, può offrire al Padre tutto quanto suo figlio fece e meritò, tutte le sofferenze che patì in questo mondo per obbedienza a lui, dal presepio fino alla croce, perché tutto questo è la nostra ricchezza e l'eredità che ci lasciò nel Nuovo Testamento per cui ci fece eredi di questo grande tesoro.

E così, poiché ciò che mi è dato per grazia non mi appartiene meno di ciò che ho acquisito con le mie forze, i meriti e i diritti che mi ha dati non mi appartengono meno di quanto accadrebbe se li avessi ottenuti col mio sudore e la mia fatica. E per questo si può fare quest'offerta non meno della prima, annoverando, per suo ordine, tutto quanto ha fatto e faticato, tutte le virtù della sua santissima vita, la sua obbedienza, la sua pazienza, la sua umiltà, la sua fedeltà, la sua carità, la sua misericordia con tutte le altre. È questa, infatti, la più bella e ricca offerta che possiamo fare.

## capitolo undicesimo LA RICHIESTA

Fatta questa ricca offerta, certo possiamo chiedere per essa la ricompensa. In primo luogo, chiediamo con slancio di carità, preoccupati della gloria di nostro Signore che tutte le genti del mondo lo conoscano, lo lodino e lo adorino come il loro unico, vero Dio e Signore, profferendo dall'intimo del nostro cuore quella parola del profeta: Ti lodino i popoli, o Dio, ti lodino i popoli tutti (Sal 66, 4). Preghiamo inoltre per i capi della Chiesa, Papi, Cardinali, Vescovi con tutti gli altri sacerdoti e prelati inferiori, perché il Signore li accenda e li illumini così che sappiano portare tutti gli uomini alla conoscenza e all'obbedienza del loro creatore. Dobbiamo anche pregare (come consiglia san Paolo) per i re e per tutti coloro che posseggono qualche autorità, perché possiamo noi, grazie alla loro tutela, vivere una vita tranquilla e serena.

Poiché ciò è gradito agli occhi di Dio, nostro Salvatore, il quale vuole che tutti gli uomini si salvino e pervengano alla conoscenza della verità. Preghiamo anche per tutti i membri del Corpo Mistico, per i giusti affinché il Signore li conservi, per i peccatori affinché li converta, per i defunti affinché misericordiosamente li tragga da tanti patimenti e li porti alla pace della vita eterna.

Preghiamo anche per tutti i poveri, gl'infermi, i carcerati, i prigionieri... Che Dio, per i meriti di suo figlio, li aiuti e li liberi dal male.

Dopo avere chiesto per il nostro prossimo, chiediamo per noi; ciò che dovremo chiedere lo mostrerà a ciascuno la sua necessità, se saprà riconoscerla.

Tuttavia, per facilitare questo insegnamento, ecco le grazie che possiamo chiedere. In primo luogo, chiediamo, per i meriti e le sofferenze di nostro Signore, perdono di tutti i nostri peccati e la forza di correggerli; specialmente chiediamo aiuto contro tutte le passioni e i vizi a cui siamo più inclini e da cui siamo più tentati, scoprendo le nostre piaghe al medico celeste perché le risani e le curi col balsamo della sua grazia.

In secondo luogo, chiediamo le altissime e nobilissime virtù in cui consiste la somma di ogni cristiana perfezione, che sono fede, speranza, carità, timor di Dio, umiltà, pazienza, obbedienza, forza per ogni tribolazione, semplicità di spirito, disprezzo del mondo, discrezione, purezza di intenzioni, con le altre virtù simili che sono in cima a questo edificio spirituale. La fede, infatti, è la radice prima di tutta la cristianità, la speranza è il sostegno e il rimedio contro le tentazioni di questa vita, la carità è il fine di ogni perfezione cristiana, il timor di Dio è il principio di ogni sapienza, l'umiltà è il fondamento di tutte le virtù, la pazienza è l'armatura contro i colpi e gli assalti del nemico. L'obbedienza è la graditissima offerta in cui l'uomo offre se stesso a Dio in sacrificio, la discrezione è gli occhi con cui l'anima vede e percorre tutte le sue strade, la forza è le braccia con cui compie tutte le sue opere, la purezza di intenzioni è quella che rimanda e indirizza tutte le nostre opere a Dio. In terzo luogo, chiediamo le altre virtù che, oltre ad essere di per sé importanti, servono a custodire quelle più grandi, vale a dire la moderazione nel bere e nel

mangiare, la moderazione della lingua, il controllo dei sensi, la misura e la compostezza esteriore, la dolcezza e il buon esempio nei riguardi del prossimo, il rigore e la severità nei riguardi di se stessi, con le altre analoghe virtù. Dopo di ciò, termini con la richiesta dell'amor di Dio e in essa si trattenga, occupando la maggior parte del tempo nel chiedere al Signore questa virtù con profondi affetti e sentimenti (poiché in essa consiste tutto il nostro bene). Potrà dire così.

#### Speciale richiesta dell'amore di Dio

Al di sopra di tutte queste virtù, concedimi, Signore, la tua grava affinché io ti ami con tutto il mio cuore, con tutto il mio animo, con tutte le mie forze con tutto il mio intimo, come tu comandi. O tu, che sci tutta la mia speranza, tutta la mia gloria, tutto il mio rifugio, tutta la mia gioia! O tu, più amato di tutti gli esseri amati!. O sposo fiorente, sposo soave, o tenero sposo! O dolcezza del mio cuore! O vita dell'anima mia e gioioso sollievo del mio spirito! O giorno luminoso e bello dell'eternità, serena luce del mio intimo e imito paradiso del mio cuore! O mio amabile principio, mia somma forza!

Prepara, Dio mio, prepara, Signore, un gradevole soggiorno per te in me. affinché, secondo la promessa della tua santa parola, tu venga a me e possa in me riposare. Mortifica in me tutto ciò che non piace ai tuoi occhi e rendimi uomo secondo le intenzioni del tuo cuore. Colpisci, Signore, la più profonda intimità del mio cuore con le saette del tuo amore e ubriacala col vino della tua perfetta carità. Oh, quando questo accadrà? Quando ti sarò gradito in ogni mio aspetto? Quando sarà morto tutto ciò che in me ti è contrario? Quando ti apparterrò totalmente? Quando cesserò di essere mio? Quando avverrà che nessuna cosa vivrà in me al di fuori di te? Quando ti amerò di amore ardentissimo? Quando mi brucerà tutta la fiamma del tuo amore? Quando sarò del tutto vinto e trafitto dalla tua soavissima dolcezza? Quando aprirai a questo povero mendicante e gli scoprirai il tuo bellissimo regno che sta dentro di me, che sei tu con tutte le tue ricchezze? Quando mi trasporterai e annegherai e trascinerai e nasconderai in te, così che io non sia più io? Quando, eliminati tutti gli impedimenti e gli ostacoli, mi farai un solo spirito con te, così che non possa mai più separarmi da te?

O amato, amato, amato dell'anima mia! O dolcezza, dolcezza del mio cuore! Esaudiscimi, Signore, non per i miei meriti, ma per la tua infinita bontà! Insegnami, illuminami, indirizzami, aiutami in tutte le circostanze perché niente sia fatto e sia detto se non ciò che è gradito ai tuoi occhi. O mio Dio, mio amato, altissimo bene dell'anima mia! O amore mio dolce! O mia grandissima gioia! O mia forza, veglia su di me! Luce mia, fammi da guida! O Dio del mio grande amore, perché non ti concedi al povero? Tu penetri i cieli e la terra e lasci vuoto il mio cuore?

Tu vesti i gigli dei campi, procuri il cibo agli uccellini e sostenti i vermi della terra ti scordi di me che tutto dimentico per te?

Tardi ti ho conosciuto, o bontà infinita! Tardi ti ho amato, o bellezza così antica e così nuova! Infelice il tempo che non ti ho amato! Me infelice quando non ti

conoscevo! Cieco quando non ti vedevo! Eri dentro di me ed io ti cercavo all'esterno! Anche se ti ho trovato tardi, non permettere. Signore, per tua divina clemenza, che io ti abbandoni mai.

Se uno degli aspetti che più ti piacciono e più colpiscono il tuo cuore è che si abbia occhi per saperti guardare, dammi Signore gli occhi per guardarti, occhi semplici di colomba, occhi casti e timorosi, occhi umili e innamorati, occhi devoti e che sanno piangere, occhi assenti e discreti per comprendere e compiere la tua volontà, affinché, guardandoti io con essi, sia da te guardato con gli occhi con cui hai guardato Pietro, facendolo piangere per il suo peccato, gli occhi con cui hai guardato il figliol prodigo, quando gli andasti incontro per riceverlo col bacio di pace, gli occhi con cui hai guardato il pubblicano quando non osava alzare lo sguardo al cielo, gli occhi con cui hai guardato la Maddalena, quando con le sue lacrime ti lavava i piedi, gli occhi, infine, con cui hai guardato la sposa del Cantico dei Cantici quando le hai detto: "*Sei bella, amica mia, sei bella! i tuoi occhi sono di colomba!*". Perché, compiacendoti degli occhi e della bellezza dell'anima mia, tu le dia quegli ornamenti di virtù e grazia che possono sempre farla apparire bella.

O altissima, clementissima, benigna Trinità, Padre, Figlio, Spirito Santo, Dio unico e vero insegnami, guidami, aiutami, Signore di tutto! O Padre onnipotente, per la grandezza del tuo infinito potere, riponi e conferma in te la mia memoria e riempila di santi e devoti pensieri! O Figlio santissimo, con la tua eterna sapienza, purifica il mio intelletto, adornato della conoscenza della somma verità e della mia estrema bassezza! O Spirito Santo, amore del Padre e del Figlio, con la tua ineffabile bontà, trasferisci in me tutta la tua volontà, accendila di un fuoco d'amore così grande che nessun'acqua possa spegnerla!

O santa Trinità, unico Dio mio, che sei tutto il mio bene!

Oh, se potessi lodarti e amarti come ti lodano e ti amano tutti gli angeli!

Oh, se avessi l'amore di tutte le creature, con quanta gioia te lo darei e lo trasferirei in te, pur sapendo che non è sufficiente ad amarti come meriti!

Tu solo puoi degnamente amare e lodare tè stesso, perché tu solo comprendi la tua incommensurabile bontà e puoi amarla. quanto essa merita, così che solo nel tuo divinissimo cuore può trovar luogo un amore adeguato a te.

O Maria, Maria, Maria, Vergine santissima, madre di Dio, regina del cielo, Signora del mondo, tabernacolo dello Spirito Santo, giglio di purezza, rosa di pazienza, paradiso di gioia, esempio di castità, modello di innocenza! Prega per questo povero, esule e viandante e spartisci con lui la sovrabbondanza della tua traboccante carità.

O voi beati santi e sante, o voi beati spiriti che tanto ardetate dell'amore del vostro Creatore e soprattutto, voi Serafini, che infiammate del vostro amore il cielo e la terra, non abbandonate questo povero, miserabile cuore, ma purificatelo come le labbra di I saia. di tutti i suoi peccati, fatelo ardere con la fiamma di questo vostro ardentissimo amore, perché ami solo il suo Signore, lui solo cerchi, in lui solo riposi e dimori per i secoli dei secoli. Amen.

capitolo dodicesimo  
ALCUNE AVVERTENZE DA TENER PRESENTI IN QUESTA SANTA  
PRATICA

Tutto ciò che si è detto sin qui serve come materia di meditazione, che è uno degli aspetti principali di questo esercizio, perché solo la minima parte della gente ha bastante materia di meditazione e così, per difetto di essa, molti non possono fare bene questa pratica. Diremo ora, in breve, il modo e la forma con cui dobbiamo seguirla. Sebbene in questa materia il primo maestro sia lo Spirito Santo, l'esperienza ci ha tuttavia dimostrato che sono qui necessarie alcune avvertenze perché la strada per giungere a Dio è ardua e necessita di guida, senza la quale molti per molto tempo sono perduti e fuorviati.

Prima avvertenza

Questa sia dunque la prima avvertenza: quando ci mettiamo a meditare qualcuno dei pensieri suddetti, nel tempo e con le pratiche determinate, non dobbiamo restare attaccati ad essa tanto da considerare mal fatto procedere da essa ad un'altra, se in essa troviamo maggior devozione, maggior gioia, maggior vantaggio, poiché, dato che il fine di questo esercizio è la devozione, si deve considerare migliore ciò che più serve a questo fine.

Tuttavia, ciò non si deve fare per ragioni banali, bensì a ragion veduta. Così, se in qualche momento della propria orazione o meditazione si sente più gioia o devozione che in un altro, ci si trattenga in esso tutto il tempo che questo sentimento dura, anche se esso occupa tutto il tempo del raccoglimento. Perché se, come abbiamo detto, il fine di tutto è la devozione, sarebbe uno sbaglio cercare in un'altra parte, con incerta speranza, ciò che abbiamo già sicuro tra le mani.

Seconda avvertenza

La seconda avvertenza è sforzarsi di evitare, in questo esercizio di pietà, l'eccessiva concentrazione dell'intelletto e dedicarsi ad esso più con lo slancio e la tensione della volontà che coi discorsi e le elucubrazioni dell'intelletto. Senza dubbio, infatti, falliscono l'intento coloro che si pongono a meditare i misteri divini nella preghiera come se li studiassero per predicare, il che significa più dissipare lo spirito che raccoglierlo e andare più fuori che dentro di sé. Così si verifica che, terminata la preghiera, restano aridi, senza il frutto della devozione, superficiali e disponibili a qualsiasi banalità come erano prima. Difatti, in realtà, essi non hanno pregato, bensì parlato e studiato, il che è cosa ben diversa dalla preghiera. Costoro dovrebbero considerare che in questo esercizio noi giungiamo più ad ascoltare che a parlare. E per ben riuscire dunque a ciò, bisogna giungervi col cuore di una vecchietta umile e ignorante e più con la volontà disposta e preparata ad intendere e ad amare le cose di Dio che con l'intelletto aguzzato e intento a sviscerarle, poiché questo atteggiamento è proprio di coloro che studiano per sapere e non di coloro che pregano e pensano a Dio per piangere.

### Terza avvertenza

La precedente avvertenza ci insegna come dobbiamo moderare l'intelletto e affidare tutto il nostro impegno alla volontà, ma anche a questa bisogna porre una regola e una misura, perché non sia né eccessiva né veemente nel suo sforzo, poiché bisogna rendersi conto che la devozione che vogliamo raggiungere non può essere raggiunta per forza come pensano alcuni, che cercano di ottenere le lacrime e la compassione quando pensano alla passione del Salvatore, con eccessiva sollecitudine a tristezze forzate e fittizie, perché questo serve solo a inaridire il cuore e a renderlo non disponibile alla visitazione del Signore, come ci insegna Cassiano (Collation 9 cap. 30).

Oltre a ciò, questi atteggiamenti sono soliti danneggiare la salute del corpo e a volte lasciano l'animo così intimorito dall'insipienza tratta dalla meditazione, che si ha paura di tornare ancora ad essa come a qualcosa che si è sperimentato come un fastidio. Ci si accontenti, dunque, di fare bene ciò che ci spetta, che è trovarsi presente a ciò che il Signore patì, guardando con occhi semplici e sereni, con cuore tenero, compassionevole e disponibile a tutto il dolore che il Signore voglia infonderci per quello che ha patito, più disposti ad accogliere l'effetto prodotto dalla sua misericordia che ad esprimerlo per forza. E non ci si angosci inoltre se questo effetto non si produce.

### Quarta avvertenza

Da tutto quanto abbiamo detto, possiamo dedurre qual è la forma di attenzione che dobbiamo avere nell'orazione, perché, soprattutto qui, dobbiamo avere il cuore non abbattuto e fiacco, bensì vivo, attento e proteso verso l'alto.

Quando tuttavia è necessario impegnarsi con attenzione e raccoglimento del cuore, tanto d'altra parte bisogna che tale attenzione sia misurata e moderata perché non sia dannosa alla salute e di ostacolo alla devozione. Ci sono alcuni, infatti, come abbiamo detto, che si stancano la testa con l'eccessivo sforzo di concentrarsi in ciò che pensano.

Ci sono altri, invece, che, per evitare questi inconvenienti, se ne stanno deboli, dimessi e pronti a farsi portar via da tutti i venti. Per evitare questi estremi, bisogna tenere la giusta misura, così da non stancare la testa con l'eccessiva attenzione e da non lasciar vagabondare il pensiero dove vuole per disattenzione e fiacchezza.

Come siamo soliti dire a chi cavalca un cavallo difficile, si tratta tenere le redini giuste, né tirate né lente, perché non torni indietro o proceda pericolosamente e così dobbiamo fare in modo che la nostra attenzione sia moderata e non forzata, attenta e non angosciata dallo sforzo.

In modo particolare, dobbiamo raccomandare di non stancare la testa con eccessiva attenzione all'inizio della meditazione, perché, quando si fa questo, mancano le forze per andare avanti, come mancano al viandante che, all'inizio della giornata, cammini troppo in fretta.

### Quinta avvertenza

Fra tutte queste avvertenze, la più importante è che chi prega non si disanimi ne cessi dal suo sforzo quando non avverte subito la dolcezza di devozione che desidera. Bisogna attendere con umiltà e perseveranza la venuta del Signore, poiché dalla gloria della sua maestà, dalla bassezza della nostra condizione e dalla grandezza del compito a cui ci siamo accinti, dipende il fatto che molte volte restiamo ad attendere e a pazientare alle porte del suo sacro palazzo.

Quando dunque avrai pazientato un poco in questo modo, se il Signore verrà, ringrazialo per la sua venuta; se ti sembra che non venga, umiliati davanti a lui, riconosci di non meritare ciò che non ti è stato dato e contentati di aver fatto il sacrificio di te stesso, annullato la tua volontà, crocifisso il tuo istinto, lottato con il demonio e con tè stesso e fatto almeno quanto spettava a te. Se non hai adorato il Signore con l'adorazione sensibile che desideravi, basta che tu lo abbia adorato in spirito e verità come lui vuole essere adorato (Gv 4, 23). E credimi, in verità, che questo è il frangente più pericoloso di questa navigazione, il luogo dove si mettono alla prova coloro che sono veramente devoti, e che, se ne esci bene, tutto il resto andrà a gonfie vele.

Infine, se proprio ti sembrasse una perdita di tempo insistere nella preghiera e stancarti inutilmente la testa, in tal caso non sarebbe sconveniente, dopo aver fatto tutto quello che potevi, prendere un libro di devozione e interrompere, al momento, la preghiera per la lettura; basta che la lettura non sia affrettata e superficiale, ma calma e partecipe di ciò che leggi, arricchita molte volte dalla preghiera, che è molto utile e facile da fare ad ogni genere di persona, anche se inesperta, soprattutto in questo cammino.

### Sesta avvertenza

Non diversa e non meno necessaria di quella precedente è l'avvertenza che il servo di Dio non si accontenti di un qualsiasi piccolo piacere che possa provare nella sua preghiera (come fanno alcuni che, spargendo una lacrimuccia o provando una certa tenerezza di cuore, pensano di avere già esaurito il loro compito). Ciò non basta per quello che qui vogliamo raggiungere. Così come non basta perché la terra dia frutti una spruzzatina d'acqua che non fa altro che toglier di mezzo la polvere e bagnare la terra dall'esterno, bensì è necessaria tanta acqua da penetrare nel profondo della terra e da lasciarla pregna di umidità, così che possa dar frutti; è anche necessaria l'abbondanza di questa rugiada e acqua celeste per dar frutto di opere buone.

Proprio per questo, molto giustamente si consiglia di impiegare, per questo santo esercizio, il maggior tempo possibile.

E sarà meglio un lasso di tempo lungo piuttosto che due corti, perché, se lo spazio è breve, è sufficiente solo a porsi nelle adatte condizioni di spirito e ad acquietare il cuore, così che, dopo averlo acquietato, interrompiamo l'esercizio quando sarebbe ora di cominciarlo.

Scendendo più in particolare a delimitare questo tempo, mi sembra che, se è inferiore ad un'ora e mezzo o due ore, sia troppo poco per la preghiera, dal momento

che molte volte si passa più di mezz'ora ad accordare la chitarra e a porsi nello stato d'animo adatto come ho detto e il resto del tempo serve per godere il frutto della preghiera. È vero che quando a questo santo esercizio ci si applica dopo altre pie pratiche, vale dire dopo il mattutino o dopo aver ascoltata o celebrata la messa o dopo qualche lettura devota o una preghiera, il cuore si trova già disposto e si accende prestissimo (come legna ben secca) a questo fuoco celeste. È peccato che la mattina presto sia tanto breve, perché è proprio il tempo più adatto a questa pia pratica.

Chi avesse tuttavia scarsità di tempo per le sue troppe occupazioni, non rinunci ad offrire la sua monetina come la povera vedova nel tempio (Lc 21, 2), perché se ciò non dipende dalla sua negligenza, colui che provvede alle creature conformemente alla loro natura e necessità, provvederà anche a lui in base alla sua.

#### Settima avvertenza

Analogo a questo ammonimento, ve n'è un altro simile, cioè che quando l'anima, nella preghiera o fuori di essa, abbia qualche particolare visitazione del Signore, non la lasci passare invano, bensì approfitti dell'occasione che le si offre, poiché certo con questo vento si navigherà, in un'ora, di più che, senza di esso, in molti giorni. Così si dice che facesse san Francesco, di cui scrive san Bonaventura, che aveva tanta preoccupazione di ciò che, se il Signore giungeva a lui durante il cammino con qualche particolare visitazione, faceva andare avanti i compagni e se ne stava fermo fino a che aveva finito di assaporare e di gustare quel boccone che gli veniva dal cielo. Coloro che non fanno così sono puniti con la sofferenza di non trovare Dio quando lo cercano, poiché quando lui li cercava non li ha trovati.

#### Ottava avvertenza

L'ultima e più importante avvertenza è di cercare di fondere in questo santo esercizio la meditazione con la contemplazione, facendo dell'una gradino per salire all'altra, per cui occorre sapere che il compito della meditazione consiste nel considerare con diligenza ed attenzione le cose divine, passando dall'una all'altra per trarre da esse nel nostro cuore qualche reazione o sentimento, come chi colpisce una pietra focaia per trarre qualche scintilla. La contemplazione consiste nell'aver già tratto questa scintilla, cioè nell'aver già trovato la reazione e il sentimento che si cercava e nello stare quieti e silenziosi a godere di essa, non con tanti discorsi ed elucubrazioni dell'intelletto, bensì con una semplice visione della verità.

Per questo dice un santo dottore che la meditazione trascorre con la fatica e con frutto, mentre la contemplazione trascorre senza fatica e con frutto; l'una cerca, l'altra trova, una mastica il cibo, l'altra lo gusta, una passa in rassegna le cose e ne trae considerazioni, l'altra è appagata da una semplice visione delle stesse, perché ne possiede già l'amore ed il gusto; infine, l'una è il mezzo, l'altra il fine, l'una è strada e movimento, l'altra la meta di questa strada e di questo movimento.

Da ciò si deduce una verità molto ovvia, che tutti i maestri della vita spirituale insegnano (ma che è tuttavia poco capita da coloro che la leggono), che cioè come,

quando si è raggiunto il fine, non si ha più bisogno dei mezzi, nello stesso modo in cui raggiungendo il porto cessa la navigazione, così quando, mediante lo sforzo della meditazione si giunge al riposo e alla gioia della contemplazione, si deve cessare da quella pietosa e faticosa ricerca. Contenti della semplice visione e memoria di Dio (come se lo si avesse presente) si deve godere dei sentimenti che suscita, ora d'amore, ora di ammirazione, ora di gioia o cose simili.

La ragione per cui si da questo consiglio è che, poiché il fine di tutto questo sforzo consiste più nell'amore e nelle reazioni della volontà che nella speculazione dell'intelletto, quando la volontà è già afferrata e presa da queste reazioni, si devono evitare, per quanto ci è possibile, tutti i discorsi e le elucubrazioni dell'intelletto, perché l'anima nostra si impegni in ciò con tutte le sue forze senza disperdersi negli atti di altre facoltà.

Per questo, un padre della Chiesa consiglia che, quando ci si sente infiammati dall'amore di Dio, si interrompa ogni discorso e pensiero per alto che sia, non perché sia cattivo, ma perché in quel momento impedisce un bene più grande, il che non vuol dire altro che si deve interrompere il movimento quando si è giunti alla meta e lasciare la meditazione per amore della contemplazione. Ciò in particolare si può fare alla fine di tutto l'esercizio, cioè alla richiesta dell'amore di Dio, di cui prima abbiamo trattato; in primo luogo perché si presuppone che lo sforzo dell'esercizio compiuto abbia prodotto qualche effetto e sensazione di Dio, poiché, come dice il sapiente, è meglio la fine che l'inizio della preghiera (Qo 7, 8), in secondo luogo perché, dopo lo sforzo della meditazione e della preghiera, è giusto dare un po' di sollievo all'intelletto e farlo riposare in seno alla contemplazione. In questo tempo, quindi, si respingano tutte le immaginazioni, taccia l'intelletto, riposi la memoria e ci si affidi a nostro Signore, pensando che stiamo alla sua presenza e non abbiamo bisogno in quel momento di riflettere intorno ad aspetti particolari di Dio.

Ci si accontenti della conoscenza di Dio che si ha per fede e si applichino la volontà e l'amore, questo che può abbracciarlo e quella in cui sta il frutto di tutta la meditazione, poiché ciò che di Dio può conoscere l'intelletto è quasi nulla mentre la volontà può molto amarlo. Ci si rinchioda in se stessi, al centro della propria anima, dov'è l'immagine di Dio e si stia attenti a lui come chi ascolta uno che parli da un'alta torre o come se si avesse solo lui dentro il proprio cuore o in tutto il creato non ci fosse altra cosa che lui. Ci si deve dimenticare anche di se stessi e di ciò che si fa, perché come dice uno dei padri la preghiera è perfetta quando chi prega non si ricorda di stare pregando (Cassiano, Collat. e Dionis. Areop., cap. 2°). Non solo alla fine dell'esercizio, ma anche in mezzo ad essa e in qualsiasi altro momento in cui ci colga questo sonno spirituale e l'intelletto sia come assopito dalla volontà, dobbiamo fare questa pausa e godere di questo beneficio e tornare al nostro sforzo, dopo aver assaporato e gustato quel boccone.

Così fa l'ortolano quando irriga un solco e, dopo averlo riempito d'acqua, trattiene il filo della corrente e lo fa assorbire e diffondere nelle viscere della terra che lo ha accolto e poi, una volta fatto questo, torna ad aprire il getto dell'acqua perché ne

riceva ancora e meglio resti irrigata. Quello che allora l'anima prova, la luce di cui gode, la pienezza, la carità e la pace che riceve non si possono spiegare a parole, poiché qui è la pace che trascende ogni senso e la felicità che nella vita si può attingere.

Ci sono alcuni che, così presi dall'amore di Dio, quando si mettono a pensare a lui, appena la memoria del suo dolce nome intimamente li pervade, hanno tanto poco bisogno di considerazioni o di discorsi per amarlo, quanto la madre o la sposa per compiacersi, quando gliene parlano, del loro figlio o sposo.

Ci sono altri che non solo nella pratica della preghiera, ma anche fuori di essa, sono così assorti e imbevuti di Dio, che si dimenticano di ogni cosa e di se stessi per lui. Se giunge a questo anche il folle amore di uno sciagurato, quanto più lo potrà l'amore dell'infinita bellezza di Dio, dal momento che la grazia non è meno potente della natura e della colpa? Quando l'anima avverte questo, in qualsiasi momento della preghiera, non deve mai trascurarlo, anche se in ciò si consuma tutto il tempo, senza pregare o meditare altre cose che si erano prefisse, a meno che non se ne abbia l'obbligo. Dice infatti sant'Agostino che si deve interrompere la preghiera vocale se per caso impedisce la devozione e che si deve interrompere la meditazione quando è di impedimento alla contemplazione (In Enchirid.).

Bisogna anche rilevare che se bisogna interrompere la meditazione per l'emozione per salire dal meno al più, così al contrario, a volte, bisogna lasciare l'emozione per la contemplazione quando l'emozione è così violenta da far temere qualche rischio per la salute se si insiste in essa, come molte volte accade a coloro che, senza questa avvertenza, si dedicano a questo esercizio e lo compiono senza prudenza, attratti dalla forza della divina dolcezza. In questo caso, come dice un padre della Chiesa, è un buon rimedio lasciarsi andare a qualche sentimento di compassione, meditando un poco la passione di Cristo, i peccati e le miserie del mondo, per dare al cuore sfogo e sollievo.

## PARTE SECONDA

### capitolo primo COS'È LA DEVOZIONE

La fatica più grande che debbono affrontare le persone che si dedicano alla preghiera è la mancanza di devozione in cui spesso si trovano, poiché quando essa non manca, non vi è cosa più facile e più dolce che il pregare. Per questa ragione, poiché abbiamo già trattato l'argomento della preghiera e il modo in cui essa deve svolgersi, sarà bene che trattiamo adesso delle difficoltà e delle tentazioni più comuni delle persone devote e di alcune avvertenze di cui tener conto in questi esercizi. In primo luogo, sarà opportuno dire chiaramente cos'è la devozione per sapere prima quale sia il bene in cui ci impegnare.

La devozione (dice san Tommaso) è una virtù che rende l'uomo sollecito e pronto a tutte le altre virtù e che ridesta e sollecita al bene operare (II Quest., 82, art. 1). Questa definizione dichiara in modo manifesto la grande necessità e utilità di questa virtù in cui è rinchiuso più di quanto si possa pensare.

Per la qual cosa, bisogna sapere che il maggiore impedimento al vivere bene è la corruzione della natura umana derivata dal peccato, da cui procedono la nostra inclinazione al male e la difficoltà e la lentezza nell'operare il bene. Queste due ci rendono molto difficile il cammino della virtù, che è di per sé la cosa più bella, più amabile, più onorevole del mondo.

Contro questa difficoltà e lentezza, la divina sapienza progettò il più adeguato rimedio che è la virtù e il soccorso della devozione poiché, come il vento di tramontana disperde le nubi e lascia il cielo sereno e sgombro, così la vera devozione spazza dalla nostra anima ogni lentezza e difficoltà e la lascia idonea e sgombra per ogni bene; questa è una virtù tale da essere un dono dello Spirito Santo, una rugiada del cielo, un aiuto, una visitazione di Dio, raggiunto con la preghiera, la cui prerogativa è combattere contro la difficoltà e la lentezza, vincere la tiepidezza, dare prontezza, riempire l'anima di buoni desideri, illuminare l'intelletto, rafforzare la volontà, accendere l'amore a Dio, spegnere le fiamme dei turpi desideri, generare distacco dal mondo e odio per il peccato, imprimere all'uomo un nuovo fervore, un nuovo spirito, una nuova forza, un nuovo respiro per operare il bene.

Così come fu Sansone che, quando aveva i capelli, aveva maggiore forza di tutti gli altri uomini del mondo e, quando ne restò senza, era debole come tutti gli altri, così è anche l'anima del cristiano quando ha la devozione; quando non l'ha è debole.

Questo, dunque, è ciò che volle dire san Tommaso in quella definizione e questa è senza dubbio la più grande lode che si possa fare di questa virtù, che, pur essendo una sola, è uno stimolo e uno sprone per tutte le altre; per questo, chi desidera davvero procedere per la strada delle virtù non deve andare avanti senza questi sproni, perché non potrà, senza di essi, scuotere la sua bestia dalla pigrizia.

Da ciò che si è detto, appare chiaro cosa sia la vera ed essenziale devozione. Non è devozione, infatti, quella tenerezza del cuore o quel conforto provato qualche volta

da coloro che pregano, che non si accompagni alla prontezza e alla voglia di fare il bene; anzi, spesso accade che ci si trovi nell'uno senza l'altro, proprio quando il Signore vuole metterci alla prova.

È vero che da questa devozione e prontezza molte volte nasce quella consolazione e, al contrario, questa stessa consolazione e piacere spirituale aumentano la devozione, che consiste proprio nella franchezza e nell'ansia di operare il bene. Per questa ragione, i servi di Dio possono ben a ragione desiderare e richiedere tale gioia e consolazione non per il piacere che in esse si prova, bensì perché provocano la crescita di quella devozione che ci rende capaci di fare il bene, come li volle indicare il profeta, dicendo: Ho percorso la strada dei tuoi comandamenti, Signore, quando hai allargato il mio cuore (Sal 118, 32), vale a dire con la gioia della tua consolazione che fu la causa di questa spirituale agilità.

Cerchiamo ora di esaminare i mezzi con cui si consegue questa devozione, perché ad essa si congiungono tutte le altre virtù che hanno familiarità speciale con Dio, di esaminare i mezzi con cui si riesce a conseguire la perfetta preghiera e contemplazione, le consolazioni dello Spirito Santo, l'amore di Dio, la saggezza celeste e quell'unione del nostro spirito con Dio, che è il fine di tutta la vita spirituale, e infine di esaminare i mezzi con cui si raggiunge Dio stesso in questa vita, cioè il tesoro del Vangelo, che è la perla preziosa per cui il saggio mercante si disfece lietamente di ogni altra cosa. Donde appare evidente che questa è un'altissima teologia, poiché qui si insegna la via per il sommo bene e, passo per passo, si costruisce una scala per raggiungere il frutto della felicità che in questa vita si può ottenere.

capitolo secondo  
NOVE COSE CHE AIUTANO A CONSEGUIRE LA DEVOZIONE

Le azioni che consolidano la devozione sono molte. In primo luogo, è assolutamente necessario considerare questi santi esercizi con molta serietà e risolutezza, con cuore ben determinato e disposto a tutto ciò che è necessario, per quanto arduo e difficoltoso, per ottenere quella perla preziosa. Si sa che il raggiungimento di ogni grande fine richiede sforzi notevoli: così è anche per questo, almeno agli inizi.

È dunque di aiuto la difesa del cuore da ogni genere di pensiero ozioso e inutile, da ogni affetto ed amore estraneo, da ogni turbamento e impulso appassionato, poiché è chiaro che ciascuno di questi moti dell'animo impedisce la devozione e che bisogna invece avere il cuore sereno per meditare e pregare così come, per suonare, bisogna aver la chitarra accordata.

È di aiuto ancora vigilar sui sensi, soprattutto gli occhi, gli orecchi, la lingua, poiché per mezzo della lingua il cuore si disperde, per mezzo degli occhi e degli orecchi si riempie di diverse cose e fantasie da cui possono essere turbati la pace e la tranquillità dello spirito. Per questo, giustamente si dice che colui che contempla deve essere sordo, cieco, muto, perché quanto meno si disperde esteriormente, tanto più inferiormente è raccolto.

È di aiuto, per questo, anche la solitudine, non solo perché toglie le occasioni di distrazione ai sensi e al cuore e le occasioni di peccato, ma anche perché invita l'uomo a restare in se stesso, a trattare con Dio e con se stesso, mosso dall'opportunità del luogo che non ammette nessun'altra compagnia.

È di aiuto, inoltre, la lettura di libri di carattere spirituale e devoti che offrano materia di riflessione, raccolgano il cuore e ridestino la devozione e facciano sì che l'uomo pensi volentieri a ciò che dolcemente ha imparato; sempre, infatti, ritorna alla memoria ciò che nel cuore sovrabbonda. È di aiuto, inoltre, il richiamo continuo di Dio, tornare sempre alla sua presenza e fare uso di quelle brevi preghiere che sant'Agostino chiama giaculatorie (In Epist. ad Prob., cap. 10 e Epist., 121), poiché esse sorvegliano la casa del cuore e conservano il calore della devozione di cui prima si è discusso. In questo modo, ci si trova sempre, in ogni momento, pronti per mettersi a pregare.

Questa è una delle testimonianze più efficaci della vita spirituale e uno dei più efficaci rimedi per coloro che non hanno tempo ne' opportunità di dedicarsi alla preghiera.

Chi avesse sempre questa preoccupazione, in poco tempo potrebbe trarre grande vantaggio.

È di aiuto anche la continuità e la perseveranza nei santi esercizi nei tempi e nei luoghi prefissi, soprattutto di sera o al mattino presto, che sono i tempi più adeguati alla preghiera come tutta la Sacra Scrittura ci insegna.

Sono di aiuto inoltre la severità e le astinenze inflitte al proprio corpo, come tavola povera, il letto duro, il cilicio, la disciplina e altre cose simili, poiché ognuna di esse

come nasce dalla devozione, così anche ridesta, conserva e potenzia la radice da cui nasce.

Sono infine di aiuto le opere di misericordia perché ci danno la forza di patire davanti a Dio e accompagnano efficacemente le nostre orazioni, perché non possono essere definite del tutto aride e si rendono degne di essere accolte con misericordia le preghiere che procedono da un cuore misericordioso.

capitolo terzo  
DIECI COSE CHE IMPEDISCONO LA DEVOZIONE

Come ci sono cose che sono di aiuto alla devozione, così ce ne sono altre che la ostacolano.

Di esse, la prima è costituita dai peccati, non solo da quelli mortali, bensì anche da quelli veniali poiché, anche se non tolgono la carità, ne' tolgono il fervore, che è quasi lo stesso della devozione, per cui è bene evitarli con ogni cura, anche se non per il male che ci fanno, per il grande bene da cui ci allontanano.

Ci è di ostacolo anche, quando è eccessivo, il rimorso di coscienza che procede dai peccati stessi, perché rende l'anima inquieta e prostrata, perturbata e fiacca per ogni buon esercizio.

Sono anche di ostacolo gli scrupoli suscitati dalla stessa causa, perché sono come spine e non lasciano riposare, né trovare conforto in Dio né godere dell'autentica pace.

Sono anche di ostacolo ogni amarezza, ogni malumore, ogni tristezza disordinata del cuore, che impediscono di compiacersi della gioia e della dolcezza, della buona coscienza e della serenità spirituale.

Sono altresì di ostacolo le eccessive preoccupazioni che sono come le zanzare egiziane che inquietano l'anima e non le consentono di dormire il sonno spirituale che si dorme durante la preghiera, ma anzi la turbano e la distraggono.

Sono di ostacolo le eccessive occupazioni che riempiono il tempo e affogano lo spirito, senza lasciare la possibilità di giungere a Dio.

Sono di ostacolo i piaceri e i dilette dei sensi quando sono smodati, poiché, come dice san Bernardo (Serm. 5 in Natali Dom.), chi si dà troppo ai piaceri del mondo non è degno di quelli dello Spirito Santo.

È di ostacolo il piacere di mangiar troppo, soprattutto i lunghi conviti, che sono una pessima preparazione alle attività spirituali e alle sacre veglie, perché col corpo appesantito e sazio di cibo, l'animo si trova mal disposto a volare verso l'alto.

È di ostacolo il vizio della curiosità, così dei sensi come dell'intelletto, cioè il voler udire e vedere molte cose e desiderare cose linde, curiose, ben elaborate perché tutto ciò porta via tempo, imbrogli i sensi, inquieta l'anima e la disperde in molte parti, ostacolando la devozione.

È infine di ostacolo l'interruzione di tutti questi santi esercizi, a meno che non ci sia una qualche pietosa e giusta necessità, perché, come dice un padre della Chiesa, lo spirito di devozione è molto fragile e quando se ne è andato o non torna o ritorna con grande difficoltà. E per questo, come gli alberi, i corpi umani vogliono i loro normali mezzi di sostentamento e, se questi mancano, si indeboliscono e vengono meno, così fa la devozione, quando le viene meno il sostentamento dell'attenzione. Tutto questo si è detto per sommi capi per tenere meglio a mente quanto si è affermato, ma ciascuno potrà accorgersi di ciò personalmente con l'esercizio e la lunga esperienza.

## capitolo quarto

### LE TENTAZIONI PIÙ' COMUNI CHE SONO SOLITE MOLESTARE COLORO CHE SI DEDICANO ALLA PREGHIERA E I LORO RIMEDI

Sarà bene esaminare ora le tentazioni più comuni delle persone che si dedicano alla preghiera e i loro rimedi. Esse sono per lo più le seguenti: la mancanza di consolazione spirituale, la guerra di pensieri importuni, i pensieri di bestemmia e di incredulità, il timore smodato, il sonno eccessivo, la sfiducia di trarre vantaggio e la presunzione di averne già tratto molto, l'eccessivo desiderio di sapere, la bramosia senza discrezione di trarre dei benefici. Queste sono le tentazioni più comuni sulla via della preghiera e i loro rimedi sono i seguenti.

#### Prima avvertenza

In primo luogo, per coloro a cui manca la consolazione spirituale, il rimedio è che non cessino l'esercizio della preghiera abituale anche se a loro sembra insipida e infruttuosa; si mettano anzi alla presenza di Dio come rei e colpevoli, esaminino la loro coscienza e guardino se per disgrazia hanno perduto questa grazia per colpa loro, implorino con fiducia il Signore di perdonarli e proclamino gli inestimabili tesori della sua pazienza e misericordia nel sopportare e perdonare chi non sa far altro che offenderlo. In questo modo, trarrà profitto dalla sua aridità prendendo occasione di umiliarsi di più, vedendo quanto pecca e di amare di più Dio, vedendo quanto perdona. Non desista da questi esercizi, anche se non ne ricava gioia, perché non è necessario che ciò che da vantaggio sia anche piacevole. Almeno questo si sa per esperienza: tutte le volte che si persevera nella preghiera eseguendo nel modo migliore ciò che si può, alla fine se ne esce consolati e lieti, constatando che si è fatto tutto quanto si poteva. Fa molto agli occhi di Dio chi fa tutto ciò che può, anche se può poco. Nostro Signore non guarda tanto al risultato, quanto alla disponibilità e alla volontà. Da molto chi desidera dare molto, chi da tutto ciò che ha, chi non tiene nulla per sé.

Non c'è merito nel perseverare nella preghiera quando se ne trae grande conforto, si ha merito quando la devozione è poca e molta è la preghiera e molta di più è l'umiltà, la pazienza, la perseveranza nel fare il bene.

È anche necessario, in questi momenti più che negli altri, procedere con cura e sollecitudine, vigilando, esaminando con cura i propri pensieri, le proprie parole, le proprie opere, perché se manca la gioia spirituale (che è il remo principale di questa navigazione) si supplisca con cura e diligenza a quanto manca di grazia. Quando ti senti in questa condizione, renditi conto (come dice san Bernardo) che si sono addormentate le guardie che ti vigilavano e sono caduti i muri che ti difendevano. Per questo, ogni speranza di salvezza è nelle armi, poiché se il muro non ti difende, ti devono difendere la spada e la destrezza nel combattere.

Oh, quanto grande è la gloria dell'anima che combatte in questo modo, che si difende senza scudo, che combatte senza armi ed è forte senza forze e che, trovandosi sola nella battaglia, assume per sua compagnia l'ardore e il coraggio!

Non c'è gloria maggiore nel mondo che imitare il Salvatore nelle sue virtù. E tra le sue virtù, si annovera come principale l'aver sofferto ciò che soffrì senza consentire alla sua anima nessun genere di conforto. In questo modo, colui che così soffre e combatte è tanto migliore imitatore di Cristo quanto più è privo di ogni genere di conforto. Ciò significa bere il calice puro dell'obbedienza senza mescolarla ad altra bevanda. Questo è il momento essenziale in cui si prova l'autenticità degli amici e si vede se lo sono davvero oppure no.

#### Seconda avvertenza

Contro il turbamento dei pensieri importuni che ci fanno guerra durante la preghiera, il rimedio è combattere contro di essi virilmente e con perseveranza, anche se questa resistenza non può non essere con eccessiva fatica ed angoscia dello spirito, perché questa impresa non richiede tanto forza quanto grazia ed umiltà. Per questo, quando ci si trova in questa situazione, ci si deve volgere a Dio senza scrupolo. Senza angoscia (questa infatti non è una colpa o lo è molto leggera) e con tutta umiltà e devozione gli si dica: " Vedi, mio Signore, chi sono, che cosa ci si poteva aspettare da questo immondezzaio se non simili odori? Che cosa ci si poteva aspettare da questa terra che hai maledetto, se non rovi e spine? Questo è il frutto che può dare se tu, Signore, non la purifichi ".

Detto questo, si torni a riprendere il filo come prima e si attenda con pazienza la visitazione del Signore, che non manca mai a chi si umilia. Se ancora poi ti daranno inquietudine i tuoi pensieri e tu ancora con perseveranza resisterai e farai ciò che sta in te, abbi per certo che guadagnerai più terreno in questa resistenza che se stessi godendo pienamente di Dio.

#### Terza avvertenza

Per rimedio alla tentazione di bestemmia, devi tener conto che, poiché nessun tipo di perturbazione è più penosa di questa, non ce n'è alcuna meno pericolosa e che il rimedio consiste nel non dar retta alle tentazioni, dal momento che il peccato non consiste in essa bensì nel consenso e nel piacere, che qui non ci sono, tutt'altro. Questa può anzi definirsi una pena invece che una colpa, poiché quanto più si è lontani dal trarre piacere da queste tentazioni, tanto più si è lontani dall'averne colpa.

Il rimedio quindi è disprezzarle e non temerle, poiché, quando se ne ha troppo timore, si finisce col ridestarle e col suscitare.

#### Quarta avvertenza

Contro le tentazioni di incredulità, il rimedio è che ci si ricordi, da un lato, la piccolezza umana, dall'altro la grandezza divina, si pensi a ciò che Dio richiede e non si sia curiosi di voler commisurare le sue opere, dal momento che molte di loro trascendono le nostre capacità di comprensione. Pertanto, colui che vuole entrare nel santuario delle opere divine, deve farlo con molta umiltà e riverenza, con occhi di semplice colomba e non di malizioso serpente, con cuore di fanciullo e non di

giudice temerario. Ci si faccia piccoli come bambini, perché proprio a loro Dio rivela i suoi segreti. Non si cerchi di sapere il perché delle opere divine, si chiuda l'occhio della ragione e si apra quello della fede, perché questo è lo strumento con cui si possono cogliere le opere di Dio. Per guardare le opere dell'uomo occorre l'occhio della ragione umana, per guardare quelle di Dio non c'è nulla di meno idoneo.

Poiché questa sensazione è in genere penosissima, il rimedio è quello che abbiamo suggerito per la tentazione precedente: non farci caso, perché questa è più una sofferenza che una colpa e non si può avere colpa in ciò a cui si oppone la volontà, come si è dichiarato.

#### Quinta avvertenza

Alcuni sono ostacolati da grandi rimorsi e fantasie quando si ritirano in solitudine di notte a pregare. Contro questa tentazione, il rimedio è farsi forza e perseverare nella devozione, perché se si fugge cresce il timore e se si combatte il coraggio.

Torna molto utile tener presente che né il demonio né alcun altro essere ha il potere di farci del male senza il consenso di nostro Signore.

Torna inoltre ancora molto utile tener presente che abbiamo al nostro fianco l'angelo custode, più presente durante la preghiera che in ogni altro momento, perché proprio in quel momento è lì per aiutarci e portare al cielo le nostre preghiere e difenderci dal demonio, affinché non ci faccia del male.

#### Sesta avvertenza

Contro il sonno eccessivo, il rimedio consiste nel tenere presente che esso può dipendere da necessità fisica e allora il rimedio è molto semplice: non negare al corpo ciò che gli spetta perché esso non ostacoli ciò che spetta a noi. Altre volte può dipendere da malattia e allora non c'è da angosciarsene perché non se ne ha colpa, ma neppure bisogna lasciarsi andare del tutto senza fare quanto sta in noi per non rinunciare del tutto alla preghiera, senza la quale non possiamo avere né sicura né vera gioia in questa vita. Altre volte, il sonno nasce dalla pigrizia oppure è il diavolo che lo procura.

In questo caso, il rimedio è il digiuno, il non bere vino, bere poca acqua, stare in ginocchio e in piedi o con le braccia in croce e non appoggiato e sottoporsi a qualche disciplina che tenga desta e stimoli la carne.

Alla fine, l'unico e generale rimedio contro questo male, come per tutti gli altri, è chiedere aiuto a colui che è sempre pronto darlo a coloro che vorranno chiederlo.

#### Settima avvertenza

Contro le tentazioni della sfiducia e della presunzione, che sono vizi autentici, è gioco forza che ci siano rimedi diversi. Contro la sfiducia, il rimedio è tenere presente che non si riesce ad ottenere un buon risultato con le sole proprie forze bensì con la grazia divina che tanto più presto si consegue quanto più si diffida delle proprie forze e si confida nella bontà di Dio a cui tutto è possibile.

Per la presunzione, il rimedio consiste nel tenere presente che non c'è più chiaro indizio di essere molto lontani che il credere di essere molto vicini, perché, in questo cammino, coloro che scoprono più terra si affannano di più accorgendosi di quanto sono lontani dalla meta e, per questo, non si accorgono quanto posseggono in rapporto a quanto desiderano. Rispecchiati, dunque, nella vita dei santi o di altre persone eminenti che siano ancora vive e ti accorgerai di essere, di fronte a loro, come un nano alla presenza di un gigante e guarirai così dalla tua presunzione.

#### Ottava avvertenza

Contro la tentazione dello smodato desiderio di sapere e di studiare, il primo rimedio consiste nel tener presente quanto la virtù sia più nobile della scienza e quanto più eccellente la sapienza divina che quella umana, per vedere quanto più ci si deve impegnare in quegli esercizi coi quali si raggiunge più l'una che l'altra. Abbia pure la gloria della sapienza del mondo le grandezze che si vuole, ma questa gloria termina con la vita.

Che cosa può essere dunque più meschino che acquistare con tanta fatica ciò che si può godere tanto poco? Tutto quello che puoi conoscere sulla terra è nulla. Se ti impegnerai nell'amore di Dio, potrai presto vederlo e vedere in lui tutte le cose. *"Il giorno del giudizio non ci sarà chiesto ciò che abbiamo letto, bensì ciò che abbiamo fatto, non quanto bene abbiamo parlato o predicato, bensì quanto bene abbiamo operato"* (Kempis, lib. I.)

#### Nona avvertenza

Contro la tentazione dello zelo eccessivo di recar vantaggio agli altri, il rimedio principale è tenere presente che il vantaggio del prossimo non deve avvenire a nostro danno e capire che non dobbiamo occuparci tanto delle coscienze altrui da non aver tempo per la nostra, tempo che deve essere sufficiente a tenere il cuore costantemente raccolto e devoto. È questo infatti quell'andare nello spirito che, come dice l'apostolo, consiste nel procedere dell'uomo più in Dio che in se stesso. Poiché ciò è la radice e l'origine di ogni nostro bene, tutta la nostra fatica deve consistere nel cercare di pregare tanto a lungo e tanto profondamente da avere sempre il cuore raccolto e devoto. E a questo non è sufficiente qualsiasi modo di raccogliersi e di pregare bensì occorre una preghiera molto prolungata e profonda.

capitolo quinto  
ALCUNE AVVERTENZE NECESSARIE PER COLORO CHE SI DEDICANO  
ALLA PREGHIERA

Una delle cose più ardue e difficili di questa vita è saper andare verso Dio e trattare con lui familiarmente. E non si può certo procedere per questa strada senza una buona guida né senza qualche avvertenza per non smarrirsi e, per questo, sarà necessario issarne qui qualcuna con la nostra consueta brevità.

Prima avvertenza

La prima riguarda lo scopo che con questi esercizi si deve conseguire.

Bisogna rendersi conto che (essendo la comunicazione con Dio tanto dolce e gradevole, come dice il sapiente) molte persone, attratte dalla forza di questa meravigliosa dolcezza (che trascende tutto ciò che si può dire), giungono a Dio e si dedicano agli esercizi spirituali, lettura, preghiera, pratica dei sacramenti, per la gioia che ne ritraggono, così che il fine a cui tendono è il desiderio di questa meravigliosa dolcezza. Questo è un grande ed universale inganno in cui molti cadono. Il fine precipuo di tutte le nostre azioni deve essere amare Dio e cercarlo, mentre questo invece è amare e cercare se stessi, ossia la propria gioia e il proprio appagamento, che è il fine a cui i filosofi aspirano nella loro contemplazione. E questa è anche, come dice un padre della Chiesa, una specie di avidità, di lussuria, di gola spirituale, che è non meno pericolosa di quella materiale.

Da questo stesso inganno ne consegue un altro non meno grave, cioè il giudicare se stessi e gli altri sulla base di questa gioia e sensibilità, credendo che uno abbia un grado maggiore o minore di perfezione, quanto più o meno gode di Dio, il che è un grave inganno. Contro questi due inganni è utile questa avvertenza e regola generale: capire che il fine di tutti gli esercizi e di tutta la vita spirituale è l'obbedienza ai comandamenti di Dio e il compimento della divina volontà, per cui deve morire la volontà propria perché viva e regni quella divina che è ad essa tanto contraria.

Poiché non si può conseguire una vittoria così grande senza grandi favori e privilegi da parte di Dio, bisogna impegnarsi nella preghiera proprio per conseguire questi favori e privilegi che favoriscano l'impresa. In questo modo e per raggiungere questo fine, si possono chiedere e cercare le gioie della preghiera (come prima abbiamo detto), come le chiedeva David quando diceva: "*Rendimi la gioia della tua salvezza e rinfrancami di uno spirito generoso*" ( Sal 50, 14). Si comprenderà allora quale deve essere lo scopo di questi santi esercizi e come si deve considerare e commisurare il proprio vantaggio e quello degli altri non sulla base della gioia che si sarà ricevuta da Dio, bensì sulla base di quanto da Dio si potrà avere patito facendo la sua volontà e sacrificando la propria.

Che questo debba essere il fine di tutte le nostre letture e preghiere non voglio spiegarlo con altri argomenti che con quella divina preghiera del salmo *Beati immaculati in via* (Sal 118) che nei suoi centosettantasette versi (è infatti il più

lungo del salterio) non ne ha uno che non parli della legge di Dio e del rispetto dei suoi comandamenti, il che volle lo Spirito Santo affinché gli uomini si rendessero conto che le loro preghiere e meditazioni debbono essere ordinate tutte o in parte a un solo fine: l'obbedienza e il rispetto della legge di Dio. Tutto ciò che da esso si allontana è sottile e appariscente inganno del nemico, che vuol far credere agli uomini di essere importanti, mentre non lo sono.

Per cui dicono molto bene i santi che la vera prova dell'uomo non è la gioia della preghiera, bensì la pazienza della tribolazione, l'abnegazione di se stessi, il compimento della divina volontà, anche se a tutto ciò sono di grande vantaggio sia la preghiera che la gioia e le consolazioni che se ne traggono.

In base a ciò, chi volesse vedere quanto ha guadagnato nella strada verso Dio si deve domandare: Quanto cresce ogni giorno in umiltà interiore ed esteriore? Come sopporta le ingiustizie degli altri? Come riesce a tollerare le debolezze altrui? Come provvede alle necessità del suo prossimo? Come compatisce senza sdegnarsene i difetti altrui? Come ripone la speranza in Dio nel momento della prova? Come tiene a freno la sua lingua? Come sorveglia il suo cuore? Come tiene sottomessa la carne con tutti i sensi e le sue passioni? Come sa giovare della prospera e dell'avversa sorte? Come riesce a comportarsi con previdente gravità e discrezione in tutte le circostanze? Oltre tutto ciò, guardi se è morto in lui l'amore della gloria, della gioia, del mondo e si giudichi sulla base del vantaggio o dello svantaggio che avrà in ciò conseguito e non sulla base di ciò che sente o non sente di Dio. Per questo deve sempre avere un occhio, il più attento, alla mortificazione e l'altro alla preghiera, perché la mortificazione stessa non si può conseguire perfettamente senza l'aiuto della preghiera.

#### Seconda avvertenza

Se non dobbiamo desiderare consolazioni o dilette spirituali solo per fermarci ad essi, bensì per i vantaggi che ci procurano, tanto meno si debbono desiderare visioni, rivelazioni o rapimenti e cose simili che possono essere molto pericolose per chi non è ben radicato nell'umiltà. E non si abbia paura di essere con ciò disobbedienti a Dio, poiché quando egli vuole rivelare qualcosa, sa manifestarlo in modo tale che, per quanto si cerchi di fuggirlo, risulta tanto evidente da non poterne dubitare, anche se non lo si vuole.

#### Terza avvertenza

Bisogna inoltre stare attenti a non rivelare i favori o privilegi che nostro Signore concede, escluso, s'intende, il direttore spirituale. Per cui dice san Bernardo che l'uomo devoto deve avere scritte nella sua cella queste parole: Il mio segreto è per me, il mio segreto è per me (Serm. 23 sup. cant.).

#### Quarta avvertenza

Bisogna inoltre stare bene attenti a trattare con Dio con la più grande umiltà e il maggior rispetto possibile, in modo che l'anima, così favorita e privilegiata da Dio,

non distolga gli occhi da dentro di sé per guardare la sua meschinità, raccolga le sue ali e si umili davanti a tanto grande maestà, come faceva sant'Agostino di cui si dice che avesse imparato a rallegrarsi timorosamente della presenza di Dio.

#### Quinta avvertenza

Abbiamo detto prima che il servo di Dio deve preoccuparsi di avere il tempo stabilito per occuparsi di Dio, ma che oltre a questo tempo, usuale di ogni giorno, deve ogni tanto liberarsi da ogni genere di occupazioni, per tante che siano, per dedicarsi tutto agli esercizi spirituali e dare alla sua anima un pasto abbondante con cui recuperare quello che ogni giorno si disperde a causa dei propri difetti e acquisire nuove forze per andare più avanti. Nonostante ciò si debba fare anche in altri momenti, soprattutto bisogna farlo nelle feste principali dell'anno e nei momenti di dolore e tribolazione o dopo lunghi viaggi o affari che abbiano causato distrazione e dispersione nel cuore, per tornare a raccoglierlo.

#### Sesta avvertenza

Ci sono inoltre alcuni che hanno poco tempo e misura nelle loro fatiche devote, quando si trovano bene con Dio. Per questi la prosperità stessa viene ad essere occasione di pericolo. Ci sono molti, infatti, a cui pare che questa grazia sia loro concessa a piene mani e che, trovando così dolce il contatto con il Signore, si dedicano tanto ad essa e prolungano tanto i tempi della preghiera, le veglie, i sacrifici fisici che la natura, non riuscendo a sopportare un peso così continuato, si riduce a terra.

Da ciò deriva il fatto che molti si rovinano la testa e lo stomaco e si rendono incapaci non solo di altre fatiche fisiche, ma anche degli stessi esercizi di preghiera. Per la qual cosa, bisogna avere molta cautela in queste circostanze soprattutto all'inizio, quando il fervore e le consolazioni sono maggiori e minori l'esperienza e la misura, per non fiaccarsi le gambe e arrendersi a metà strada.

L'altro estremo contrario è quello di coloro che se la prendono comoda e, col pretesto della discrezione, risparmiano al loro corpo le fatiche, cosa che, se è molto dannosa a tutti, lo è molto di più per coloro che cominciano, perché, come dice san Bernardo, è impossibile che perseveri molto nella vita religiosa colui che si risparmia quando è novizio (Ad fratres de Mont.); da principiante vuol essere prudente e, da ragazzo ancora novellino, comincia a risparmiarsi e a prendersela con comodo come un vecchio.

Non è facile giudicare quale di questi due estremi sia più pericoloso, benché è certo che alla mancanza di misura (come dice molto bene Gerson), e finché il corpo è in buona salute, si può porre rimedio, quando è già rovinato dalla mancanza di misura, si può fare ben poco.

#### Settima avvertenza

C'è anche un altro pericolo su questo cammino, forse più grave degli altri ed è che molte persone, dopo aver sperimentato alcune volte la virtù inestimabile della

preghiera e aver visto per esperienza come tutta l'armonia della vita spirituale da essa dipenda e che essa è il tutto e che sola basta a porci in salvo, si scordino delle altre virtù e rifuggano da tutto il resto. Da ciò deriva che come tutte le altre virtù aiutano questa, mancando il fondamento, manchi anche l'edificio e così, mentre si cerca questa virtù, meno si riesce a procedere con essa.

Per questo dunque il servo di Dio deve porre gli occhi non in una sola virtù, per grande che sia, bensì in tutte, perché, come nella chitarra una sola corda non fa armonia se non suonano tutte, così una sola virtù non basta per fare questa spirituale consonanza, se tutte non si accordano con essa. Come un orologio se si guasta un solo ingranaggio si ferma completamente, così si blocca l'orologio della vita spirituale se manca una sola virtù.

#### Ottava avvertenza

È necessario ora tenere presente che tutti gli avvertimenti detti sin qui per promuovere la devozione devono essere presi come preparazione per accostarsi alla grazia divina, impegnandosi in essi, ma abbandonando la fiducia in essi per riporla in Dio. Dico questo perché esistono alcune persone che eseguono a puntino tutte queste regole e disposizioni, credendo che, come colui che impara un mestiere, una volta che ne abbia osservate tutte le regole, per merito di esse diventerà un buon artigiano, così chi abbia rispettato queste regole, possa ottenere, per loro merito, ciò che desidera; non tengono conto che in questo modo trasformano la grazia in tecnica e attribuiscono a regole e artifici umani ciò che è pura e spontanea misericordia del Signore.

Per questo, bisogna prendere questi consigli non come frutto di tecnica bensì di grazia, perché in questo modo ci si renderà conto che il primo strumento che è necessario è una profonda umiltà e il riconoscimento della propria miseria con una grandissima fiducia nella misericordia divina, perché dal riconoscimento dell'uno e dell'altra derivino continue lacrime e preghiere con le quali, entrando per la porta dell'umiltà, si raggiunga ciò che si desidera e se ne ringrazi senza nessuna punta di presunzione ne' nel proprio modo di pregare ne' in altra cosa che non sia di Dio.