

Thomas Spidlik

1. LA LOTTA CONTRO I DEMONI

La tradizione spirituale, collocandosi nella via aperta dalla Scrittura e rifacendosi anche all'ideale stoico, ha spesso paragonato l'ascesi a una lotta, a un combattimento contro i nemici dell'anima, e testi di questo tipo sono abbondanti in tutte le Chiese. Nel *Praktikos* di Evagrio sono frequenti espressioni e metafore di guerra, di lotta (agòn, palé, pòlemos), il monaco deve soprattutto lottare (agònizesthai, polemein, màchestai), contro i nemici (pòlemoi) o gli avversari (antikeimenoì). Il combattimento spirituale è centrale anche nella spiritualità di Cassiano.

La guerra visibile e invisibile

Questa lotta si presenta però negli autori in due modi diversi. Talvolta l'anima appare come una specie di campo chiuso dove vizi e virtù, carne e spirito si danno combattimento continuo. Talvolta è il cristiano stesso che entra in lotta e, armi alla mano, cerca di abbattere le forze avverse.

E' una guerra universale, ovunque in atto; «Come le ombre seguono il corpo», dice Doroteo, «così le tentazioni seguono i comandamenti».

Vi sono dunque lotte esterne e lotte interne, notte e giorno bisogna combattere, pensa Gregorio di Nazianzo, apertamente o in segreto, all'interno come all'esterno di sé. Evagrio parla della «guerra materiale e immateriale» (àulos pòlemos). Quelli che vivono in comunità sono in lotta anche «con i fratelli più negligenti, anche se questa guerra è molto meno opprimente» di quella condotta direttamente dai demoni «nudi». Dadiso Quatraya cita la Grande lettera di Macario «dove sono enumerate tutte le guerre in atto: contro l'amor di Dio e contro la preghiera».



I nemici che suscitano queste guerre sono smascherati già nella Scrittura: Satana, il mondo, la carne.

Necessità del combattimento

«Una vita senza prova (anexétastos bios) non merita di essere vissuta» leggiamo nell'Apologia di Socrate. E' un'idea antica che le prove siano un passaggio obbligato per avvicinarsi a Dio. Ma i discorsi del «giusto sofferente» nella letteratura assiro-babilonese non sono che monotoni lamenti, e il «giusto impalato» di Platone rende testimonianza solo alla sua giustizia.

Al contrario l'esame cui Giobbe è sottoposto evidenzia la sua umiltà e la sua fede. Sulla stessa linea i Padri richiamano gli esempi di probatio fidei dei giusti dell'Antico Testamento, e li interpretano come prefigurazione delle esigenze evangeliche.

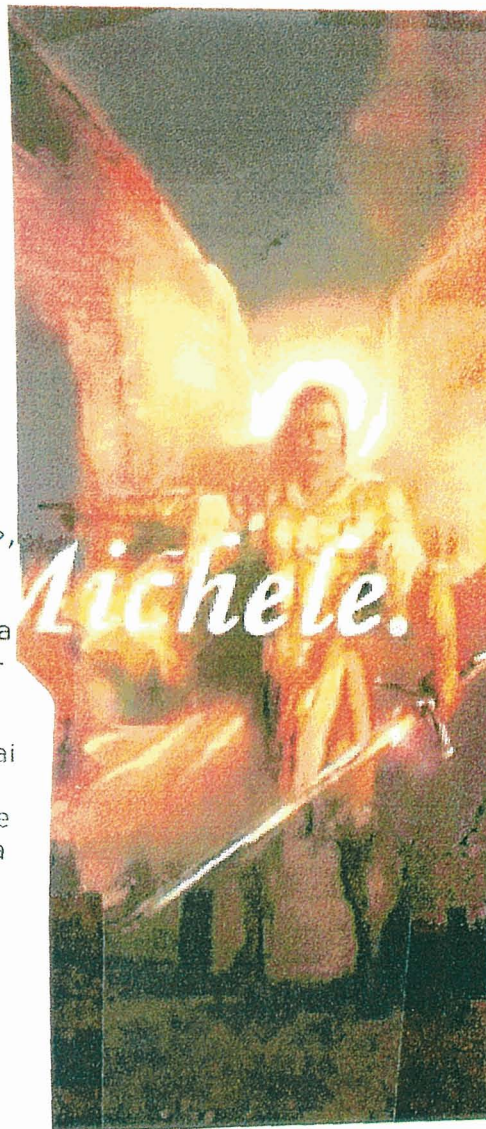
Il vero «gnostico», secondo Clemente d'Alessandria, deve chiedere a Dio di essere messo alla prova: «O Signore mettimi alla prova». L'uomo provato per eccellenza è proprio il monaco (dòtimos mònachos), poiché «non è possibile acquistare la sapienza senza combattimento», e gli asceti vengono dunque chiamati agònizoménoi agònistai (podvizniki in slavo).

Per Cassiano il combattimento è un mezzo provvidenziale per perfezionarsi spiritualmente, una testimonianza d'amore che perfeziona il libero arbitrio. Secondo Doroteo l'asceta non deve neppure temere di cadere «talvolta nel fango, per ritrovare poi il cammino», perché «quelli che debbono nuotare in mare e che conoscono l'arte del nuoto s'immergono quando l'onda arriva su di loro e si lasciano andar sotto, fino a che essa sia passata; dopodiché continuano a nuotare senza difficoltà».

La lotta è necessaria non solo ai principianti, ma anche ai perfetti. Se nell'apàtheia dei messaliani è presente una tendenza al quietismo, Evagrio, al contrario, crede che le tentazioni aumentino via via che si progredisce nella vita spirituale. Il progresso dell'anima nell'impassibilità può misurarsi dalla qualità e dalla forza dei demoni che l'attaccano. Quando preghiamo: «Non ci lasciar cadere nella tentazione!» non domandiamo di non essere tentati, poiché questo è impossibile, ma di non essere divorati dalla tentazione facendo ciò che dispiace a Dio. È questa la spiegazione tradizionale che leggiamo nel Prato spirituale (Jean Moschus, Le pré spiritual 209, SC 12 - 1946 - 284).

Il Maligno

Il capitolo dodicesimo dell'Apocalisse riprende e completa il racconto del Genesi, riassumendo per sommi capi la dottrina della Bibbia sul demonio e sul suo ruolo nella storia della salvezza, e rappresentando lo scontro personale che oppone l'Uomo-Dio al «seduttore» (v. 9),



al «principe di questo mondo» (Gv 8,44).

In questa prospettiva i Padri interpretano diversi avvenimenti della vita di Cristo, ad esempio l'adorazione dei magi, la tentazione nel deserto, il battesimo, ma soprattutto la croce. Perché Cristo è stato crocifisso? Per crocifiggere il diavolo, risponde Teodoro Studita.

Per i cristiani la vita spirituale è quindi un combattimento contro i demoni (Ef 6,12), e questa concezione tradizionale acquisisce nella spiritualità monastica del deserto nuovo rilievo, perché il deserto è, per eccellenza, il regno dei demoni, e il monaco che vi si ritira va dunque ad affrontarli in un combattimento corpo a corpo. La demonologia che si esprime nella Vita di Antonio, nell'opera di Evagrio e in quella di Cassiano diventata classica della spiritualità del deserto, si integra, come elemento importante, nella dottrina ascetica tradizionale.

E nonostante certi abusi di queste dottrine, i demoni, tuttavia, conservano la loro funzione cosmica, e sono detti kosmokratores, associati ai falsi dèi, legati agli animali e alle piante. Da una parte la filosofia greca, dall'altra certe correnti giudaiche, avevano influenzato le concezioni degli autori cristiani nello spiegare l'azione dei demoni nel mondo. Ma le conclusioni pratiche sono sempre le stesse: il monaco è chiamato a purificare, per mezzo della fede in Dio e dell'ascesi, i luoghi della potenza del male, e gli eremiti abitano dunque volentieri là dove credono di trovare molti demoni.

La potenza dei demoni

Origene si pone questa domanda: «Se è vero che il diavolo e la sua armata sono distrutti, come mai crediamo che abbiano ancora tanta forza contro i servitori di Dio?». E risponde affermando che l'attività malefica del diavolo non si esercita che sui cattivi, dal momento che non ha più potere su coloro che sono in Cristo.

Soggetta alla provvidenza divina, l'azione dei demoni è soltanto strumento delle prove che precedono la vittoria. Così è detto di santa Melania: «Il nemico, essendosi reso conto che non otteneva nulla combattendo contro di lei e anche che, vinto, le dava delle corone molto più belle, confuso, non osò più importunarla». San Saba non teme Satana che gli è apparso sotto forma di un leone spaventoso, e a ricompensa della sua fede «Dio gli sottomise ogni bestia velenosa e carnivora».

Origene sostiene che il diavolo non è causa di peccato, come dicono «alcuni tra i semplici». Evagrio fa notare che il demonio non può raggiungere direttamente il nostro intelletto, è impotente a far nascere una conoscenza nello spirito, impotente a informarci sulle «ragioni» delle cose, può introdurre in noi soltanto delle immagini (fantasmi, eidolon). I demoni dunque, per mezzo della «composizione» del corpo, suscitano

3



nell'intelletto qualche «immagine», e il logismòs non è infatti altro che un'immagine».

La lotta contro i demoni si svolge, dunque, soprattutto a livello di logismòi, nel mondo immaginario delle illusioni, delle false consolazioni, degli inganni di ogni specie, e il cristiano combatte con il discernimento e con la vigilanza del cuore.

Sono necessari però anche mezzi corporali (digiunare, rivestirsi con duri sacchi, ecc.), proprio perché i demoni si servono del corpo. Il corpo, pensa Evagrio, non è in sé cattivo, ancor più può essere esso stesso una protezione contro i demoni, ed è per questo motivo che ci attaccano soprattutto durante il sonno, quando siamo senza difesa.

Osservare, spiare, epiterein, è l'occupazione abituale dei demoni nella guerra contro i monaci. «I demoni non conoscono i nostri cuori, come alcuni credono...»; soltanto con l'osservazione i demoni imparano a conoscerci, e in quest'arte, assicura Evagrio, sono abilissimi.

Sapendo tutto questo, l'asceta è convinto, come dice Cassiano, «che i demoni non possono nulla contro gli uomini...». Nella lotta le forze in campo sono in equilibrio e l'anima vincerà, vorrà vincere, e sarà sconfitta se non vorrà vincere. Essere vinti significa cadere nella schiavitù del Maligno.

L'esorcismo

L'allontanamento dei demoni è, per gli scrittori cristiani del II e del III secolo, un segno della natura divina del cristianesimo. A partire dalla prima metà del III secolo la pratica dell'esorcismo comincia a essere regolamentata, e sarà conservata dalla Chiesa sotto due forme diverse; quella degli esorcismi praticati su malati considerati posseduti e quella degli esorcismi integrati nella liturgia preparatoria al battesimo.

Ma queste pratiche non sono che un'applicazione particolare della fede nella forza di Dio, della preghiera e dell'ascesi cristiana. Rivolgendosi ai pagani, Origene sottolinea come le Scritture operino ciò che dicono, siano cioè una forza. Evagrio spiega che la parola divina non è soltanto un cibo spirituale, è anche un'arma. «Nelle parole della Scrittura si trova il Signore di cui i demoni non possono sopportare la presenza», dice Atanasio.

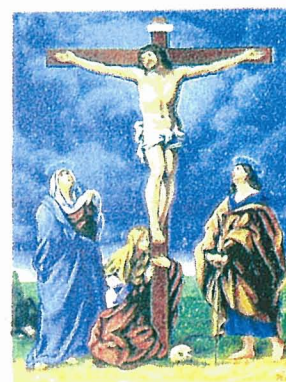
La stessa cosa viene detta del nome di Gesù, del segno della croce e di ogni preghiera, soprattutto della salmodia. Infine, dal momento che le virtù sono una partecipazione a Cristo, è per mezzo delle opere di Dio che i suoi nemici saranno dispersi. Tutta la vita spirituale purifica dunque il mondo e concorre a distruggere la potenza del male.

I logismoi, le passioni

Logismoi è una parola greca, entrata nella spiritualità cristiana, che vuol dire pensieri, desideri, impulsi, passioni, vizi. Possiamo dire che il combattimento contro i pensieri passionali o *logismoi* è, in definitiva, una lotta contro i desideri disordinati.

Conoscere se stessi **combattimento**

La lotta interiore



La lotta contro i cattivi pensieri

«Tutto il combattimento dell'uomo avviene nei pensieri, dice lo 'Pseudo-Macario, e consiste nell'eliminare la "materia dei pensieri cattivi».

Origene ha tratto dal vangelo di Matteo (cap. 15) questa affermazione: «La sorgente e il principio di ogni peccato sono i pensieri cattivi»; è questa la fonte del concetto di «lotta invisibile».

Secondo la spiegazione di Evagrio «con i secolari i demoni lottano utilizzando di preferenza gli oggetti...». La «lotta visibile» riguarda dunque i pragmata, il contatto con essi fa nascere le passioni. Per resistere al demonio in questo campo, il mezzo principale è l'astinenza, la rinuncia agli oggetti.

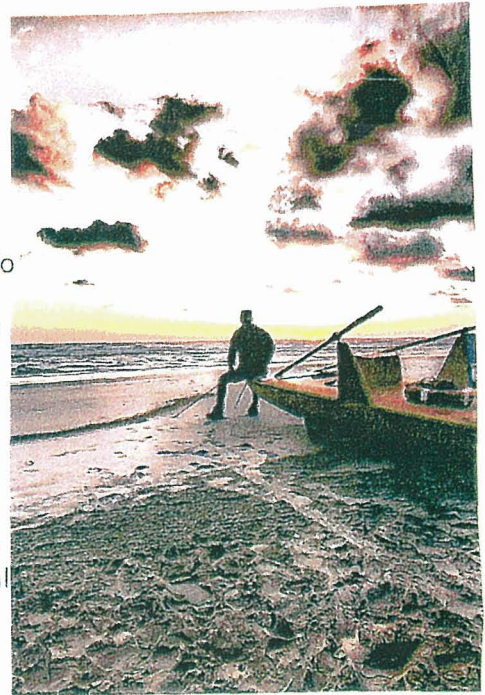
«Ma con i monaci (i demoni lottano) più spesso utilizzando i pensieri, perché, a causa della solitudine, essi non hanno gli oggetti». La lotta visibile è considerata più facile, ed è tipica dei principianti. Dal punto di vista teologico e psicologico, la lotta nei pensieri, «la guerra interiore», «la praxis interiore» (vnutrennoe delanie in slavo) è più importante, perché tocca la radice dei peccati. Così, il peccato e la guerra kat'énérgeian, che si fa mediante gli oggetti, vengono contrapposti alla guerra interiore immateriale katà diànoian. A questo proposito un'ammonizione di Massimo il Confessore, conforme a tutta la tradizione dice: «Guardati dall'abusare dei tuoi pensieri, altrimenti arriverai fatalmente ad abusare anche delle cose; non si peccerebbe mai in azione se non si peccasse dapprima nel pensiero».

Il termine « logismòs »

Logismòs (dal verbo logizomai) può designare anche la facoltà di pensiero, il lògos, la ragione, l'hegemonikòn, lo spirito, più spesso però denota il prodotto dell'attività intellettuale, il pensiero (annoia). Bisogna inoltre notare come sia soprattutto la diànoia, la ragione discorsiva a produrre i pensieri, e non il nous, la facoltà intuitiva

Certo, non tutti i pensieri sono cattivi, non tutti sono un ostacolo alla conoscenza di Dio, ma soltanto quelli «che assalgono (l'intelletto) partendo dalla parte irascibile e dalla parte concupiscibile (dell'anima) e che sono contro natura». Se il pensiero cattivo è «semente di peccato» al pensiero buono si attribuisce la paternità delle virtù. Bisogna, dunque, coltivare i pensieri buoni nel cuore, e la stessa voce della coscienza si presenta come un logismòs.

Origene distingue fra pensieri puri (logismòs katharòs), e altri impuri (akàtharos). Ma vi sono molte altre classificazioni, il logismòs puro è detto, ad esempio, logismòs theiòs, pensiero divino, pneumatikòs, spirituale, eusebes, devoto, agathòs, buono, emphytòs, naturale, gnostikòs, «gnostico», adatto alla



contemplazione, hàgios, santo, ecc.

L'attenzione degli autori spirituali, tuttavia, si concentra sul pensiero impuro (logismòs poneròs), detto anche daimonikòs, demoniaco, empathòs, appassionato; anthròpinos, «umano» (nel senso peggiorativo); idios, proprio (cfr. il concetto di «volontà propria»).

Molto spesso la parola logismòs (generalmente al plurale logismòi) basta da sola a indicare i pensieri cattivi. Il Nuovo Testamento offre un esempio unico, ma notevole, di logismòs (al plurale) adoperato senza aggettivo ma con senso peggiorativo (2Cor 10,4) e numerosi esempi del termine dialogismòs (singolare e plurale) inteso anch'esso in senso peggiorativo.

La definizione di «logismòs»

Evagrio dà del logismòs una definizione descrittiva, molto lunga; approssimamente si può tradurre così: «Il logismo demoniaco è immagine dell'uomo sensibile apparsa nella facoltà discorsiva; per mezzo di essa la mente è mossa come da una passione; allora dice o fa segretamente qualcosa contro la legge, spinta verso il suo idolo»

Il testo è complesso, ed è piuttosto difficile darne una traduzione, a un tempo, esatta e comprensibile. Tuttavia contiene alcuni elementi importanti. Il logismòs non è un «pensiero» nel vero senso della parola, è piuttosto un'«immagine», un fantasma che sorge nell'uomo dotato di sensibilità. Questa immagine non ha origine dal nous, dallo spirito, ma dalla parte inferiore della nostra facoltà conoscitiva, dalla diànoia, sede del ragionamento per pro e contro. Quest'immagine è, tuttavia, capace di attrarre, di muovere lo spirito, e suscita allora un moto passionale che spinge l'uomo a decidere segretamente contro la legge di Dio o quantomeno a dialogare con questa immagine che si presenta come una specie di idolo e che andrebbe invece cacciata.

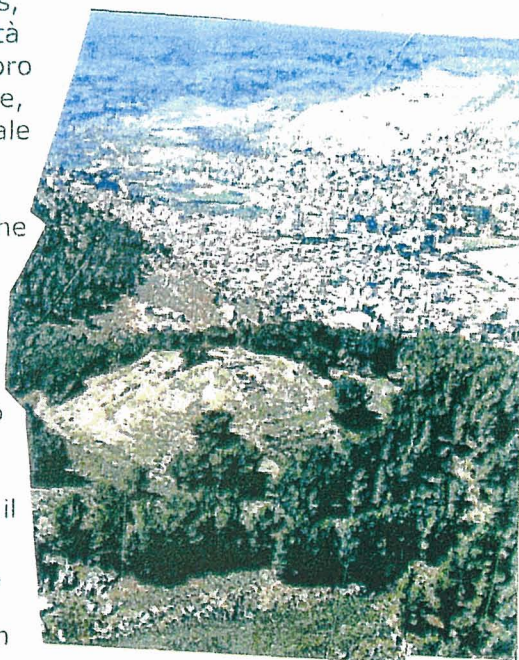
Pensiero «appassionato»

La definizione di logismòs proposta da Evagrio è troppo complicata. Concretamente era più facile imparare a distinguere un «pensiero semplice» da un «pensiero appassionato». Ecco un testo caratteristico di Massimo il Confessore: «Una cosa è un oggetto, altra è una rappresentazione, altra ancora una passione. Un uomo, una donna, del danaro, ecco degli oggetti; il semplice ricordo di questi oggetti, ecco una rappresentazione; un affetto sregolato o un odio cieco per questi stessi oggetti, ecco una passione».

Doroteo parla di un'inclinazione, di una prospàtheia, una sorta di «volontà propria» che accompagna un pensiero che, in sé, potrebbe essere puro.

Il cammino di purificazione si presenta allora così:

6



«Tutta la lotta che il monaco conduce contro i demoni tende a separare le passioni dalle rappresentazioni. Altrimenti è impossibile mantenere la propria libertà interiore alla vista degli oggetti».

Origine dei pensieri cattivi

Origene mette spesso in correlazione *logismòs* e *pneuma* o anche *dàimon*. Dietro il termine *logismòs*, nel senso in cui lo impiega Evagrio seguendo Origene, è riconoscibile una nozione importante dell'etica giudaica, espressa dalla parola *yesèr* (pensiero), concepito nell'uomo come un qualcosa di concreto, e quasi di personale. *Yesèr* in greco è stato tradotto con *diabòlion*.

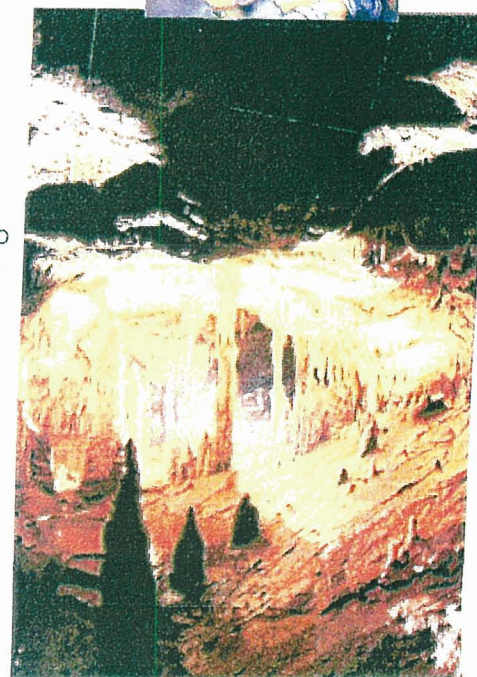
Già nella Vita d'Antonio trova espressione la dottrina secondo cui i cattivi pensieri sono l'arma usata dai demoni contro gli anacoreti, ed Evagrio usa, in modo indifferenziato, il «demonio» o il «pensiero» o lo «spirito» di un determinato vizio.

Questa identificazione evidenzia bene come i *logismòi* non appartengano alla natura umana e non provengano direttamente dalla realtà creata da Dio, nella quale non c'è nulla di male. Sono invece i demoni ad agire sullo spirito umano attraverso la «modificazione dello stato del corpo». Massimo il Confessore ipotizza l'esistenza di «tre vie che introducono nello spirito i pensieri appassionati: la sensazione, la complessione fisica, la memoria».

Aggiungiamo che la tirannia del demonio sugli uomini si esercita soprattutto per mezzo delle passioni, e che sono proprio i ricordi passionali a fornire la materia principale dei pensieri cattivi. Gli antichi filosofi discutevano la questione dal punto di vista psicologico: «E' la rappresentazione che scatena le passioni, o sono le passioni a scatenare le rappresentazioni?». Evagrio avverte giustamente che, dal punto di vista morale, la causalità è reciproca: «Se abbiamo un ricordo appassionato di una cosa, vuol dire che abbiamo accolto in precedenza gli oggetti con passione e, viceversa, tutti gli oggetti che accogliamo con passione ci lasciano dei ricordi appassionati».

Le passioni sconvolgono lo stato del cuore, e si può dunque ripetere, col vangelo, che è «dal cuore che provengono i cattivi pensieri» (Mt 15,1).

E' nota invece la tendenza del messalianismo a rovesciare la psicologia spirituale degli ortodossi. Nel caso in esame si sostiene che i pensieri non vengono dal «di fuori», ma è invece il cuore umano a essere un abisso in cui si mescolano le aspirazioni divine e i «serpenti». Teofane il Recluso precisa i limiti di accettabilità di questa proposizione sostenendo che, una volta viziato, ferito dall'esterno, il cuore diventa una fonte di movimento passionale. L'ascesi non cerca quindi di guarire la «natura», ma una sua perversione.



Gli ortodossi sono, dunque, in linea di principio, tutti d'accordo con Evagrio: origine di un pensiero cattivo non può essere né Dio, né gli angeli, né la natura, ma soltanto i demoni e la libera decisione dell'uomo.

Gradi di penetrazione di un pensiero cattivo nel cuore

Il meccanismo della tentazione, nei suoi diversi momenti e nel suo ordine interno, è stato molto ben analizzato dagli spirituali orientali, soprattutto da quelli appartenenti alla cosiddetta spiritualità «sinaitica» (Nilo, Giovanni Climaco, Esichio, Filoteo), che hanno descritto i momenti che precedono il peccato e le mutazioni psicologiche che seguono a questa decisione volontaria.

1) C'è dapprima la prosbole, la suggestione, che è «una semplice idea o un'immagine suggerita allo spirito o al cuore» dal nemico. Il verbo hypobàllein è il termine usato da Evagrio per designare le suggestioni di origine diabolica (e talvolta angelica).

2) Un secondo momento è rappresentato dal syndyasmòs, l'avvicinamento, un legame che consiste nel «conversare» con l'immagine di origine diabolica e che si risolve nella scelta fra fare e non fare.

3) Synkatàthesis è «il consenso al piacere proibito proposto dal pensiero», è il momento del peccato vero e proprio. Il vocabolo è di provenienza stoica.

Della pàle (lotta interiore) si parla spesso, ed è come un momento decisivo perché accompagna il consenso, precedendolo o seguendolo.

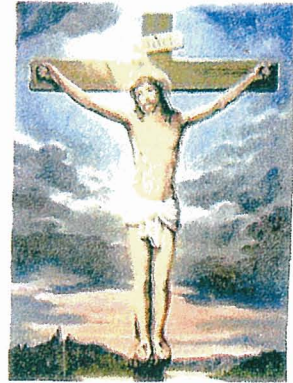
4) Termine ultimo di questo processo è la «prigionia», aichmalosia, l'attrazione violenta del cuore, la passione, pàthos, un'abitudine viziosa che finisce per diventare come una seconda natura, prodotta da una lunga serie di consensi.

Questa classificazione è comune in Oriente, pur con alcune variazioni. Ad esempio per Giovanni Climaco a succedersi sono:

- prosbole,
- syndyasmòs,
- synkatàthesis,
- aichmalosia,
- pàle,
- pàthos.

Filoteo Sinaita enumera soltanto quattro gradi :

- prosbole,
- syndyasmòs,



- aichmalosia,
- pàthos.

Teofane il Recluso distingue:

- il prilog (la suggestione),
- il vnimanie (l'attenzione),
- lo slazdenie (il diletto),
- lo zelanie (il desiderio),
- la resimost (la risoluzione),
- il delo (l'opera).

In Occidente Agostino distingue fra: suggestus - delectatio - consensus, ma parla anche di lotta, e dell'opera peccaminosa, e della consuetudo nella malizia.

3. LA CUSTODIA DEL CUORE

Evitare di consentire al peccato (o synkatàthesis) è già molto importante, ma non è la perfezione, e i cristiani devono invece tendere alla perfezione, alla pace del cuore, all'hésychia, all'amerimnia, la tranquillità, la libertà dalle preoccupazioni riprovevoli che consiste proprio nell'apòthesis noemàtn, «eliminazione dei pensieri (cattivi)».

«Eliminazione dei pensieri»

È possibile evitare l'insorgere delle prime «suggestioni»? Origene ritiene che sia impossibile liberarsene interamente, e che le anime convertite a Dio debbano «soportare le battaglie dei pensieri»; è possibile però non soffermarsi su queste suggestioni, non «conversare» con questi fantasmi, come Eva invece fece col serpente. La prudenza chiede «che si uccidano subito questi figli di Babilonia», che si «schiacci la testa del serpente» e non lo si lasci entrare nel paradiso del cuore. Per esprimere questa idea gli spirituali d'Oriente ricorrono a espressioni e spiegazioni diverse; ma fondamentalmente sinonimiche.

Sede dell'intelligenza, dello spirito, è il cuore, e alcuni autori parlano di phylake kardias, custodia del cuore, téresis noòs, custodia dello spirito, phylake ton éndon, custodia dell'interiore. Si usa anche custodire, phylàssein, nella sua forma assoluta, «custodirsi», («custodisci te stesso con cura», terei seautòn akribos, è il motivo ricorrente di un opuscolo attribuito ad Ammona).

Per custodirsi bisogna essere però sobri e vigilantì, «neptici» (cfr. 1Pt 5,8). Antonio oppone agli assalti dei demoni la gregorsis e la nepsis, vigilanza e sobrietà. Per il sinaita Esichio «la nepsis è un metodo spirituale, che



riesce a liberare totalmente l'uomo, con la grazia di Dio, dai pensieri e dalle parole macchiate di passione e dalle azioni malvagie, a condizione che duri e che proceda allegramente...». Spesso citata è una sentenza di Evagrio, che contiene una suggestiva allitterazione delle parole *prosoche* e *proseuche*, attenzione e preghiera: «L'attenzione in cerca d'orazione troverà l'orazione, perché se c'è una cosa che segue l'orazione è l'attenzione. Bisogna dunque applicarsi in questa». Si arriverà poi a dire che la *prosoche* è la madre della *proseuche*.

La vigilanza alla «porta del cuore» è, innanzitutto, una difesa per respingere immediatamente i pensieri intrusi. E' questo un tema comune a parecchi apoftegmi: «Sii il portinaio del tuo cuore, affinché lo straniero non entri, dicendo: Tu sei dei nostri, o dei nostri nemici?».

Metodo per combattere i pensieri malvagi

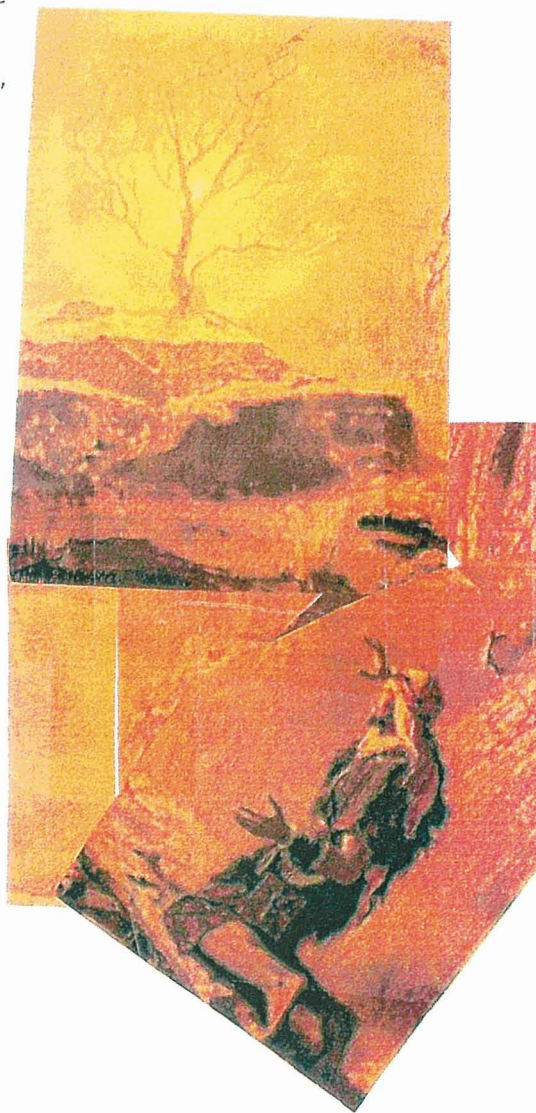
«Non bisogna obbedir loro (ai demoni), ma piuttosto fare il contrario». In via generale, il metodo di lotta è la *praxis* in tutta la sua estensione, perché purifica il cuore. Soprattutto l'*enkráteia*, l'astinenza, è detta già da Filone "ophiomàches (Lv 11,12), «che combatte il serpente». Evagrio sottolinea però come la maggioranza degli esercizi che permettono di lottare contro il demonio non possano essere praticati costantemente, soltanto la preghiera deve essere costante.

Il metodo per eccellenza contro i pensieri cattivi si chiama «contraddizione» (*antirrhesis*). Gesù, tentato dal demonio, replica citando le Scritture, senza entrare in discussione col Maligno (Mt 4,3-11). Si legge di certi asceti che conoscevano a memoria «tutta la Scrittura», cioè sapevano rispondere coi testi sacri a ogni questione loro proposta, ma soprattutto sapevano citare la Bibbia contro ogni suggestione diabolica. Il manuale classico di questa arte è l'*Antirrhétikos* di Evagrio, diviso in otto parti, una per ciascuno degli otto vizi. A proposito di ogni pensiero sono citati i testi scritturistici atti a scacciarlo. Sono in tutto 487, a partire dalla Genesi fino all'Apocalisse.

Si tratta però di uno sfoggio culturale di cui un monaco senza cultura è incapace! La pratica sarà dunque molto più semplice e l'invocazione di Gesù basterà a scacciare tutti i demoni, sostituendo così questi complicati cataloghi

Discernimento degli spiriti

La Bibbia presenta all'uomo delle scelte, a cui egli non può sottrarsi (Gn 2,17; 12,4 ecc.) Queste scelte vengono però ostacolate; infatti contro la voce divina, misteriosa, un'altra voce si fa sentire, quella del peccato, di Satana, anch'essa misteriosa. Come discernere l'una dall'altra? Testimoniare la voce di Dio è stato il compito dei profeti,



e i libri sapienziali sono stati scritti proprio per insegnare a distinguere la voce della sapienza da quella della follia, la voce dei giusti da quella degli empi. Nelle epistole del Nuovo Testamento figura esplicitamente l'espressione «discernimento degli spiriti» (1Cor 12,10; IGv 4,1).

Questo problema non cessa di occupare un posto di primo piano nella letteratura spirituale. Origene discute attentamente della diversa origine degli spiriti capaci di agire in noi. Antonio e i monaci semplici in Egitto ne parlano in modo più concreto, descrittivamente; al contrario l'insegnamento di Evagrio è sistematico. Le regole fondamentali formulate da Cassiano sono le più complete del suo tempo, e dopo di lui Diadoco di Foticea, che combatte le dottrine messaliane, dà grande spazio alla problematica del discernimento tra le vere e false consolazioni e desolazioni. Continuando questa tradizione, in tempi più recenti, Teofane il Recluso interpreta le regole riprendendo il testo di L. Scupoli.

Discernimento come dono di Dio, arte spirituale e frutto di esperienza

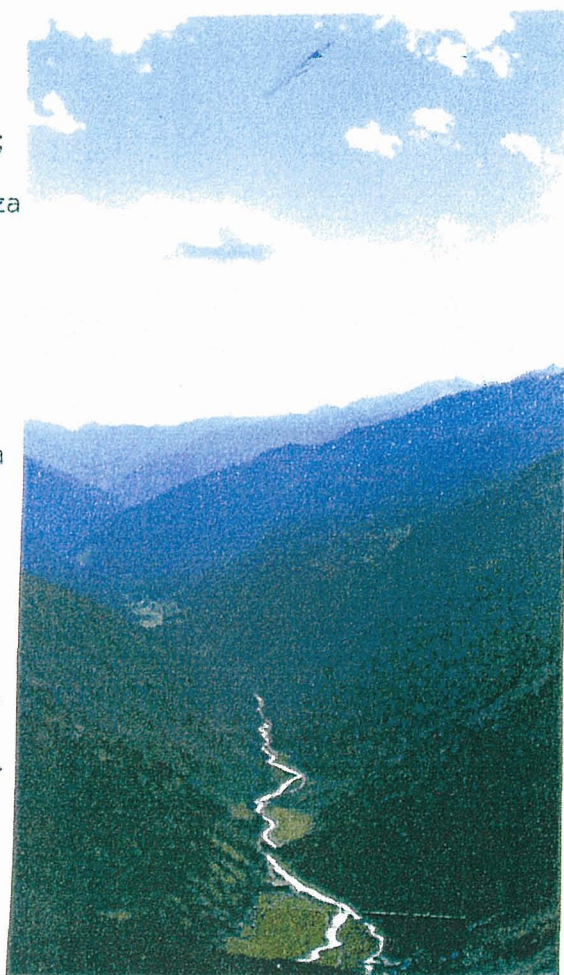
Per san Giovanni l'esperienza spirituale è un'«unzione»; uno stato di luce (IGv 2,20.27). Secondo Diadoco di Foticea lo Spirito Santo è la «lampada» di questa scienza spirituale. Per Paisij Velickovskij il discernimento è «la comprensione spirituale data da Dio».

L'esperienza del discernimento è dunque inseparabile dalla pratica dei comandamenti, dalla carità (cfr. IGv 2,3; Fil 1,9). Antonio ha detto: «E' necessaria molta preghiera e ascesi affinché, dopo aver ricevuto dallo Spirito il carisma del discernimento degli spiriti, si possa conoscere ciò che concerne ciascuno dei demoni...».

La conoscenza degli spiriti, inoltre, è frutto di lunga osservazione: «Dopo una lunga osservazione (metà polles katatereseòs) - dice Evagrio - abbiamo riconosciuto questa differenza tra i pensieri angelici, i pensieri umani e quelli che vengono dai demoni». I demoni si rivelano infatti per il loro comportamento, per la frequenza e il modo dei loro attacchi, ma soprattutto per i pensieri che ispirano. Si può acquistare un «senso» speciale, un'intuizione spirituale, fino a diventare capaci di riconoscere un cattivo pensiero «dal cattivo odore caratteristico dei demoni»

Le regole psicologiche» a seconda del modo di agire degli spiriti

Se Evagrio distingue soprattutto le diverse categorie di pensieri che i demoni suggeriscono all'uomo, Antonio osserva invece soprattutto gli stati psicologici prodotti dall'azione degli spiriti nell'anima. Il grande discorso di Antonio enuncia la



Regola d'oro del discernimento:

Le buone aspirazioni fanno nascere «una gioia inesprimibile, il buon umore, il coraggio, il rinnovamento interiore, la fermezza dei pensieri, la forza e l'amore per Dio»; le altre, invece, portano con sé «paura dell'anima, turbamento e disordine dei pensieri, tristezza, odio contro gli asceti, acedia, afflizione, ricordo dei parenti, timore della morte e infine desideri cattivi, pusillanimità per la virtù e disordine dei costumi».

Più tardi questa regola è stata semplificata in un assioma: Quidquid inquietat est a diabolo. Evagrio parla di «stato pacifico» e di «stato turbato». In seguito gli autori si resero però conto del fatto che distinguere una «consolazione» da una «desolazione» non è sufficiente a discernere la loro origine: il demonio è infatti un ingannatore. «Quando il nostro intelletto incomincia a sentire la consolazione dello Spirito Santo - nota Diadoco - allora anche Satana consola l'anima con un sentimento di finta dolcezza, nel riposo della notte, quando si soccombe all'influenza di un sonno leggerissimo».

A ben guardare già l'istruzione di Antonio non si limitava a parlare di gioia o, al contrario, di tristezza, ma sottolineava piuttosto la contrapposizione più sottile fra katàstasis e akatastasia. Si potrebbe, dunque, dire che le manifestazioni angeliche sono «secondo natura», mentre quelle demoniache turbano l'ordine naturale, che è buono.

Anche se il demonio prende la forma di un angelo di luce (2Cor 11,14), con la farsa apparenza di luce», «dimena gentilmente la coda», lo si riconosce tuttavia dalle opere, dall'effetto che produce sull'immagine di Dio nell'anima, ed è questo il criterio decisivo del discernimento fra «stato pacifico» e «stato turbato».

In particolare si esortano i monaci a fare attenzione ai punti deboli delle loro virtù, oppure all'immoderazione nella loro ascesi. «Quando, nella loro lotta contro i demoni, i demoni sono impotenti, allora si ritirano un pò osservando quale virtù è negletta in quel momento, ed è lì che fanno subito irruzione per fare a pezzi l'anima disgraziata». Spingendo l'ascesi all'esagerazione, i demoni cercano di «distoglierci da ciò che può essere fatto e di costringerci a fare ciò che è impossibile».

La rivelazione dei pensieri

Il discernimento dei pensieri è l'arte delle arti, inaccessibile dunque a un principiante, che deve invece rivelare i suoi pensieri a un padre «diacritico». Questa

42



pratica si chiamerà exagòreusis. Nei monasteri cenobitici quest'obbligo del resoconto di coscienza è obbligatorio per tutti, principianti e non. Teodoro Studita lo chiama «un gran mezzo di salvezza» e non si rallegra affatto quando i monaci ricorrono meno spesso al loro abate.

Il principio è stato formulato da Antonio stesso: «Se può, il monaco deve confidare agli anziani tutti i passi che fa, tutte le gocce d'acqua che beve nella sua cella». Di fronte a questa necessità non c'è amore del silenzio che tenga; ciò che conviene, al contrario, è l'asiopeton, cioè, come spiega Barsanufio, «non tacere mai i propri pensieri».

L'exagòreusis non è una confessione dei peccati, o almeno non è questo il suo primo e unico scopo; è invece una confessione dei «pensieri», volta a stabilire se sono buoni o cattivi. Molti apoftegmi sono proprio il racconto di un'interrogazione e di una risposta, sempre però di poche parole. Anche le lettere di direzione sono caratterizzate dalla medesima concisione.

I monaci studiti ripetevano la confessione tutti i giorni all'igumeno, ma molti typika abilitano a ricevere le confidenze intime anche altri maestri spirituali. Doroteo, che giudica questa pratica indispensabile per la salvezza; la motiva così: «Essendo appassionati, non dobbiamo assolutamente fidarci del nostro cuore; perché una regola contorta rende contorto anche chi è retto» e la sua quinta Istruzione ha per titolo: «Non bisogna seguire il proprio giudizio».

L'esame di coscienza

Per rivelare i pensieri bisogna esaminare ciò che avviene nell'anima, e la pratica dell'esame quotidiano di se stessi è raccomandata, in primo luogo, nella letteratura pastorale. Il Padre che si è più spesso occupato di questo argomento è Giovanni Crisostomo, ma è alla letteratura monastica siropalestinese del IV secolo che bisogna rivolgersi per trovare le prescrizioni più minuziose sul metodo da seguire. L'autore che fornisce al riguardo l'insegnamento più esplicito è Doroteo di Gaza. La pratica psicologica è molto simile a quella dell'esame di coscienza diffuso nel tardo stoicismo, ma lo scopo è diverso. Per Doroteo non si tratta di un semplice «ritorno in sé», ma ci si esamina in vista dell'exagòreusis, e, questo esame è un elemento della direzione spirituale.

Giovanni Climaco racconta che i monaci tenevano un libricino sul quale annotare le colpe e i pensieri di ogni giorno. E aggiunge: «Se qualcuno si vede particolarmente dominato da qualche vizio, deve armarsi contro questo nemico. Perché se noi non superiamo proprio quello, non trarremo nessun frutto dalla vittoria riportata sugli altri».

L'esame generale praticato costantemente diverrà di per sé un «esame particolare», e riceverà più tardi in Occidente forma e metodo.



4. GLI OTTO PENSIERI

Teoria degli otto pensieri cattivi principali o «generici»

«Tutti i pensieri demoniaci introducono nell'anima delle rappresentazioni di oggetti sensibili». «Conosceremo i demoni, in base ai pensieri, e conosceremo i pensieri in base agli oggetti». Queste considerazioni hanno condotto Evagrio a fondare il discernimento degli spiriti su una base nuova, di tipo schematico.

Il suo insegnamento è condensato nel sesto capitolo del Trattato pratico: «Otto sono in tutto i pensieri generici (hoi genikotatoi logismòi) che comprendono tutti i pensieri:

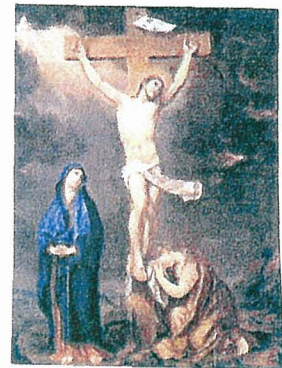
- il primo è quello della golosità (gastrimargia),
- poi quello della fornicazione (porneia),
- il terzo quello dell'avarizia (phylargiria),
- il quarto quello della tristezza (lype),
- il quinto quello della collera (orge),
- il sesto quello dell'accidia (akedia),
- il settimo quello della vanagloria (kenodoxia),
- l'ottavo quello dell'orgoglio (hyperephania).

I capitoli che seguono analizzano questi otto pensieri ed espongono i rimedi per questi vizi. La teoria degli otto logismòi è una delle parti principali della dottrina di Evagrio, e a partire da lui ha avuto grande rilievo nella storia della spiritualità.

Alla fine del V secolo già Gennadio di Marsiglia si chiedeva se Evagrio fosse stato il primo a insegnare questa teoria. Origene aveva infatti già formulato elenchi di vizi non privi di analogie con quelli di Evagrio, e sicuramente quest'ultimo riprende da Origene il simbolismo della conquista di Canaan sotto la guida di Giosuè-Gesù. Seguendo Deuteronomio 7,1 vi si dice infatti che sette sono le «nazioni opposte al popolo d'Israele», ma otto sono invece i vizi «perché gli Ebrei sono già usciti dall'Egitto». Nonostante queste coincidenze, la lista di Evagrio sembra però ricollegarsi a una tradizione più ampia. Le diverse letterature dell'epoca ellenistica offrono infatti un gran numero di cataloghi di vizi, e anche nel Nuovo Testamento ne troviamo diversi esempi. Tra gli otto vizi, quello a proposito del quale si manifesta la maggiore originalità di Evagrio è il sesto, l'acedia, tentazione per eccellenza del solitario.

Ordine dei «logismòi» e lista dei Latini

Passata nell'opera di Giovanni Damasceno, la lista evagriana è divenuta parte integrante dell'insegnamento



tradizionale, salvo una leggera indecisione circa la tristezza e la collera, che compaiono talvolta invertite nell'ordine. Quali motivi stanno però all'origine di questo ordine?

Evagrio sostiene che le tre tentazioni di Gesù nel deserto sarebbero state, nell'ordine, quelle della gola, dell'avarizia e della vanagloria. Questi tre logismi costituirebbero, dunque, lo schema base della lista e tutti gli altri ne discenderebbero. L'ordine del catalogo corrisponde però a una successione empirica, a seconda del progresso spirituale.

E' nota la fortuna che ebbe questa classificazione dei vizi in Occidente, dopo Cassiano. Nella sua evoluzione un ruolo decisivo l'ebbe Gregorio il Grande, autore dei *Moralia*. Questi conservò i termini di Cassiano, con l'eccezione dell'acedia, introducendo in compenso l'invidia e mettono fuori elenco la superbia, che, come la filautia in Oriente, viene considerata regina dei vizi. Ridusse così la lista a sette termini. Cambiò anche l'ordine ispirandosi alla versione della Vulgata di Sir 10,15: *Initium omnis peccati est superbia*. Più tardi vanagloria e orgoglio verranno fusi e si costituirà così la classificazione definitiva dei sette peccati capitali che, a partire dal XIII secolo, si è imposta in Occidente.

Le differenze tra la lista degli Orientali e quella dell'Occidente sono trascurabili. L'invidia, che figura al posto della tristezza, è infatti una forma particolare di tristezza, motivata dal bene altrui. Se nell'acedia si sottolinea soprattutto la pigrizia, non si tratta che di un punto di vista più specifico. Si può dire cioè che l'ordine latino procede dal punto di vista dogmatico, quello degli Orientali è invece più psicologicamente caratterizzato e per questo fu più utilizzato nell'insegnamento pratico degli autori spirituali.

La golosità

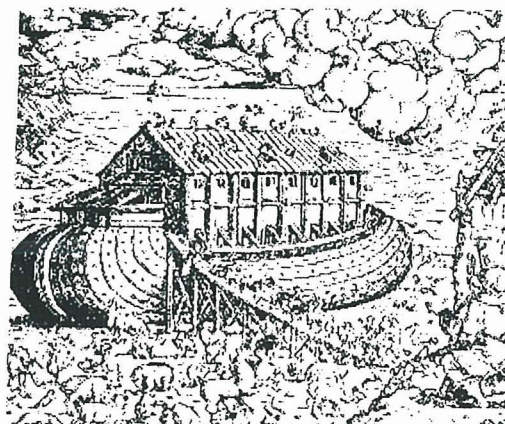
Gli autori cristiani hanno di preferenza utilizzato gli esempi viventi di golosità offerti loro dalla Scrittura: Eva, Esaù, Oloferne... La golosità è al principio delle passioni, come Amalek è il principe delle nazioni.

Clemente d'Alessandria distingue tre manifestazioni di questo vizio: l'opsophagia, o l'uso immoderato dei cibi delicati, la gastrimargia, «follia del ventre», o ghiottoneria, la laimargia, «follia della gola».

Cassiano distingue tra la golosità che spinge il monaco a mangiare prima dell'ora prescritta, quella che incita a mangiare troppo, e quella, infine, che gli fa ricercare la qualità cibo, la soddisfazione del gusto.

Evagrio intende per golosità la tentazione che spinge il monaco ad attenuare i rigori del suo digiuno, col pretesto che l'ascesi nuoce alla salute.

Giovanni Climaco parla anche dei desideri, delle immaginazioni, dei sogni, che provano come il desiderio



di cibo non sia ancora perfettamente vinto. Un difetto particolare presso i monaci era quello della latrophagia, il mangiare di nascosto.

Si elencano anche i mezzi corporali per vincere questo vizio, ma Cassiano aggiungeva: «Non potremo mai disprezzare le voluttà dei cibi terreni, se l'anima... non trova una gioia più grande nella contemplazione».

La fornicazione

Spesso viene posto in rilievo il legame esistente tra golosità e fornicazione; quest'ultima è, invece, considerata incompatibile con la vanagloria.

Evagrio definisce la fornicazione come «il desiderio di molti corpi». Negli Apoftegmi sono distinti tre «movimenti del corpo»: uno naturale (physike kinesis, il naturalis carnis motus di Cassiano), un secondo prodotto dall'eccesso di cibo e di bevanda, e un terzo provocato dai demoni. «Se i pensieri scatenati da lui [il demonio] non sono accompagnati da passione», allora, pensa Evagrio, non saranno per noi un impedimento alla scienza di Dio»

L'avarizia

Secondo Massimo il Confessore «tre ragioni fanno amare il danaro: la tendenza al piacere, la vanità, la mancanza di fede; la più grave delle tre è la mancanza di fede». È soprattutto a questa terza ragione che pensa Evagrio quando dice che il demone dell'avarizia suggerisce il sentimento d'insicurezza. Giovanni Climaco considera questo vizio come una forma di «idolatria», fiducia nella creatura.

Al pericolo dell'avarizia erano esposti soprattutto i monaci solitari o idioritmici, tentati di accumulare, col pretesto di fare del bene agli altri e di distribuire elemosine, mentre di fatto «è impossibile che la carità coesista in qualcuno assieme alle ricchezze».

La tristezza

La tristezza è definita da Evagrio come steresis kedones, frustrazione di un piacere o anche conseguenza della collera. A seconda dell'oggetto di questo desiderio frustrato bisogna distinguere la tristezza «secondo Dio» (il pénthos) e la tristezza come vizio, quando essa, come dice Giovanni il Solitario, si riferisce «a oggetti mondani, quando è corporale».

Giovanni Crisostomo sostiene che non c'è male peggiore della tristezza, perché essa spezza la volontà e «si attacca non soltanto alla carne, ma anche alla stessa anima... [è] un carnefice continuo che rovina la forza dell'anima». Crisostomo esorta dunque Olimpia, donna virtuosa, a vincere l'athymia, «la tirannia dello



scoraggiamento». L'abate Isaia dice che lo spirito di tristezza «mette in opera numerosi strumenti di caccia, fino a che ti abbia tolto ogni vigore»

Crisostomo oppone alla tristezza la pazienza cristiana; l'abate Isaia il *pénthos*, la tristezza secondo Dio. Prima di lui Evagrio ha scritto: «Colui che fugge tutti i piaceri del mondo è una cittadella inaccessibile al demone della tristezza»

Della tristezza parlano molti autori russi. Teofane il Recluso sa che le consolazioni e le desolazioni sono soltanto tappe nel cammino della vita interiore e stabilisce delle regole di condotta per approfittarne spiritualmente

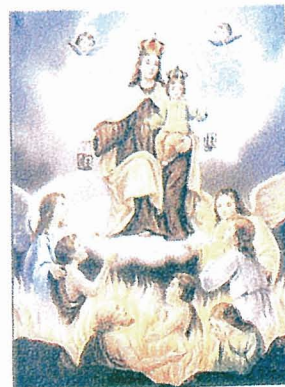
La collera

La definizione della collera come «ebollizione della parte irascibile» (*zéisís thymou*), attribuita da Seneca ad alcuni autori stoici, viene ripresa da Evagrio. Si tratta di «un moto contro colui che ha fatto un torto o sembra averlo fatto». Come anche nella tristezza, si può distinguere un'attività irascibile naturale e un'attività «contro natura». «E' proprio della collera - dice Giovanni Climaco lottare contro i demoni». Evagrio considera il *thymòs* una grande forza «che è distruttrice dei pensieri (cattivi)». La collera non dovrebbe, invece, dirigersi contro gli uomini. Nicone della Montagna Nera consiglia tuttavia di distinguere due diversi casi: «Bisogna agire secondo l'intelligenza spirituale e il senso delle Sacre Scritture, con un cuore misericordioso e libero; irritarsi per le cose carnali è contrario alla pietà; bisogna però riprendere la mancanza di doni spirituali»

Secondo l'opinione di Giuseppe di Volokolamsk la collera deve rivolgersi anche contro gli eretici ed egli commenta in modo curioso la parola del salmista (Sal 4,5) «Irritatevi» contro l'eretico, per non commettere peccato di negligenza.

La collera ha l'effetto di accrescere il *thymòs*, che ci porta, secondo Evagrio, verso lo stato demoniaco. Egli enumera quattro segni che seguono al risentimento: la collera rende l'anima furiosa tutto il giorno, soprattutto nelle preghiere, riporta alla memoria il volto di colui che ci ha contristato e causa incubi e terrori notturni. La cosa importante è che la collera turba l'attività normale dell'intelletto, che è la contemplazione. Per questo la *mnesikakìa*, il ricordo delle offese, è un ostacolo alla preghiera. Associata all'odio, la collera fa nascere un falso desiderio della vita solitaria, mentre l'ospitalità, mezzo di riconciliazione, calma gli spiriti eccitati.

Antonio consigliava ai monaci di meditare continuamente quel che dice l'Apostolo in Efesini 4,26: «Che il sole non tramonti sulla vostra ira». Doroteo sostiene che bisogna per prima cosa recidere la radice di questo vizio, che consiste nel giudicarsi superiori al prossimo.



Evagrio riassume i rimedi in una sentenza: «Quando la parte irascibile è agitata, la salmodia, la pazienza e la misericordia la calmano».

L'acedia

Nella Vita di Antonio e negli scritti di Origene il termine akedia conserva ancora il senso che gli dava l'uso classico: negligenza, mancanza d'interesse (cfr. Sal 118,28; Is 61,3). Ma è già circondato da termini che l'orientano verso l'interpretazione evagriana: fiacchezza (deilia), abbattimento (katepheia), tristezza (lype) ecc. Evagrio è il primo, almeno sembra, ad aver identificato il demone dell'acedia col «demone di mezzogiorno» del Salmo 90,6.

I traduttori copti traducono la parola con *pehloped*, stanchezza (del cuore), i Siri con *quta re' yana*, accasciamento dello spirito, gli Slavi con *unynie*, frustrazione. Il latino *taedium* fu utilizzato in seguito, ma Cassiano conserva la parola greca *acedia*.

Evagrio traccia un quadro molto pittoresco del monaco in preda all'acedia: «Il demone dell'acedia, che è chiamato anche demone di mezzogiorno, è il più pesante di tutti; attacca il monaco verso l'ora quarta e assedia la sua anima sino all'ora ottava. Dapprima fa che il sole appaia lento a muoversi, o immobile, e che il giorno sembri avere cinquanta ore. Poi lo spinge ad avere gli occhi continuamente fissi sulle finestre, a saltar fuori dalla sua cella, a osservare il sole per vedere se è lontano dalla nona ora e a guardare di qua e di là...

Inoltre, gli ispira avversione per il luogo in cui si trova, per il suo stesso stato di vita, per il lavoro manuale e, di più, gli suggerisce l'idea che la carità è sparita tra i suoi fratelli e che non c'è nessuno per consolarlo. E se trova qualcuno che in quei giorni abbia contristato il monaco, il demone si serve anche di questò per aumentare la sua avversione. Lo conduce allora a desiderare altri luoghi, dove potrà facilmente trovare ciò di cui ha bisogno, ed esercitare un mestiere meno faticoso e con maggior guadagno; aggiunge che il piacere al Signore non è questione di luogo: dappertutto infatti, egli dice, la divinità può essere adorata. Unisce a ciò il ricordo dei suoi parenti e della sua esistenza di un tempo, gli fa notare la lunghezza della vita, ponendo davanti ai suoi occhi le fatiche dell'ascesi; insomma impiega, come si suol dire, tutti i suoi espedienti perché il monaco abbandoni la sua cella e rifugga il luogo di combattimento. Questo demone non è seguito immediatamente da nessun altro: uno stato pacifico e una gioia ineffabile sopravvengono nell'anima dopo la lotta».

Non è facile precisare quale sia la differenza tra l'acedia e la tristezza. La tradizione monastica orientale le distingue per sottolineare una circostanza speciale: l'acedia, come la definisce Evagrio, è infatti legata allo stato di vita anacoretico e si oppone alla perseveranza nella cella e alla vita solitaria. Per Giovanni Climaco il



rimedio più efficace è, come per la tristezza, il *pénthos*.

La vanagloria

La Bibbia ha collegato la gloria alla sfera dei valori morali e religiosi; in Dio è infatti il solo fondamento solido della gloria (Sal 62,6.8). La gloria è dunque «vana» quando cerca la ricompensa delle virtù nell'ammirazione degli uomini. Cresce con il progresso delle virtù, ma rischia di disperderne il valore.

«Il pensiero della vanagloria è un pensiero sublime che si dissimula facilmente nel virtuoso, poiché desidera render pubbliche le proprie lotte e inseguire la gloria che viene dagli uomini. Essa gli fa immaginare dei demoni che lanciano grida, donne guarite, una folla che tocca il suo mantello; gli predice che ormai diverrà prete e fa sorgere alla sua porta persone che vengono a cercarlo, e che se rifiuta di seguirle lo porteranno via legato».

Una manifestazione di vanità è la *parresia* (nel suo senso peggiorativo), la disinvoltura eccessiva, gli strani modi di fare con la gente.

Alla vanità bisogna opporre il *tò apsephiston*, espressione intraducibile e complessa. Consiste nel non attribuirsi, reclamare dagli altri una qualche priorità o distinzione, nell'acconsentire a essere nulla, nel «rinnegare se stessi», e presuppone quindi l'esser pervenuti alla «scienza», alla contemplazione dei veri valori.

L'orgoglio

Per le Scritture l'orgoglio è soprattutto il vizio dei pagani tentati di opporsi a Dio, come è espresso nelle parole di Oloferne: «Chi è Dio, se non Nabucodonosor? » (Gdt 6,2). La dimenticanza di Dio si manifesta già nella vanagloria, e alcuni la considerano infatti una forma meno grave dell'orgoglio. La maggioranza degli Orientali conserva, tuttavia, la distinzione evagriana, fondata sulla diversità degli oggetti per i quali si cerca la stima dell'uomo: possono essere infatti «vanità» (bei capelli, una bella voce, ecc.) che non hanno alcun valore o, al contrario, doni divini della grazia, della santità, per i quali ci si rifiuta, in questi casi, di «riconoscere l'aiuto di Dio».

«Il demone d'orgoglio ha due tattiche - dice Massimo il Confessore - o suggerisce al monaco di attribuire a se stesso le buone opere... oppure... gli ispira disprezzo per i suoi fratelli ancora imperfetti». E' dunque la tentazione dei perfetti. Gli Apoftegmi mostrano uomini che, dopo una lunga ascesi, sono caduti nell'*ékstasis phrenòn*, la follia frutto dell'orgoglio.

L'orgoglio è il più grande di tutti i peccati, spiega Origene, è il principale peccato del diavolo e, secondo Giovanni Crisostomo, è «la radice, la fonte, il padre del peccato». Sopravviene alla fine, «quando le passioni sonnacchiano», quando sono stati dominati, in qualche



modo, i sette vizi precedenti.

Si può vincere l'orgoglio attribuendo a Dio le proprie buone azioni e, in generale, con l'umiltà: «Il diavolo infatti può imitare tutte le buone azioni che sembriamo fare, ma in fatto di amore e di umiltà egli è autenticamente vinto»

La bestemmia (blasphemia), poiché è l'inverso della lode che l'uomo deve a Dio, è il segno per eccellenza dell'orgoglio. Gli autori richiamaano l'attenzione anche sulla violenza e subitanità di questo demone, che si oppone alla preghiera.

La radice di tutti i «logismòì»: la filautia

Gregorio il Grande parla dell'orgoglio come della radice dei vizi; per Evagrio «il primo dei (cattivi) pensieri è quello della filautia (philautia); da esso vengono gli altri otto». Questa è la dottrina comune dei Padri orientali.

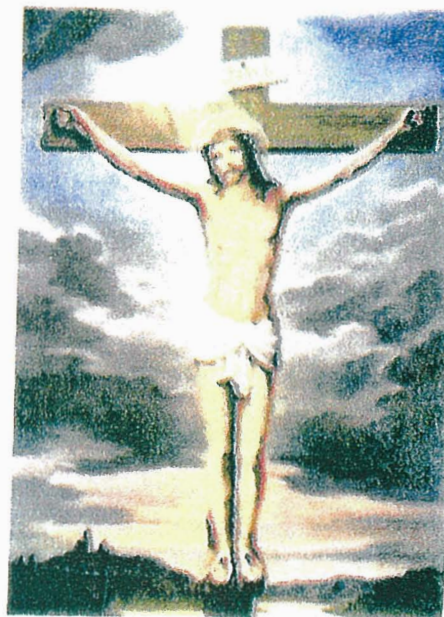
Etimologicamente filautia è l'amore di sé. «L'uomo è per natura amico di se stesso, è legittimo che sia così», dice Platone. Egli nota tuttavia che «di fatto... questo grande amore per se stesso diventa per ciascuno la causa di tutti i passi falsi», Aristotele distingue fra la filautia dell'uomo nobile, che ambisce per sé la virtù, e quella dell'uomo vile, che desidera i beni materiali e i piaceri sensuali.

Per Filone filautia equivale a empietà, e la parola assume sempre più un senso peggiorativo (cfr. 1Tm 3,2). Massimo il Confessore è giustamente considerato il grande dottore della filautia. La definisce come «passione verso il corpo», «tenerezza irragionevole per il corpo». L'opzione fondamentale tra lo spirito e i piaceri dei sensi è, nel suo sistema morale, l'opzione tra la felicità e il piacere. Il philautos è «amico di sé contro se stesso». Si passa dalla filautia alla ricerca del piacere sensibile, e così, attraverso tutti i vizi, si arriva all'orgoglio.

La volontà propria

Come la filautia, la «volontà propria», il thélema idion, la volontà carnale, tò thélema sarkikòn, kaòn, poneròn, idia synesis, idia kardìa, è un desiderio contrario alla vera natura dell'uomo. Pochi autori nella storia della spiritualità cristiana hanno segnalato con tanta insistenza il pericolo della volontà propria come ha fatto Doroteo di Gaza. Doroteo insiste sulla necessità di abbattere questo «muro di bronzo tra l'uomo e Dio», questo «macigno che respinge», e ce ne dà la descrizione. Essa non è la facoltà del volere né, propriamente parlando, un atto di volontà opposto, come in Clemente d'Alessandria, alla concupiscenza, è invece il movimento appassionato che segue il logismòs, che tiene dietro al pensiero cattivo. E un'inclinazione, la prospàtheia, il desiderio che sorge immediatamente dopo la rappresentazione.

20





Alla volontà propria, primo motore, si aggiunge il dikaioma, la «pretesa di giustizia», la «giustificazione di sé». Invece di stroncare questa attrattiva che segue il logismòs, colui che «fa la propria volontà» trova una conferma, un sostegno, in qualche versetto della Scrittura, in qualche sentenza dei Padri, il che gli fa sembrare di essere sulla via giusta.

Il dikaioma viene allora accompagnato dalla monotonia o ostinazione. «Se la pretesa di giustizia presta il suo appoggio alla volontà, finisce male per l'uomo».

Tratto da: Thomas Spidlik, *LA SPIRITUALITA' DELL'ORIENTE CRISTIANO - MANUALE SISTEMATICO*, ed. San Paolo, a cui si rimanda per le note e l'approfondimento.



IL COMBATTIMENTO SPIRITUALE

“Non riceve la corona se non chi ha combattuto secondo le regole”
(2Tm 2,5).

AL SUPREMO CAPITANO
E GLORIOSISSIMO TRIONFATORE
GESÙ CRISTO
FIGLIUOLO DI MARIA

Poiché sempre piacquero e piacciono tuttora a vostra Maestà i sacrifici e le offerte di noi mortali quando da puro cuore vengono offerti a gloria vostra, io presento questo trattatello del *Combattimento spirituale* dedicandolo alla divina vostra Maestà. Né mi tiro indietro perché questo trattato è piccolo: infatti ben si sa che voi solo siete quell'alto Signore che si diletta delle cose umili e disprezza le vanità e le pretese del mondo. E come potevo io senza biasimo e senza danno dedicarlo ad altra persona che alla vostra Maestà, Re del cielo e della terra? Quanto insegna questo trattatello tutto è dottrina vostra, avendoci voi insegnato che, *non confidando più in noi stessi, confidiamo in voi, combattiamo e preghiamo*.

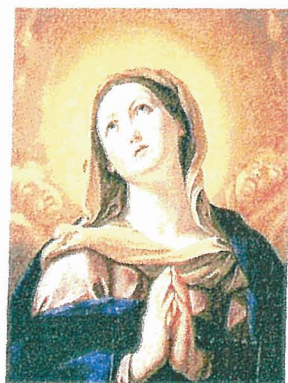
Inoltre se ogni combattimento ha bisogno di un capo esperto che guidi la battaglia e animi i soldati, i quali tanto più generosamente combattono quanto più militano sotto un invincibile capitano, non ne avrà forse bisogno questo *Combattimento spirituale*? Voi dunque eleggemmo, Gesù Cristo (noi tutti che già siamo risolti a combattere e a vincere qualunque nemico), per nostro Capitano: voi che avete vinto il mondo, il principe delle tenebre, e con le piaghe e la morte della vostra sacratissima carne avete vinto la carne di tutti quelli che hanno combattuto e combatteranno generosamente.

Quando io, Signore, ordinavo questo *Combattimento*, avevo sempre nella mente quel detto: “*Non siamo nemmeno capaci di pensare qualcosa come proveniente da noi*” (2Cor 3,5). Se senza di voi e senza il vostro aiuto non possiamo avere pensieri che siano buoni, come potremo da soli combattere contro tanti potentissimi nemici ed evitare tante innumerevoli e nascoste insidie?

Vostro è, Signore, da tutte le parti questo *Combattimento*, perché, come ho detto, vostra è la dottrina e vostri sono tutti i soldati spirituali, tra i quali siamo noi Chierici Regolatori Teatini: perciò, tutti chini ai piedi della vostra altissima Maestà, vi preghiamo di accettare questo *Combattimento* muovendoci e animandoci sempre con la vostra grazia attuale a combattere molto più generosamente: perché noi non dubitiamo affatto che, combattendo voi in noi, vinceremo a gloria vostra e della vostra santissima Madre Maria Vergine.

Umilissimo servo comprato con il vostro Sangue
DON LORENZO SCUPOLI Chierico Regolare

“Voi oggi siete prossimi
a dar battaglia ai vostri nemici;
il vostro cuore non venga meno;
non temete, non vi smarrite
e non vi spaventate dinanzi a loro,
perché il Signore vostro Dio cammina con voi
per combattere per voi
contro i vostri nemici e per salvarvi”
(Dt 20,3-4)



CAPITOLO I

In che consista la perfezione cristiana.

Per acquistarla bisogna combattere.

Quattro cose necessarie per questa battaglia

Volendo tu, figliuola in Cristo amatissima, conseguire l'altezza della perfezione e, accostandoti al tuo Dio, diventare uno stesso spirito con lui (cfr. 1Cor 6,17), dal momento che questa è la maggiore e la più nobile impresa che si possa dire o immaginare, devi prima conoscere in che cosa consista la vera e perfetta vita spirituale.

Molti infatti, senza troppo riflettere, l'hanno posta nel rigore della vita, nella macerazione della carne, nei cilizi, nei flagelli, nelle lunghe veglie, nei digiuni e in altre simili asprezze e fatiche corporali.

Altri, e particolarmente le donne, credono di aver fatto molto cammino se dicono molte preghiere vocali; se partecipano a parecchie messe e a lunghe salmodie; se frequentemente vanno in chiesa e si ritemprano al banchetto eucaristico.

Molti altri (tra cui talvolta se ne ritrova qualcuno che, vestito dell'abito religioso, vive nei chiostri) si sono persuasi

che la perfezione dipenda del tutto dal frequentare il coro, dal silenzio, dalla solitudine e dalla regolata disciplina: e così chi in queste e chi in altre simili azioni ritiene che sia fondata la perfezione.

Il che però non è così! Siccome dette azioni sono ora mezzo per acquistare spirito e ora frutto di spirito, così non si può dire che in esse solo consistano la perfezione cristiana e il vero spirito.

Sono senza dubbio mezzo potentissimo per acquistare spirito per quelli che bene e discretamente le usano, per prendere vigore e forza contro la propria malizia e fragilità; per armarsi contro gli assalti e gli inganni dei nostri comuni nemici; per provvedersi di quegli aiuti spirituali che sono necessari a tutti i servi di Dio e massimamente ai principianti.

Sono poi frutto di spirito nelle persone veramente spirituali, le quali castigano il corpo perché ha offeso il suo Creatore e per tenerlo sottomesso e umile nel suo servizio; tacciono e vivono solitarie per fuggire qualunque minima offesa del Signore e per conversare nei cieli (cfr. Fil 3,20 Volgata); attendono al culto divino e alle opere di pietà; pregano e meditano la vita e la passione di nostro Signore non per curiosità e gusti sensibili, ma per conoscere ancora di più la propria malizia e la bontà misericordiosa di Dio, onde infiammarsi sempre più nell'amore divino e nell'odio di se stesse, seguendo con la loro abnegazione e la croce in spalla il Figliuolo di Dio; frequentano i santissimi sacramenti a gloria di sua divina Maestà, per congiungersi più strettamente con Dio e per prendere nuova forza contro i nemici.

Ma ad altri poi che pongono nelle suddette opere esteriori tutto il loro fondamento, possono, non per difetto delle cose in sé (che sono tutte santissime) ma per difetto di chi le usa, porgere talvolta occasione di rovina più che i peccati fatti apertamente. Mentre sono intenti solo in esse, abbandonano il cuore in mano alle inclinazioni e al demonio occulto, il quale, vedendo che questi già sono fuori del retto sentiero, li lascia non solamente continuare con diletto nei suddetti esercizi ma anche spaziare secondo il loro vano pensiero per le delizie del paradiso, dove si persuadono di essere sollevati tra i cori angelici e di sentire Dio dentro di sé. Questi si trovano talora tutti assorti in certe meditazioni piene di alti, curiosi e dilettevoli punti e, quasi dimentichi del mondo e delle creature, par loro di essere rapiti al terzo cielo.

Ma in quanti errori si trovino questi avviluppati e quanto siano lontani da quella perfezione che noi andiamo cercando, facilmente si può comprendere dalla vita e dai loro costumi: infatti questi vogliono in ogni cosa grande e piccola essere preferiti agli altri e avvantaggiati su di loro, sono radicati nella propria opinione e ostinati in ogni loro voglia. Ciechi nei propri, sono invece solleciti e diligenti osservatori e mormoratori dei detti e dei fatti altrui. Se tu li tocchi anche un poco in una certa loro vana reputazione, in cui essi si tengono e si compiacciono di essere tenuti dagli altri, e li levi da quelle devozioni che usano passivamente, si alterano tutti e s'inquietano moltissimo. E se Dio, per ridurli alla vera conoscenza di se stessi e sulla strada della perfezione, manda loro travagli e infermità o permette persecuzioni (che non vengono mai senza sua volontà, così volendo o permettendo, e che sono la pietra di paragone della lealtà dei suoi servi), allora scoprono il loro falso fondo e l'interno corrotto e guasto a causa della superbia.

Infatti in ogni avvenimento, triste o lieto che sia, non vogliono rassegnarsi e umiliarsi sotto la mano divina acquietandosi nei sempre giusti benché segreti giudizi di Dio (cfr. Rm 11,33); né sull'esempio del suo Figliuolo, il quale umiliò se stesso e volle patire (cfr. Fil 2,8), si sottomettono a tutte le creature considerando come cari amici i persecutori, che effettivamente sono strumenti della divina bontà e cooperano alla loro mortificazione, perfezione e salvezza.

Perciò è cosa certa che questi tali sono posti in grave pericolo: avendo l'occhio interno ottenebrato e mirando con quello se medesimi e le azioni esterne che sono buone, si attribuiscono molti gradi di perfezione e così insuperbiti giudicano gli altri: ma per loro non c'è chi li converta, fuorché uno straordinario aiuto di Dio. Per tale motivo assai più agevolmente si converte e si riduce al bene il peccatore pubblico, anziché quello occulto e coperto con il manto delle virtù apparenti.

Tu vedi dunque assai chiaramente, figliuola, che la vita spirituale non consiste nelle suddette cose, come ti ho dichiarato.

Devi sapere che essa non consiste in altro che nella conoscenza della bontà e della grandezza di Dio, e della nostra nullità e inclinazione a ogni male; nell'amore suo e nell'odio di noi stessi; nella sottomissione non solo a lui, ma a ogni creatura per amor suo; nella rinuncia a ogni nostro volere e nella totale rassegnazione al suo divino beneplacito: inoltre essa consiste nel volere e nel fare tutto questo semplicemente per la gloria di Dio, per il solo desiderio di piacere a lui, e perché così egli vuole e merita di essere amato e servito.

Questa è la legge d'amore impressa dalla mano dello stesso Signore nei cuori dei suoi servi fedeli. Questo è il rinnegamento di noi stessi, che da noi ricerca (cfr. Lc 9,23). Questo è il giogo soave e il peso suo leggero (cfr. Mt 11, 30). Questa è l'obbedienza, alla quale con l'esempio e con la parola il nostro Redentore e Maestro ci chiama. E perché, aspirando tu all'altezza di tanta perfezione, devi fare continua violenza a te stessa per espugnare generosamente e annullare tutte le voglie, grandi o piccole che siano, necessariamente conviene che con ogni prontezza d'animo ti prepari a questa battaglia: infatti la corona non si dà se non a quelli che combattono valorosamente.

Siccome tale battaglia è più di ogni altra difficile (poiché combattendo contro di noi, siamo insieme combattuti da noi stessi), così la vittoria ottenuta sarà più gloriosa di ogni altra e più cara a Dio.

Se tu attenderai a calpestare e a dar morte a tutti i tuoi disordinati appetiti, desideri e voglie ancorché minime, renderai maggior piacere e servizio a Dio che se, tenendo alcune di quelle volontariamente vive, ti flagellassi fino al sangue e digiunassi più degli antichi eremiti e anacoreti o convertissi al bene migliaia di anime.

Sebbene il Signore in sé gradisca più la conversione delle anime che la mortificazione di una voglietta, nondimeno tu non devi volere né operare altro se non quello che il medesimo Signore da te rigorosamente ricerca e vuole. Ed egli senza alcun dubbio si compiace di più che tu ti affatichi e attenda a mortificare le tue passioni che se tu, lasciandone anche una avvedutamente e volontariamente viva in te, lo servissi in qualunque cosa sia pure grande e di maggior importanza.

Ora che tu vedi, figliuola, in che consiste la perfezione cristiana e che per acquistarla devi intraprendere una continua e asprissima guerra contro te stessa, c'è bisogno che ti provveda di quattro cose, come di armi sicurissime e necessarissime, per riportare la palma e restare vincitrice in questa spirituale battaglia. Queste sono: la *diffidenza di noi stessi*, la *confidenza in Dio*, *l'esercizio* e *l'orazione*. Di tutte tratteremo con l'aiuto divino e con facile brevità.

CAPITOLO II

La diffidenza di noi stessi

La *diffidenza* di te stessa, figliuola, ti è talmente necessaria in questo combattimento che senza questa devi tenere per certo che non solamente non potrai conseguire la vittoria desiderata, ma neppure superare una ben piccola tua passioncella. E ciò ti s'imprima bene nella mente, perché noi siamo purtroppo facili e inclinati dalla natura corrotta verso una falsa stima di noi stessi: essendo veramente non altro che un bel nulla, ci convinciamo tuttavia di valere qualche cosa; e senza alcun fondamento, vanamente presumiamo delle nostre forze. Questo è difetto assai difficile a conoscersi e dispiace molto agli occhi di Dio, che ama e vuole in noi una leale cognizione di questa certissima verità che ogni grazia e virtù derivano in noi da lui solo, fonte di ogni bene; e che da noi non può venire nessuna cosa, neppure un buon pensiero che gli sia gradito (cfr. 2Cor 3,5).

E benché questa tanto importante diffidenza sia ben anche opera della sua divina mano che suole darla ai suoi cari amici ora con sante ispirazioni, ora con aspri flagelli e con violente e quasi insuperabili tentazioni, e con altri mezzi non intesi da noi medesimi, tuttavia, volendo egli che anche da parte nostra si faccia quello che tocca a noi, ti propongo quattro modi con i quali, aiutata principalmente dal supremo favore, tu possa conseguire tale diffidenza. Il primo è che tu consideri e conosca la tua viltà e nullità e che da te non puoi fare alcun bene per il quale meriti di entrare nel regno dei cieli.

Il secondo è che con ferventi e umili preghiere la domandi spesso al Signore, poiché è dono suo. E per ottenerla prima ti devi mirare non solo priva di essa, ma del tutto impotente ad acquistarla da te. Così presentandoti più volte davanti alla divina Maestà con una fede certa che per sua bontà sia per concedertela, e aspettandola con perseveranza per tutto quel tempo disposto dalla sua provvidenza, non vi è dubbio che l'otterrai.

Il terzo modo è che ti abitui a temere te stessa, il tuo giudizio, la forte inclinazione al peccato, gli innumerevoli nemici ai quali non hai forza di fare una minima resistenza; la loro esperienza nel combattere, gli stratagemmi, le loro trasfigurazioni in angeli di luce; le innumerevoli arti e i tranelli, che nella via stessa della virtù nascostamente ci tendono.

Il quarto modo è che quando ti avviene di cadere in qualche difetto, allora tu penetri più dentro e più vivamente nella considerazione della tua somma debolezza: infatti per questo fine Dio ha permesso la tua caduta, affinché, avvisata dall'ispirazione con più chiaro lume di prima, conoscendoti bene impari a disprezzare te stessa come cosa purtroppo vile e per tale tu voglia anche dagli altri essere tenuta e parimenti disprezzata. Sappi che senza questa volontà non vi può essere virtuosa diffidenza, la quale ha il suo fondamento nell'umiltà vera e nella cognizione sperimentale.

Chiara è questa cosa: a ognuno che vuol congiungersi con la luce suprema e con la verità increata è necessaria la conoscenza di se stesso, che la divina clemenza dà ordinariamente ai superbi e ai presuntuosi attraverso le cadute: essa li lascia giustamente incorrere in qualche mancanza dalla quale si persuadono di potersi difendere, affinché, venendosi così a conoscere, apprendano a diffidare in tutto di se medesimi.

Il Signore, però, non è solito servirsi di questo mezzo così miserabile se non quando gli altri più benigni, che abbiamo detto sopra, non hanno portato quel giovamento inteso dalla sua divina bontà. Essa permette che l'uomo cada più o meno tanto quanto maggiore o minore è la sua superbia e la propria reputazione; in maniera che dove non si ritrovasse la pur minima presunzione, come fu in Maria Vergine, similmente non vi sarebbe nemmeno la pur minima caduta. Dunque quando cadi, corri subito col pensiero all'umile conoscenza di te stessa e con preghiera insistente (cfr. Lc 11,5-13) domanda al Signore che ti doni il vero lume per conoscerti e la totale diffidenza di te stessa, se non vorrai cadere di nuovo e talvolta in più grave rovina.

CAPITOLO III

La confidenza in Dio

Benché in questa battaglia, come abbiamo detto, sia tanto necessaria la diffidenza di sé, tuttavia, se l'avremo sola, o ci daremo alla fuga o resteremo vinti e superati dai nemici; e perciò oltre a questa ti occorre ancora la totale *confidenza* in Dio, da lui solo sperando e aspettando qualunque bene, aiuto e vittoria. Perché siccome da noi, che siamo niente, non ci è lecito prometterci altro che cadute, onde dobbiamo diffidare del tutto di noi medesimi, così grazie a nostro Signore conseguiremo sicuramente ogni gran vittoria purché, per ottenere il suo aiuto, armiamo il nostro cuore di una viva confidenza in lui. E questa parimenti in quattro modi si può conseguire.

Primo: col domandarla a Dio.

Secondo: col considerare e vedere con l'occhio della fede l'onnipotenza e la sapienza infinita di Dio, al quale niente è impossibile (cfr. Lc 1,37) né difficile; e che essendo la sua bontà senza misura, con indicibile amore sta pronto e preparato a dare di ora in ora e di momento in momento tutto quello che ci occorre per la vita spirituale e la totale vittoria su noi stessi, se ci gettiamo con confidenza nelle sue braccia. E come sarà possibile che il nostro Pastore divino, il quale trentatré anni ha corso dietro alla pecorella smarrita con grida tanto forti da diventarne rauco e per via tanto faticosa e spinosa da spargervi tutto il sangue e lasciarvi la vita, ora che questa pecorella va dietro a lui con l'obbedienza ai suoi comandamenti oppure con il desiderio benché alle volte fiacco di obbedirgli, chiamandolo e pregandolo, come sarà possibile che egli non volga ad essa quei suoi occhi vivificanti, non l'oda e non se la metta sulle divine spalle facendone festa con tutti i suoi vicini e con gli angeli del cielo? Che se nostro Signore non lascia di cercare con grande diligenza e amore e di trovare nella dramma evangelica il cieco e muto peccatore, come sarà possibile che abbandoni colui che come smarrita pecorella grida e chiama a suo Pastore? E chi crederà mai che Dio, il quale batte di continuo al cuore dell'uomo per il desiderio di entrarvi e cenarvi comunicandogli i suoi doni, faccia egli davvero il sordo e non vi voglia entrare qualora l'uomo apra il cuore e lo inviti (cfr. Ap 3,20)?

Il terzo modo per acquistare questa santa confidenza è il ricorrere con la memoria alla verità della sacra Scrittura, la quale in tanti luoghi ci mostra chiaramente che non restò mai confuso colui che confidò in Dio.

Il quarto modo, che servirà per conseguire insieme la diffidenza di te stessa e la confidenza in Dio, è questo: quando ti capita qualcosa da fare e di intraprendere qualche battaglia e vincere te stessa, prima che ti proponga o ti risolva di volerla fare rivolgiti con il pensiero alla tua debolezza e, diffidando completamente, volgiti poi alla potenza, alla sapienza e alla bontà divina. E in queste confidando, delibera di operare e di combattere generosamente; ma come nel suo luogo dirò, combatti e opera poi con queste armi in pugno e con l'orazione. E se non osserverai quest'ordine, anche se ti parrà di fare ogni cosa nella confidenza in Dio, ti troverai in gran parte ingannata: infatti è tanto sottile e tanto propria all'uomo la presunzione di se medesimo, che subdolamente quasi sempre vive nella diffidenza che ci pare di avere di noi stessi e nella confidenza che stimiamo di avere in Dio.

Perché tu fugga quanto più sia possibile la presunzione e operi con la diffidenza di te stessa e con la confidenza in Dio, fa in maniera che la considerazione della tua debolezza preceda la considerazione dell'onnipotenza di Dio e ambedue precedano le nostre opere.

CAPITOLO IV

Come possa conoscersi se l'uomo opera con la diffidenza di sé e con la confidenza in Dio

Alle volte pare assai al servo presuntuoso d'aver ottenuto la diffidenza di sé e la confidenza in Dio, ma non sarà così. E di ciò ti darà chiarezza l'effetto che produrrà in te la caduta.

Se tu dunque, quando cadi, t'inquieti, ti rattristi e ti senti chiamare a un certo che di disperazione di poter andare più innanzi e di far bene, è segno certo che tu confidavi in te e non in Dio. E se molta sarà la tristezza e la disperazione, molto tu confidavi in te e poco in Dio: infatti colui che in gran parte diffida di se stesso e confida in Dio, quando cade non si meraviglia, non si rattrista né si rammarica conoscendo che ciò gli capita per sua debolezza e poca confidenza in Dio. Anzi più diffida di sé, assai più umilmente confida in Dio; e avendo in odio sopra ogni cosa il difetto e le passioni disordinate, causa della caduta, con un dolore grande, quieto e pacifico per l'offesa di Dio, segue poi l'impresa e perseguita i suoi nemici fino alla morte con maggior animo e risoluzione.

Queste cose vorrei che fossero ben considerate da certe persone che si dicono spirituali. Quando esse sono incorse in qualche difetto, non possono né vogliono darsi pace; e alle volte, più per liberarsi dall'ansietà e dall'inquietudine dovute all'amor proprio che per altro, non vedono l'ora di andare a trovare il padre spirituale, dal quale dovrebbero andare principalmente per lavarsi dalla macchia del peccato e prendere forza contro di esso con il santissimo sacramento dell'eucaristia.

CAPITOLO V

Un errore di molti, dai quali la pusillanimità è tenuta per virtù

In questo ancora si ingannano molti, i quali attribuiscono a virtù la pusillanimità e l'inquietudine che seguono dopo il peccato, perché sono accompagnate da qualche dispiacere: ma essi non sanno che nascono da occulta superbia e presunzione fondate sulla confidenza in se stessi e nelle proprie forze nelle quali, perché si stimavano qualche cosa, avevano eccessivamente confidato. Costoro, scorgendo dalla prova della caduta di sbagliare, si turbano e si meravigliano come di cosa strana e diventano pusillanimi, vedendo caduto per terra quel sostegno in cui vanamente avevano riposto la loro confidenza.

Questo non accade all'umile, il quale, confidando nel suo solo Dio e in niente presumendo di sé, quando incorre in qualsiasi colpa, pur sentendone dolore, non se ne inquieta o se ne meraviglia: egli sa che tutto ciò gli avviene per sua miseria e propria debolezza da lui molto ben conosciute con lume di verità.

CAPITOLO VI

Altri avvisi, perché acquistiamo la diffidenza di noi stessi e la confidenza in Dio

Poiché tutta la forza di vincere i nostri nemici nasce principalmente dalla diffidenza di noi stessi e dalla confidenza in Dio, di nuovo ti provvedo di avvisi perché tu le consegua con il divino aiuto.

Devi sapere dunque e tenere per cosa certa che né tutti i doni, o naturali o acquisiti che siano, né tutte le grazie gratis date, né la conoscenza di tutta la Scrittura, né l'aver lungamente servito Dio e fatto in questo l'abitudine ci faranno compiere la sua volontà, se in qualunque opera buona e accetta agli occhi suoi che dobbiamo fare, e in qualunque tentazione che dobbiamo vincere, e in qualunque pericolo che dobbiamo fuggire, e in qualunque croce che dobbiamo portare secondo la sua volontà, se, dico, non è aiutato ed elevato il cuor nostro dal particolare aiuto di Dio, e anzi Dio stesso non ci tenda anche la mano per fare tutto questo. Dunque dobbiamo in tutta la nostra vita, in tutti i giorni, in tutte le ore e in tutti i momenti aver presente questa verità: che così per nessuna via o progetto potremo mai confidare in noi stessi.

Per quanto poi riguarda la confidenza in Dio, sappi che per lui non c'è niente di più facile che vincere i pochi come i molti nemici, i vecchi ed esperti come i fiacchi e inesperti. Perciò, sebbene un'anima sia carica di peccati, abbia tutti i difetti del mondo, anzi sia difettosa quanto mai si possa immaginare; benché abbia tentato quanto si voglia, usato qualunque mezzo e fatto qualunque esercizio per lasciare il peccato e operare il bene; benché non abbia mai potuto acquistare un minimo di bene, anzi sia precipitata più pesantemente nel male: con tutto ciò non deve mancare di confidare in Dio né deve mai lasciare le armi e gli esercizi spirituali, ma combattere sempre generosamente in quanto bisogna sapere che in questa battaglia spirituale non perde chi non smette di combattere e di confidare in Dio, il cui aiuto non manca mai ai suoi soldati anche se a volte permette che siano feriti. Si combatta pure, perché qui è tutto! La medicina per le ferite è pronta ed efficace per i soldati, che con confidenza cercano Dio e il suo aiuto; e quando meno ci pensano, i nemici si troveranno morti.

CAPITOLO VII

L'esercizio.

E in primo luogo l'esercizio dell'intelletto, che va guardato dall'ignoranza e dalla curiosità

Se la diffidenza di noi e la confidenza in Dio tanto necessarie in questa battaglia saranno sole, non solamente non avremo vittoria su noi stessi, ma precipiteremo in molti mali. Perciò, oltre a queste, ci è necessario *l'esercizio*, che è la terza cosa proposta sopra. Questo esercizio si deve fare principalmente con l'intelletto e con la volontà. Quanto all'intelletto deve essere da noi guardato da due cose che sogliono combatterlo.

L'una è l'ignoranza, che lo oscura e gli impedisce la conoscenza del vero, che è il suo oggetto proprio. Perciò con l'esercizio lo si deve rendere lucido e chiaro, perché possa vedere e discernere bene quanto ci è necessario per purificare l'anima dalle passioni disordinate e ornarla delle sante virtù. Questo lume in due modi si può ottenere. Il primo e più importante è l'orazione, pregando lo Spirito Santo che si degni infonderlo nei nostri cuori. Questo lo farà sempre, se in verità cercheremo Dio solo; se cercheremo di fare la sua santa volontà e se sottoporremo ogni cosa insieme al nostro giudizio alla decisione del padre spirituale.

L'altro modo è un continuo esercizio di profonda e leale considerazione delle cose per vedere come siano, se buone o cattive: e ciò secondo come insegna lo Spirito Santo e non come appaiono all'esterno, si rappresentano ai sensi e giudica il mondo.

Questa considerazione, fatta come si conviene, ci fa chiaramente conoscere che si debbono avere per nulla, per vanità e bugia tutte quelle cose che il cieco e corrotto mondo ama e desidera, e che con vari modi e mezzi si va procurando; che gli onori e i piaceri terreni non sono altro che vanità e afflizione di spirito; che le ingiurie e le infamie, che il mondo ci dà, portano vera gloria e le tribolazioni quiete; che perdonare i nemici e fare loro del bene è magnanimità e una delle maggiori somiglianze con Dio; che vale più il disprezzo del mondo che l'esserne padrone; che l'obbedire volentieri per amore di Dio alle più vili creature è cosa più magnanima e generosa del comandare ai grandi principi; che l'umile conoscenza di noi stessi si deve apprezzare più dell'altezza di tutte le scienze; che il vincere e mortificare i propri appetiti, per piccoli che siano, merita maggior lode che l'espugnare molte città (cfr. Pro 16,32), superare potenti eserciti con le armi in mano, fare miracoli e risuscitare i morti.

CAPITOLO VIII

Le cause per cui non discerniamo rettamente le cose.

Il metodo che si deve usare per conoscerle bene

La causa per cui non discerniamo rettamente tutte le cose suddette insieme a molte altre è che al primo loro apparire vi attacchiamo o l'amore o l'odio. Da questi oscurato, l'intelletto non le giudica con rettitudine per quelle che sono.

Tu, perché in te non trovi luogo questo inganno, sii accorta nel tenere sempre quanto più puoi la tua volontà purificata e libera dall'affetto disordinato a qualunque cosa. E quando ti viene posto innanzi qualunque oggetto, osservalo bene con l'intelletto e consideralo con maturità prima che da odio, se si tratta di cosa contraria alle nostre naturali inclinazioni, o da amore, se ti apporta diletto, tu sia mossa a volerlo oppure a rifiutarlo. Perché allora l'intelletto, non essendo ingombrato da passione, è libero e chiaro; può conoscere il vero e penetrare dentro al male, che è nascosto sotto il falso piacere, e al bene coperto dall'apparenza del male.

Ma se la volontà si è prima inclinata ad amare la cosa o l'ha presa in abborrimento, l'intelletto non la può ben conoscere, perché quell'affetto, che si è interposto, lo offusca in modo da fargliela stimare diversamente da quella

che è, e per tale rappresentandola alla volontà, essa si muove più ardentemente di prima ad amarla oppure a odiarla contro ogni ordine e legge di ragione. Da tale affetto viene a essere oscurato maggiormente l'intelletto e, così oscurato, fa di nuovo sembrare alla volontà la cosa più che mai amabile o odiosa. Perciò, se non si osserva la regola che ho detto (il che in tutto questo esercizio è di somma importanza), queste due potenze tanto nobili ed eccellenti, intelletto e volontà, vengono miseramente a camminare sempre, come in un vortice, di tenebre in più folte tenebre e di errore in errore maggiore.

Guardati dunque, figliuola, con ogni vigilanza da ogni non bene ordinato affetto a qualsiasi cosa, che prima non sia da te ben esaminata e riconosciuta per quella che è veramente con il lume dell'intelletto, e principalmente con quello della grazia e dell'orazione e con il giudizio del tuo padre spirituale. Il che intendo che tu debba osservare, talora più che nelle altre cose, in alcune opere esteriori che sono buone e sante, perché in queste, per essere tali, vi è più che in quelle pericolo di inganno e di indiscrezione da parte nostra. Onde per qualche circostanza di tempo, di luogo e di misura, o per rispetto dell'obbedienza, alcune volte ti potrebbero recare non piccolo danno, come di molti si sa che nei lodevoli e santissimi esercizi hanno corso pericolo.

CAPITOLO IX

Un'altra cosa da cui si deve guardare l'intelletto perché possa discernere bene

L'altra cosa da cui dobbiamo difendere l'intelletto è la curiosità perché, riempiendolo noi di pensieri nocivi, vani e impertinenti, lo rendiamo inabile e incapace di apprendere ciò che più appartiene alla nostra vera mortificazione e perfezione. Per cui tu devi essere come morta in tutto a ogni investigazione delle cose terrene non necessarie, sebbene lecite.

Restringi sempre il tuo intelletto quanto puoi e ama di farlo stolto. Le novità e le vicissitudini del mondo, piccole e grandi, per te siano appunto come se non fossero; e se ti sono offerte, opponiti loro e scacciale lontano da te. Nel desiderio di intendere le cose celestiali fa' in modo da essere sobria e umile, non volendo sapere altro che Cristo crocifisso (cfr. 1 Cor 2,2; Gal 6,14; 1 Cor 1,23), la vita e la morte sua e quanto da te domanda. Allontana da te tutto il resto e farai cosa molto gradita a Dio, il quale considera suoi cari e dilette coloro che desiderano da lui e cercano quelle cose che bastano per amare la sua divina bontà e per fare la sua volontà. Ogni altra domanda e ricerca è amor proprio, superbia e inganno del demonio.

Se tu seguirai queste norme potrai sfuggire a molte insidie perché, vedendo l'astuto serpente che in quelli che attendono alla vita spirituale la volontà è gagliarda e forte, tenta di abbattere il loro intelletto per farsi così padrone di questo e di quella. Onde è solito molte volte dar loro sentimenti alti, vivi e stravaganti; e li concede massimamente alle persone acute e di grande ingegno e che sono facili a montare in superbia perché, occupate nel diletto e nella meditazione di quei punti nei quali falsamente si persuadono di godere Dio, si dimentichino di purificare il cuore e di attendere alla conoscenza di se stessi e alla vera mortificazione. Irretiti così nel laccio della superbia, si fanno un idolo del proprio intelletto. Da questo ne segue che a poco a poco, senza accorgersene, si convincono di non avere bisogno del consiglio e ammaestramento altrui, essendo già abituati a ricorrere in ogni evenienza all'idolo del proprio giudizio.

Questa è cosa di grave pericolo e molto difficile a curarsi, perché è più pericolosa la superbia dell'intelletto che della volontà: essendo la superbia della volontà manifesta al proprio intelletto, facilmente un giorno potrà curarla obbedendo a chi deve. Ma chi ha ferma opinione che il suo parere sia migliore di quello di altri, da chi e come potrà essere sanato? Come si sottoporrà al giudizio di altri, che non ritiene tanto buono quanto il suo proprio? Se l'occhio dell'anima, che è l'intelletto, con cui si doveva conoscere e purificare la piaga della superba volontà è infermo, cieco e pieno della stessa superbia, chi lo potrà curare? E se la luce diventa tenebre e la regola fallisce, che ne sarà del resto?

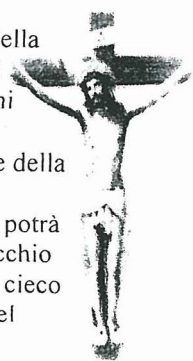
Perciò tu opponiti per tempo a così pericolosa superbia, prima che ti penetri nelle midolla delle ossa. Rintuzza l'acutezza del tuo intelletto: sottoponi facilmente il tuo parere a quello altrui; diventa pazzo per amore di Dio e sarai più saggio di Salomone.

CAPITOLO X

L'esercizio della volontà è il fine al quale si devono indirizzare tutte le azioni interiori ed esteriori

Oltre all'esercizio che tu devi fare intorno all'intelletto, ti è necessario regolare talmente la tua volontà che, non lasciandola nei suoi desideri, si renda in tutto conforme al beneplacito divino. E avverti bene che non ti deve bastare soltanto il volere e il procurare le cose che a Dio sono più gradite, ma devi anche volerle e compierle come mossa da lui e solamente allo scopo di piacergli. In questo abbiamo pure, più che nel suddetto, contrasto grande con la natura: essa è talmente inclinata verso se stessa che in tutte le cose, anche nelle buone e nelle spirituali (talora più che nelle altre) cerca il proprio comodo e diletto. In questi si va trattenendo e di quelle, come di cibo per niente sospetto, si va avidamente pascendo.

Infatti quando ci sono offerte, subito le adocchiamo e le vogliamo, non come mossi dalla volontà di Dio né allo scopo di piacere solamente a lui, ma per quel bene e diletto che derivano dal volere le cose volute da Dio. Questo inganno è tanto più occulto, quanto la cosa voluta è per se stessa migliore. Onde persino nel desiderare lo stesso Dio vi sogliono essere degli inganni dell'amor proprio, perché si mira spesso più al nostro interesse e al bene che ne



aspettiamo che alla volontà di Dio, il quale per sua sola gloria si compiace e vuole da noi essere amato, desiderato e obbedito.

Per guardarti da quest'insidia, che ti impedirebbe il cammino della perfezione, e per abituarti a volere e a fare tutto come mossa da Dio e con pura intenzione di onorare e di compiacere lui solo (il quale vuole essere unico principio e fine di ogni nostra azione e di ogni nostro pensiero), seguirai questa via. Quando ti si offre qualcosa voluta da Dio, non inclinare la volontà a volerla se prima non innalzi la mente a Dio per vedere che è volontà sua che tu la voglia e perché egli così vuole, e per piacere solamente a lui. Così mossa e attirata da questa volontà, la tua si pieghi poi a volere quella cosa come voluta da Dio e per suo solo beneplacito e onore. Parimenti volendo tu rifiutare le cose non volute da Dio, non rifiutarle se prima non fissi lo sguardo dell'intelletto nella sua divina volontà, la quale vuole che tu le rifiuti per piacergli.

Ma devi sapere che le frodi della sottile natura sono poco conosciute: essa, cercando sempre occultamente se medesima, molte volte fa sembrare che in noi vi siano il detto motivo e il fine di piacere a Dio, e non è così. Onde spesso avviene che quello che si vuole o non si vuole per nostro interesse, pare a noi di volerlo o non volerlo per piacere o non piacere a Dio. Per fuggire da questo inganno il rimedio proprio e intrinseco sarebbe la purezza del cuore, la quale consiste nello spogliarsi dell'uomo vecchio e nel vestirsi del nuovo (cfr. Col 3,9-10; Ef 4,22-23): a tal fine si indirizza tutto questo *Combattimento*.

Tuttavia per predisporti come si deve, poiché sei piena di te stessa, dal principio delle tue azioni sta' attenta a spogliarti quanto puoi di ogni mistura dove tu possa stimare che vi sia del tuo, e non volere né fare né rifiutare cosa alcuna, se prima non ti senti muovere e tirare dal puro e semplice volere di Dio. Se in tutte le azioni, e particolarmente in quelle interiori dell'anima e in quelle esteriori che passano presto, non potrai così sempre in atto sentire questo motivo, contentati di averlo virtualmente in ciascuna, tenendo sempre vera intenzione di piacere in tutto al tuo solo Dio.

Ma nelle azioni che continuano qualche spazio di tempo, non solamente nel principio è bene che tu ecciti in te questo motivo, ma devi stare attenta a rinnovarlo spesso e a tenerlo desto fino all'ultimo: altrimenti vi sarebbe pericolo di incappare in un altro tranello pure dell'amor nostro naturale. Essendo questo incline e propenso più verso se stesso che verso Dio, molte volte con intervallo di tempo suole farci inavvertitamente cambiare gli oggetti e mutare le intenzioni.

Il servo di Dio, che in ciò non è ben attento, spesso comincia a fare qualche cosa per il solo motivo di piacere al suo Signore; ma poi a poco a poco, quasi senza accorgersene, si va talmente compiacendo in quella con il proprio senso che, scordatosi della divina volontà, si rivolge e si attacca a tal punto al gusto sensibile e all'utile e all'onore che gliene possono venire, che se Dio mette impedimento a quell'azione con qualche infermità o avversità o per mezzo di qualche creatura, egli ne rimane tutto turbato e inquieto e alle volte cade nella mormorazione e di questo e di quello, per non dire talora dello stesso Dio. Segno assai chiaro che l'intenzione sua non era in tutto di Dio, ma nasceva da radice e da fondo guasto e corrotto. Perché chiunque si muove come spinto da Dio e per piacere a lui solo non vuole più l'una che l'altra cosa; ma vuole solamente averla se a Dio piacerà che l'abbia e nel modo e tempo che gli sarà gradito; e avendola o non avendola ne resta ugualmente pacifico e contento, poiché in ogni modo ottiene il suo intento e consegue il fine che altro non era se non il beneplacito di Dio.

Perciò sta' ben raccolta in te stessa e attenta a indirizzare sempre le tue azioni a questo perfetto fine. E se talora (così ricercando la disposizione dell'anima tua) tu ti muovessi a operare il bene allo scopo di fuggire le pene dell'inferno o per la speranza del paradiso, ancora in questo ti puoi proporre per ultimo fine il gradimento e la volontà di Dio: egli si compiace che tu non vada all'inferno, ma che entri nel suo regno.

Non c'è chi possa pienamente conoscere quanta forza ed efficacia abbia questo motivo, poiché una cosa, sia pur bassa o minima quanto si voglia, fatta allo scopo di piacere a Dio solo e per sua gloria, per così dire vale infinitamente più di molte altre di grandissimo pregio e valore che siano fatte senza questo motivo. Pertanto gli è più gradito un solo denaro dato a un poverello per questo solo motivo di far piacere a sua divina Maestà che se con altra intenzione, anche di godere i beni del cielo (che è fine non solo buono ma sommamente desiderabile), qualcuno si privasse di tutti i suoi averi, per copiosi che fossero.

Questo esercizio di fare tutto allo scopo di piacere puramente a Dio sembrerà da principio arduo; ma esso diventerà agevole e facile con la consuetudine, con il desiderare molte volte lo stesso Dio e con l'aspirare a lui con vivi affetti del cuore come a perfettissimo e unico nostro bene, il quale per se stesso merita che tutte le creature lo cerchino, lo servano e lo amino sopra qualunque altra cosa.

Quanto più profondamente e più spesso sarà fatta la considerazione dell'infinito merito di Dio, tanto più ferventi e frequenti saranno gli atti suddetti della volontà; e così con maggior facilità e più presto acquisteremo l'abitudine di fare ogni azione in segno di rispetto e di amore per quel Signore che solo ne è degno.

Infine ti avviso che per conseguire questo divino obiettivo, oltre a quanto ti ho detto, occorre che tu lo domandi a Dio con preghiera insistente e che consideri spesso gli innumerevoli benefici che Dio ci ha fatti e tuttora ci fa per puro amore e senza suo interesse.

CAPITOLO XI

Alcune considerazioni che inducono la volontà a volere in ogni cosa il beneplacito di Dio

Inoltre per indurre con maggior facilità la tua volontà a volere in tutte le cose il beneplacito di Dio e il suo onore, ricordati spesso che egli ti ha prima in vari modi onorata e amata. Nella creazione, creandoti dal nulla a sua somiglianza e mettendo tutte le altre creature a tuo servizio (cfr. Gen 1,26-28). Nella redenzione, mandando non un angelo ma il suo unigenito Figliuolo a redimerti, non con prezzo corruttibile di oro e di argento ma con il suo sangue prezioso (cfr. Pt 1, 18-19) e con la sua penosa e ignominiosa morte. Che poi ogni ora, anzi ogni momento ti guardi dai nemici, combatta per te con la sua grazia, tenga continuamente preparato per tua difesa e per tuo cibo il suo diletto Figliuolo nel sacramento dell'altare non è segno di incalcolabile stima e amore che l'immenso Dio ti porta? Sicché nessuno può capire quanta considerazione così gran Signore abbia di noi poverelli, della nostra bassezza e miseria, e viceversa quello che noi siamo tenuti a fare per così alta Maestà, che tali e tante cose ha operate per noi. Se i signori della terra, quando sono onorati da persone anche povere e umili, si sentono obbligati a rendere loro onore, cosa dovrà fare la nostra viltà con il supremo re dell'universo da cui si vede così altamente apprezzata e amata?

Oltre a quanto ho detto, abbi sempre sopra ogni cosa viva memoria che la divina Maestà per se stessa merita infinitamente di essere onorata e servita, semplicemente perché tale è il suo desiderio.

CAPITOLO XII

Molte volontà esistono nell'uomo. La guerra che si fanno tra loro

Benché si possa dire che in questo combattimento in noi esistano due volontà - l'una della ragione, detta perciò ragionevole e superiore, l'altra del senso, chiamata inferiore e sensuale, la quale con i nomi di appetito, carne, senso e passione si suole significare -, tuttavia, poiché siamo uomini per la ragione, anche se diciamo che con il solo senso vogliamo qualche cosa, non si intende che veramente la vogliamo, fintanto che non ci incliniamo a volerla con la volontà superiore. Per cui tutta la nostra battaglia spirituale consiste principalmente nel fatto che la volontà ragionevole, essendo come interposta fra la volontà divina che la sovrasta e la volontà inferiore che è quella del senso, è continuamente combattuta dall'una e dall'altra, mentre ciascuna di queste tenta di tirarla a sé e rendersela soggetta e obbediente. Ma gran pena e fatica, specialmente all'inizio, provano quelli che sono prigionieri delle cattive abitudini quando decidono di migliorare la loro vita corrotta e, liberandosi del mondo e della carne, di darsi all'amore e al servizio di Gesù Cristo.

Questo perché i colpi, che la volontà superiore sostiene dalla volontà divina e da quella sensuale che le stanno sempre intorno battagliandola, sono possenti e forti e si fanno ben sentire non senza grave pena. Il che non avviene a quelli che sono già abituati alle virtù o ai vizi e sulla loro via intendono continuare, perché i virtuosi facilmente consentono alla volontà divina e i viziosi si piegano senza contrasto a quella del senso.

Ma nessuno presuma di poter conseguire le vere virtù cristiane né di servire Dio come si conviene, se non vuole farsi violenza davvero e sopportare la pena che si sente nel lasciare non solo i piaceri maggiori ma anche i piccoli, ai quali prima era attaccato con affetto terreno. E la conseguenza di ciò è che pochissimi raggiungono lo scopo della perfezione: dopo aver con fatica superato i vizi maggiori, non vogliono poi farsi violenza continuando a soffrire le punture e il travaglio che si provano nel resistere a quasi infinite vogliette proprie e passioncelle di minor conto, le quali, prevalendo ogni ora in essi, vengono ad acquistare dominio e signoria sopra i loro cuori.

Fra questi se ne trovano alcuni che, se non rubano i beni altrui, si affezionano in modo eccessivo a quelli che giustamente possiedono; se non si procurano onori con mezzi illeciti, non li aborriscono però come dovrebbero né smettono di desiderarli e alcune volte di cercarli per vie diverse; se osservano i digiuni di obbligo, non mortificano per questo la gola nel mangiare superfluo e nel desiderare cibi delicati; vivendo nella continenza, non si staccano da certe amicizie di loro gusto, che portano grande impedimento all'unione con Dio e alla vita spirituale; essendo inoltre esse molto pericolose in qualsiasi persona sia pur santa e più in chi meno le teme, sono da fuggirsi da ciascuno quanto più si possa. Da tali cose ancora ne consegue che le altre loro opere buone sono fatte con tiepidezza di spirito e sono accompagnate da molti interessi e imperfezioni occulte, da una certa stima di se stessi e dal desiderio di esserne lodati e apprezzati dal mondo.

Costoro non solo non fanno progresso nella via della salvezza, ma, tornando indietro, corrono il rischio di ricadere nei primi mali in quanto non amano la vera virtù e si mostrano poco grati al Signore, che li tolse dalla tirannia del demonio; inoltre sono ignoranti e ciechi per vedere il pericolo in cui si trovano, mentre si persuadono di essere come in stato sicuro. E qui si scopre un inganno tanto più dannoso quanto meno avvertito: cioè molti che attendono alla vita spirituale, amando se stessi più di quanto dovrebbero (sebbene in verità non sanno amarsi), per lo più praticano quegli esercizi che più si confanno al loro gusto e lasciano gli altri che toccano sul vivo la propria naturale inclinazione e i loro sensuali appetiti, contro i quali ogni ragione vorrebbe che si rivolgesse tutto lo sforzo. Perciò, figlia mia diletta, ti avviso ed esorto a innamorarti della difficoltà e della pena che comporta il vincere se stessi: qui è tutto! E tanto più certa e sollecita sarà la vittoria quanto più fortemente ti innamorerai della difficoltà, che mostra ai principianti la virtù e la guerra; e se tu amerai la difficoltà e il penoso combattere più delle vittorie e delle virtù, più presto acquisterai ogni cosa.

CAPITOLO XIII

Il modo di combattere contro gli impulsi del senso e gli atti che la volontà deve fare per acquistare le abitudini alle virtù

Ogniquale la tua volontà ragionevole è combattuta da quella del senso da una parte e da quella divina dall'altra, mentre ciascuna cerca di riportare vittoria, è necessario che ti eserciti in più modi perché in te prevalga in tutto la volontà divina.

Primo: quando sei assalita e battagliata dagli impulsi del senso, devi opporre un'accanita resistenza perché la volontà superiore non acconsenta a quelli.

Secondariamente: allorché essi sono cessati, eccitali di nuovo in te per reprimerli con maggior impeto e forza. Dopo richiamali alla terza battaglia, nella quale ti abituerai a scacciarli da te con sdegno e ripugnanza. Questi due incitamenti a battaglia si devono fare in ogni nostro appetito disordinato fuorché negli stimoli carnali, dei quali tratteremo a suo tempo.

Infine devi fare atti contrari a ogni tua viziosa passione. Con il seguente esempio ti si farà il tutto più chiaro.

Tu sei forse combattuta dagli stimoli dell'impazienza: se rientrando in te stessa starai ben attenta, sentirai che essi continuamente battono alla porta della volontà superiore perché si inchini e acconsenta a loro. E tu come primo esercizio, opponendoti a ciascun impulso, fa' ripetutamente quanto puoi perché la tua volontà non vi dia il consenso. Né cessa mai da questa battaglia finché non ti avveda che il nemico, quasi stanco e come morto, si dia per vinto.

Ma vedi, figliuola, la malizia del demonio. Quando egli si accorge che noi ci opponiamo fortemente agli stimoli di qualche passione non solo resta a eccitarli in noi ma, quando sono eccitati, tenta per il momento di acquietarli. E questo lo fa perché con l'esercizio non acquistiamo l'abitudine alla virtù contraria a quella passione e inoltre per farci cadere nei lacci della vanagloria e della superbia, facendoci poi astutamente convincere che noi da generosi soldati abbiamo subito calpestato i nostri nemici.

Perciò tu passerai alla seconda battaglia, richiamandoti alla memoria ed eccitando in te quei pensieri che ti cagionavano l'impazienza, in modo da sentirti da essi commossa nella parte sensitiva e da reprimerli allora ripetutamente e con sforzo maggiore di prima i suoi impulsi. E sebbene noi respingiamo i nostri nemici sapendo di far bene e di piacere a Dio, tuttavia se non li abbiamo del tutto in odio corriamo pericolo di essere un'altra volta da essi superati: per questo tu devi farti loro incontro con il terzo assalto e scacciarli lontano da te facendo atti non solo di ripugnanza ma anche di indignazione, fino a tanto che si rendano odiosi e abominevoli.

Infine, per ornare e perfezionare l'anima tua con le abitudini alle virtù, devi produrre atti interiori che siano direttamente contrari alle tue disordinate passioni. Ad esempio volendo tu acquistare perfettamente l'abitudine alla pazienza, se uno disprezzandoti ti porge l'occasione di essere impaziente, non basta esercitarti nelle tre maniere di combattere di cui ti ho detto, ma devi volere e amare per giunta il disprezzo ricevuto, desiderando di essere di nuovo nello stesso modo e dalla stessa persona oltraggiata, aspettando e proponendoti di sostenere anche cose più gravi. La causa per cui tali atti contrari sono necessari per perfezionarci nelle virtù è questa: gli altri atti, pur essendo molti e forti, non sono sufficienti a estirpare le radici che producono il vizio.

Pertanto (per continuare nello stesso esempio), benché noi, quando siamo disprezzati, non consentiamo ai moti dell'impazienza anzi combattiamo contro di essi con i tre modi indicati sopra, nondimeno se non ci abitueremo con molti e frequenti atti ad amare il disprezzo e a rallegrarcene, non ci potremo mai liberare dal vizio dell'impazienza il quale, per la nostra inclinazione alla reputazione propria, si fonda nell'abborrimento del disprezzo. E finché resta viva, la radice viziosa va sempre germogliando in maniera da rendere languida la virtù, anzi talora da soffocarla in tutto e da tenerci inoltre in continuo pericolo di ricadere in ogni occasione che ci si presenti. Dalle quali cose ne segue che senza i detti atti contrari non possiamo mai acquistare la vera abitudine alle virtù.

Si avverta per giunta che questi atti devono essere tanto frequenti e in tale numero da potere del tutto distruggere l'abitudine viziosa, la quale, siccome per molti atti viziosi ha preso possesso nel nostro cuore, così con molti atti contrari la si deve svellere da quello per introdurvi l'abitudine virtuosa. Anzi dico di più: per fare l'abitudine virtuosa si richiedono atti buoni più degli atti cattivi necessari per fare l'abitudine viziosa; infatti quelli non sono aiutati, come invece sono aiutati questi, dalla natura, corrotta dal peccato.

Oltre a quello che fin qui si è detto, aggiungo che se la virtù che allora eserciti così richiede, devi anche fare atti esteriori conformi agli interiori, come (per stare nel detto esempio) usare parole di mansuetudine e di amore e servendo, se puoi, chi ti è stato noioso e contrario in qualunque modo. E quantunque questi atti tanto interiori quanto esteriori fossero o ti paressero accompagnati da tanta debolezza di spirito da sembrarti di farli contro ogni tua voglia, non per questo li devi in alcun modo tralasciare: per quanto deboli essi siano, ti tengono ferma e salda nella battaglia e ti agevolano la strada alla vittoria.

Sta' ben attenta e raccolta in te stessa per combattere non solo contro le voglie grandi ed efficaci, ma ancora contro le piccole e deboli di ciascuna passione, perché queste aprono la strada alle grandi, onde poi si generano in noi le abitudini viziose. E dalla poca cura che alcuni hanno avuto di sradicare dai loro cuori queste vogliette, dopo aver superato le maggiori della medesima passione, è avvenuto loro che quando meno vi pensavano sono stati assaliti e vinti dagli stessi nemici più gagliardamente e rovinosamente di prima. Ti ricordo inoltre di attendere a mortificare e rompere alle volte le tue voglie anche di cose lecite non necessarie, perché da questo seguiranno per te molti beni e ti renderai sempre più disposta e pronta a vincerti nelle altre; ti farai forte ed esperta nella battaglia delle tentazioni, fuggirai varie insidie del demonio e farai cosa graditissima al Signore.

Figliuola, ti parlo chiaramente: se nel modo che ti ho detto andrai continuando in questi leali e santi esercizi per riformare e vincere te stessa, ti assicuro che in poco tempo avvanzerai molto e diventerai spirituale davvero e non solamente di nome. Ma in altra maniera e con altri esercizi, benché fossero, come tu credi, eccellenti e tanto

dilettevoli al tuo gusto da sembrarti di stare in essi tutta unita e in dolci colloqui con il Signore, non persuaderti di acquistare mai virtù e spirito vero. Il quale (come ti ho detto nel primo capitolo) non consiste né nasce dagli esercizi piacevoli e conformi alla nostra natura, ma da quelli che la mettono in croce con tutti i suoi atti: onde, rinnovato l'uomo per mezzo delle abitudini alle virtù evangeliche, lo congiungono al suo Crocifisso e Creatore.

Non v'è chi dubiti che siccome le abitudini viziose vengono a farsi con molti e frequenti atti della volontà superiore mentre cede agli appetiti del senso, così viceversa le abitudini alle virtù evangeliche si acquistano facendo spesso e spessissime volte atti conformi alla volontà divina, da cui siamo chiamati ora a questa, ora a quell'altra virtù. E siccome la nostra volontà non può mai essere viziosa e terrena per quanto sia battagliata dalla parte inferiore e dal vizio finché a quella non cede e s'inchina, così non sarà mai virtuosa e congiunta con Dio, benché molto vivamente sia chiamata e combattuta dalle ispirazioni e dalla grazia divina, finché quando ce n'è bisogno non si conforma ad essa con gli atti interni e con quelli esterni.

CAPITOLO XIV

Quello che si deve fare quando la volontà superiore pare vinta e soffocata in tutto da quella inferiore e dai nemici

Se talora ti sembrasse che la volontà superiore non può nulla contro quella inferiore e contro i suoi nemici per il fatto che non senti in te un volere efficace contro di loro, sta' pur salda e non lasciare la battaglia: infatti devi considerarti sempre vittoriosa, finché non ti accorgi apertamente di aver ceduto. Siccome la nostra volontà superiore non ha bisogno delle voglie inferiori per produrre i suoi atti, così, se essa stessa non vuole, non può essere mai costretta a darsi loro per vinta, benché la contrastino molto aspramente. Perciò Dio ha dotato la nostra volontà di libertà e di forza tale che se tutti i sensi con tutti i demoni e il mondo insieme si armassero e congiurassero contro di essa, combattendola e premendola con tutto il loro sforzo, nondimeno essa può, a dispetto loro, liberissimamente volere o non volere tutto ciò che vuole o non vuole, e quante volte e per quanto tempo e in quel modo e per quel fine che più le piace.

E se questi nemici a volte ti assalissero e ti stringessero con tanta violenza che la tua volontà quasi soffocata non avesse per così dire fiato per produrre nessun atto di voghe contrarie, non ti perdere d'animo né gettare le armi a terra, ma serviti in questo caso della lingua e difenditi dicendo: *“Non cedo a te, non ti voglio”*; proprio come colui che, avendo il nemico addosso che lo tiene oppresso, non potendo con la punta lo percuote con il pomo della spada. E siccome questi tenta di fare un salto indietro per poterlo ferire di punta, così tu ritirati nella conoscenza di te stessa, che niente sei e niente puoi; e con la fiducia in Dio, che tutto può, dà un colpo alla passione nemica dicendo: *“Aiutami, Signore; aiutami, Dio mio; aiutami Gesù, Maria, perché non ceda ad essa”*.

Potrai ancora, quando il nemico ti dà tempo, aiutare la debolezza della volontà ricorrendo all'intelletto e considerando diversi punti: per tale considerazione la volontà viene poi a prendere fiato e forza contro i nemici. Per esempio: in qualche persecuzione o in qualche altro travaglio tu sei talmente assalita dall'impazienza, che la tua volontà quasi non può oppure non vuole sopportarli; la conforterai dunque scorrendo con l'intelletto intorno ai seguenti oppure intorno ad altri punti.

Primo: considera se tu meriti quel male che patisci, perché gliene hai dato l'occasione; e meritandolo, ogni dovere di giustizia vuole che tu sopporti pazientemente quella ferita che ti sei data con le tue mani.

Secondo: e non avendone tu colpa alcuna, rivolgiti il pensiero agli altri tuoi errori di cui Dio non ti ha ancora dato il castigo e che tu non hai puniti come si deve. E vedendo che la misericordia di Dio ti cambia la pena di essi, che sarebbe eterna oppure temporale ma del purgatorio, con una piccola pena presente, devi riceverla non solamente volentieri ma con rendimento di grazie.

Terzo: e quando a te paresse d'aver fatto molta penitenza e d'aver poco offeso la divina Maestà (cose, però, di cui non devi mai persuaderti), devi pensare che nel regno dei cieli non si entra che per la porta stretta delle tribolazioni (cfr. Mt 7,13-14).

Quarto: quantunque tu vi potessi entrare per altra via, per legge d'amore non dovresti nemmeno pensarlo, essendovi il Figliuolo di Dio entrato con tutti gli amici e con tutte le sue membra per mezzo delle spine e delle croci.

Quinto: ma quello a cui tu devi mirare principalmente in questa e in ogni altra occasione è la volontà del tuo Dio il quale, per l'amore che ti porta, si compiacerà indicibilmente di ogni atto di virtù e di mortificazione che ti vedrà fare da sua fedele e generosa guerriera, per corrispondere a lui con amore. E tieni per certo che quanto più in sé sarà irrazionale il travaglio e più indegno per la sua provenienza e perciò a te più molesto e grave da tollerare, tanto al Signore darai più gusto approvando e amando, anche nelle cose in se stesse disordinate e per te più amare, la sua divina volontà e disposizione in cui ogni avvenimento, sia pure sregolato, ha la sua regola e il suo ordine perfettissimo.

CAPITOLO XV

Alcuni avvisi intorno al modo di combattere e specialmente contro chi e con quale virtù si deve fare

Hai già visto, figliuola, il modo con cui devi combattere per vincere te stessa e ornarti delle virtù. Inoltre sappi ora che per riportare vittoria sui tuoi nemici con maggior rapidità e facilità ti conviene combattere, anzi è necessario che tu combatta ogni giorno particolarmente contro l'amor proprio, abituandoti a ricevere come cari amici i disprezzi e le molestie che il mondo potesse darti. E dal non avvertire questa battaglia e dal farne poco conto è avvenuto e

avviene, come ho accennato sopra, che le vittorie sono difficoltose, rare, imperfette e instabili.

Ti avviso per giunta che il tuo deve essere un combattere con fermezza d'animo, che facilmente acquisterai se la domanderai a Dio e se, considerando la rabbia, l'odio perenne e il grande numero delle squadre e degli eserciti nemici, considererai viceversa che infinitamente maggiori sono la bontà di Dio e l'amore con cui ti ama e che molti più sono gli angeli del cielo e le orazioni dei santi che combattono a nostro favore. E da questa considerazione è proceduto che tante e tante fragili donne hanno superato e vinto tutta la potenza e la sapienza del mondo, tutti gli assalti della carne e tutta la rabbia dell'inferno.

Perciò non devi mai spaventarti, benché a volte ti paia che la battaglia dei nemici infierisca di più e possa durare per tutta la tua vita e quasi ti minacci cadute certe da diverse parti: infatti devi sapere, oltre a quanto ho detto, che ogni forza e conoscenza dei nostri nemici sono nelle mani del nostro divin Capitano, in onore del quale si combatte.

Stimandolo indicibilmente e chiamandoci egli stesso rigorosamente alla battaglia, non solo non permetterà mai che ti sia fatta violenza, ma, combattendo egli per te, ti darà la vittoria su di loro quando a lui piacerà e con maggior tuo vantaggio, anche se egli tardasse fino all'ultimo giorno della tua vita.

Questo solamente tocca a te: che tu combatta generosamente e che, nonostante tu sia più volte ferita, non lasci mai le armi né ti dia alla fuga. Infine, perché tu combatta valorosamente, devi sapere che questa battaglia non si può evitare e chi non vi combatte necessariamente vi resta coinvolto e muore. Oltre a ciò abbiamo a che fare con nemici ripieni di tali qualità e di odio, che non se ne può in nessun modo sperare né pace né tregua.

CAPITOLO XVI

In qual modo la mattina di buon'ora debba scendere in campo il soldato di Cristo

Appena sveglia, la prima cosa che dovranno osservare i tuoi occhi interiori è il vederti dentro uno steccato chiuso con questa legge: chi non vi combatte, vi resta morto per sempre.

In questo steccato immaginerai di vedere innanzi a te da una parte quel nemico e quella tua cattiva inclinazione, già individuati per espugnarli e che invece sono armati per ferirti e darti la morte; e dal lato destro il tuo vittorioso Capitano Cristo Gesù con la sua santissima madre Maria Vergine insieme al suo carissimo sposo Giuseppe, con molte squadre di angeli e santi e particolarmente con san Michele arcangelo; dal lato sinistro, poi, crederai di vedere il demonio infernale con i suoi per eccitare la suddetta tua passione, istigandoti a cedere ad essa.

In tale steccato ti sembrerà di sentire una voce forse del tuo angelo custode, che così ti dice: *“Tu oggi devi combattere contro questo e contro altri tuoi nemici. Non s'impaurisca il tuo cuore né si perda d'animo, non ceda ad essi per timore o per altro rispetto a cosa alcuna, perché nostro Signore e tuo Capitano è qui con te con tutte queste gloriose squadre: egli combatterà contro tutti i tuoi nemici, non permettendo che prevalgano su di te in forze e capacità (cfr. Dt 20,3-4). Sta' salda, fatti violenza e sopporta la pena che talora sentirai nel farti violenza. Grida spesso dall'intimo del cuore e chiama il tuo Signore, Maria Vergine e tutti i santi, perché senza dubbio ne riporterai vittoria. Se tu sei fiacca, impedita dalle tue cattive abitudini, e se i tuoi nemici sono molti e forti, moltissimi sono gli aiuti di chi ti ha creata e redenta; oltremodo e senza paragone alcuno più forte è il tuo Dio e ha più voglia lui di salvarti che non il nemico di perderti. Combatti pure e non ti rincresca talora la sofferenza, perché dalla fatica, dalla violenza contro le tue cattive inclinazioni e dalla pena che si sente per le cattive abitudini nascono la vittoria e il grande tesoro con cui si compra il regno dei cieli e l'anima si unisce per sempre con Dio”*.

Nel nome del Signore comincerai a combattere con le armi della diffidenza di te stessa e della confidenza in Dio, con l'orazione e con l'esercizio chiamando a battaglia quel nemico e quella tua inclinazione che, secondo l'ordine suddetto, ti sei risolta di vincere ora con la resistenza, ora con l'odio e ora con gli atti della virtù contraria ferendoli più e più volte a morte per far piacere al tuo Signore, che con tutta la chiesa trionfante sta a vedere il tuo combattimento. Di nuovo ti dico che non ti deve rincrescere di combattere, se consideri l'obbligo che tutti abbiamo di servire e di piacere a Dio e la necessità di combattere, non potendo fuggire da questa battaglia senza ferite e senza morire. Ti dico di più: quando tu come ribelle volessi fuggire da Dio e darti al mondo e alle delizie della carne, a tuo dispetto ti è necessario combattere con tante e tante contrarietà, che spesso volte suderai in volto e il cuore sarà penetrato da angosce mortali.

A questo punto considera che sorta di pazzia sarebbe il sostenere quella fatica e quella pena che comportano maggior fatica e pena insieme alla morte senza fine, se tu fuggissi quella che, finendo invece presto, ci unisce alla vita eterna e infinitamente beata dove godremo per sempre il nostro Dio.

CAPITOLO XVII

L'ordine da osservare nel combattere contro le nostre passioni viziose

E molto importante sapere l'ordine da osservare per combattere come si deve e non a caso e con superficialità, come fanno molti non senza loro danno. L'ordine con cui si deve combattere contro i nemici e le tue cattive inclinazioni è che tu, entrando nel tuo cuore i veda con diligente esame da qual sorta di pensieri e di affetti esso è circondato e da quale passione è più posseduto e tiranneggiato; e contro quella principalmente tu prenda le armi e ingaggi la battaglia.

E se avviene che tu sia assalita da altri nemici, devi sempre combattere contro quello che attualmente e più da vicino ti fa guerra, ritornando però poi all'impresa principale.

CAPITOLO XVIII

Il modo di resistere agli impulsi improvvisi delle passioni

Non essendo ancora assuefatta a parare i colpi improvvisi delle ingiurie o di altra cosa contraria, per farvi l'abitudine impara a prevederli e a volerli poi più e più volte, aspettandoli con animo preparato. Il modo di prevederli è che, considerata la condizione delle tue passioni, consideri anche le persone con le quali tratterai e i luoghi che frequenterai: da questo facilmente potrai congetturare quello che ti potrebbe avvenire. E sopravvenendoti qualsiasi altra avversità non pensata, oltre l'aiuto a te recato dal tenere l'animo preparato alle altre che hai previsto, potrai maggiormente servirti di quest'altro modo.

Non appena tu cominci a sentire i primi colpi dell'ingiuria o altra cosa penosa, sta' desta, fatti forza ed eleva la mente a Dio, considerando la sua ineffabile bontà e l'amore verso di te con cui ti manda quell'avversità, affinché, sopportandola per suo amore, ti purifichi di più, ti accosti e ti unisca a lui. E veduto quanto egli si compiace che tu la sopporti, rivolgiti a te stessa riprendendoti e dicendo fra te: *"Ah! Perché non vuoi sostenere questa croce, che non questi o quegli ma il tuo Padre celeste ti manda?"*. Poi rivolta alla croce, abbracciala con la maggior pazienza e allegrezza possibili, dicendo: *"O croce, fabbricata dalla provvidenza divina prima che io fossi! O croce, addolcita dal dolce amore del mio Crocifisso! Inchiodarmi ormai in te perché possa darmi a chi, morendo in te, mi ha redenta"*.

E se nel principio, prevalendo in te la passione non potessi elevarti in Dio ma restassi ferita, cerca con tutto ciò di farlo quanto prima come se ferita non fossi. Ma per efficace rimedio contro questi impulsi improvvisi, toglierai ben presto la causa da cui procedono. Ad esempio: se per l'affetto che hai a qualche cosa, vedi che quando in essa vieni molestata sei solita cadere nell'improvviso turbamento dell'animo, il modo di provvedere a ciò per tempo è che tu ti abitui a toglierne l'affetto. Se invece il turbamento procede non dalla cosa ma dalla persona della quale, perché non ti sta a cuore, ogni piccola azione ti infastidisce e ti turba, il rimedio è che tu ti sforzi d'inclinare la volontà ad amarla e ad averla cara: infatti oltre a essere creatura, come te formata dalla mano sovrana e come te redenta dallo stesso sangue divino, se la sopporterai, quella persona ti porge anche l'occasione di renderti simile al tuo Signore amoroso e benigno con tutti.

CAPITOLO XIX

Il modo di combattere contro il vizio della carne

Contro questo vizio devi combattere in un modo particolare e diverso dagli altri. Perciò, perché tu sappia combattere ordinatamente, devi osservare tre tempi: prima di essere tentati, quando siamo tentati e dopo che la tentazione è passata.

Prima della tentazione la battaglia sarà contro le cause che sogliono cagionare questa tentazione. Anzitutto devi combattere non affrontando il vizio, ma fuggendo con tutte le tue forze qualsiasi occasione e persona da cui te ne possa venire un minimo pericolo. E bisognando talora trattarci fallo molto presto con un volto modesto e grave, e le parole devono avere sapore di asprezza piuttosto che di amorevolezza e di eccessiva affabilità.

Non ti fidare del fatto che tu non senta né abbia in tanti e tanti anni di esperienza sentito stimoli carnali, perché questo maledetto vizio quello che non ha fatto in molti anni lo fa in un'ora e spesso ordisce le sue trame occultamente; e tanto più nuoce e ferisce incurabilmente, quanto più si mostra innocuo e meno dà sospetto di sé.

E molte volte vi è più da temere (come spesso l'esperienza ha mostrato e mostra tuttora) dove l'abitudine è protratta sotto pretesto di cose lecite, come di parentela o di debito ufficio oppure di virtù che sia nella persona amata: infatti con il troppo e imprudente praticare si va mescolando il velenoso diletto del senso che, stillando inavvertitamente a poco a poco e penetrando fino nell'essenza dell'anima, va offuscando sempre più la ragione in modo che si cominciano a stimare come niente le cose pericolose, gli sguardi amorevoli, le parole dolci dell'una e dell'altra parte e i gusti della conversazione; e così, passandosi dall'una all'altra parte, si viene poi a cadere in rovina o in qualche tentazione dolorosa e difficile da superare.

Di nuovo ti dico di fuggire, perché tu sei paglia; e non ti fidare del fatto che sei bagnata e ben piena d'acqua di buona e forte volontà, risoluta e pronta piuttosto alla morte che all'offesa divina: con la pratica frequente a poco a poco il fuoco con il suo calore, asciugando l'acqua della buona volontà, quando neppure vi si pensa le si attaccherà in modo che non porterà rispetto né a parentela né ad amici; non temerà Dio, non stimerà l'onore, né la vita, né tutte le pene dell'inferno. Perciò fuggi, fuggi se davvero non vuoi essere colta all'improvviso, presa e uccisa.

Secondo. Fuggi l'ozio e sta' vigilante e desta con i pensieri e con le opere convenienti al tuo stato.

Terzo. Non fare mai resistenza, ma obbedisci facilmente ai tuoi superiori, eseguendo con prontezza le cose imposte, e più volentieri quelle che ti umiliano e sono più contro la tua volontà e la tua naturale inclinazione.

Quarto. Non fare mai giudizio temerario verso il prossimo e principalmente a proposito di questo vizio; e se manifestamente fosse caduto, abbinne compassione e non ti sdegnare contro di esso; non schernirlo, ma ricavane frutto di umiltà e di conoscenza di te stessa, sapendo di essere polvere e niente; accostati a Dio con l'orazione e fuggi più che mai le occasioni, dove sia anche solo ombra di pericolo. Che se tu sarai facile a giudicare gli altri e a disprezzarli, Dio tuo malgrado ti correggerà permettendo che tu cada nello stesso difetto, affinché così ti avveda della tua superbia e, umiliata, ponga rimedio ad ambedue questi vizi. E non cadendo né mutando pensiero, sappi

pure che vi è grandemente da dubitare del tuo stato.

Quinto e ultimo. Avverti bene che, ritrovandoti con qualche dono e gusto di delizie spirituali, tu non prenda un certo vano compiacimento di te stessa persuadendoti di essere qualche cosa e che i tuoi nemici non ti faranno più guerra, poiché ti pare di guardarli con nausea, orrore e odio; e se in ciò sarai incauta, cadrai facilmente.

Nel tempo della tentazione, considera se procede da causa intrinseca o estrinseca. La causa estrinseca intendo io che sia la curiosità degli occhi, delle orecchie, l'eccessiva pulizia delle vesti, le familiarità e i colloqui che incitano a questo vizio. In questi casi il rimedio è l'onestà, la modestia, non volendo né vedere né sentire cose che incitano a questo vizio, e la fuga come sopra ho detto. La causa intrinseca procede o dalla vitalità del corpo o dai pensieri della mente, che ci vengano dalle nostre cattive abitudini oppure per suggestione del demonio. La sensualità del corpo si deve mortificare con digiuni, discipline, cilizi, veglie e altre simili asprezze secondo come insegnano la discrezione e l'obbedienza. Quanto ai pensieri, da qualsiasi parte vengano, i rimedi sono questi: l'essere occupati in diversi esercizi convenienti al proprio stato, nell'orazione e nella meditazione.

L'orazione sia di questo tipo: quando tu cominci anche un poco ad accorgerti non solo di tali pensieri ma dei loro primi accenni, ritirati subito con la mente nel Crocifisso dicendo: *"Gesù mio, Gesù mio dolce, aiutami presto, perché io non sia presa da questo nemico"*. E abbracciando alle volte la croce da cui pende il tuo Signore, bacia più volte le piaghe dei suoi sacri piedi dicendo affettuosamente: *"Piaghe belle, piaghe caste, piaghe sante, ferite ormai questo misero e impuro cuore, liberandomi dal pericolo di offendervi"*.

Nel tempo in cui abbondano le tentazioni dei piaceri carnali, non vorrei che la meditazione fosse intorno a certi punti proposti da molti libri per rimedio a questa tentazione, come il considerare la viltà di questo vizio, l'insaziabilità, le molestie, le amarezze che ne seguono, i pericoli e la perdita dei beni, della vita, dell'onore e cose simili. Perché questo non è sempre sicuro mezzo per vincere la tentazione, anzi può apportare danno: infatti se l'intelletto per una via scaccia questi pensieri, per l'altra ci porge occasione e pericolo di dilettaresene e di acconsentire al piacere; per cui il rimedio vero è il fuggire in tutto non solo da essi, ma anche da ogni cosa che ce li rappresenti benché sia loro contraria. Perciò la tua meditazione, orientata a questo fine, verta sulla vita e sulla passione del Signore crocifisso. E se meditando ti si facessero innanzi contro tua voglia gli stessi pensieri e più del solito ti molestassero, come facilmente ti avverrà, non per questo ti sgomberai né lascerai la meditazione né ti rivolgerai ad essi per far loro resistenza; ma seguirai la tua meditazione quanto più intensamente ti sia possibile, non curandoti di tali pensieri, come se non fossero tuoi; infatti non vi è modo migliore di questo per opporsi loro, benché ti facessero continua guerra.

Concluderai poi la meditazione con questa o con una domanda simile: *"Liberatemi, Creatore e Redentore mio, dai miei nemici in onore della vostra passione e della vostra bontà ineffabile"*, non rivolgendo la mente al vizio, perché il solo ricordo di esso non è senza pericolo. E con simile tentazione non stare mai a disputare se tu abbia acconsentito o no perché questo, sotto specie di bene, è inganno del demonio per inquietarti e renderti sfiduciata e pusillanime; oppure perché, tenendoti occupata in tali discorsi, spera di farti cadere in qualche piacere. Perciò in questa tentazione, quando il consenso non è chiaro, ti basti confessare il tutto con brevità al tuo padre spirituale, restandone poi tranquillo con il suo parere senza pensarci più. E fa' in modo di scoprire a lui fedelmente ogni tuo pensiero, e non te ne trattenga mai alcun rispetto o vergogna. Che se con tutti i nostri nemici abbiamo bisogno della virtù dell'umiltà per vincerli, in questo più che in altro dobbiamo umiliarci, essendo questo vizio quasi sempre castigo di superbia.

Passato il tempo della tentazione, quello che devi fare è che, pur sembrandoti di essere libera e del tutto sicura, tu stia con la mente lontana affatto da quegli oggetti che ti cagionavano la tentazione, benché per fine di virtù o di altro bene ti sentissi muovere a fare altrimenti: infatti questa è frode della natura viziosa e tranello del nostro sagace avversario, che si trasforma in angelo di luce per indurci nelle tenebre.

CAPITOLO XX

Il modo di combattere contro la negligenza

Perché tu non cada nella misera schiavitù della negligenza, cosa che non solo impedirebbe il cammino della perfezione ma ti darebbe in mano ai nemici, devi fuggire ogni curiosità e attaccamento terreno e qualunque occupazione non conveniente al tuo stato. Poi ti devi sforzare per corrispondere presto a ogni buona ispirazione e a qualunque ordine dei tuoi superiori, facendo ogni cosa quando e come a loro piacerà.

Non ritardare neppure per un brevissimo momento, perché quel solo primo indugietto porta appresso il secondo e questo il terzo e gli altri ai quali il senso si piega e cede più facilmente che ai primi, essendo già allettato e preso dal piacere che ne ha gustato: per cui o si incomincia l'azione troppo tardi o come noiosa alle volte la si lascia del tutto. E così a poco a poco si va facendo l'abitudine alla negligenza ed essa poi cresce talmente che, nel momento stesso in cui da quella siamo tenuti legati, ci proponiamo di voler essere un'altra volta molto solleciti e diligenti poiché ci accorgiamo, con rossore di noi stessi, d'essere stati fino a tal punto neglimentissimi.

Questa negligenza scorre dappertutto e con il suo veleno non solo infetta la volontà facendole aborreire l'opera, ma accieca anche l'intelletto perché non veda quanto vani e mal fondati siano i proponimenti di eseguire per l'avvenire presto e diligentemente quello che, dovendosi effettuare allora, volontariamente si lascia del tutto oppure si rimanda ad altro tempo. Né basta eseguire presto l'opera dovuta, ma bisogna farla nel tempo proprio richiesto dalla qualità e dall'essere di quell'opera e con tutta quella diligenza ad essa conveniente, perché abbia ogni possibile perfezione.

Infatti non è diligenza, ma finissima negligenza fare l'azione prima del tempo e sbrigarsela presto e senza farla bene, perché poi quietamente ci diamo al riposo accidioso, al quale era fisso il nostro pensiero mentre con rapidità si compiva l'azione. Tutto questo gran male avviene perché non si considera il valore della buona opera fatta a suo tempo e con l'animo risoluto ad andare incontro alla fatica e alla difficoltà, che il vizio della negligenza porta ai principianti.

Tu dunque devi spesso considerare che una sola elevazione di mente a Dio e una sola genuflessione fatta in suo onore vale più di tutti i tesori del mondo; e che ogniqualvolta facciamo violenza a noi stessi e alle passioni viziose, gli angeli portano all'anima nostra dal regno del cielo una corona di gloriosa vittoria. Che al contrario a poco a poco Dio va togliendo ai negligenti le grazie loro concesse, e ai diligenti le aumenta facendoli poi entrare nel suo proprio gaudio. Se tu nei primi inizi non sei tanto forte da andare generosamente incontro alla fatica e alla difficoltà, le devi nascondere in modo che sembrino più piccole di quanto dai negligenti siano giudicate.

Ammettiamo pure che il tuo esercizio richieda molti e molti atti e una fatica diuturna per acquistare una virtù, e che i nemici da espugnare ti paiano molti e forti. Tuttavia comincia tu a produrre atti, quasi che ne abbia pochi da fare e che per pochi giorni debba faticare; e combatti contro un nemico come se non ve ne fossero altri da combattere, però con una confidenza grande che tu con l'aiuto di Dio sei più forte di loro. Così facendo, la negligenza comincerà a debilitarsi e a disporsi poi in modo che vi entri di mano in mano la virtù contraria.

Lo stesso dico dell'orazione. Talvolta il tuo esercizio richiede un'ora di orazione e questo sembra duro alla tua negligenza: immergiti in essa quasi volessi pregare per lo spazio di un ottavo d'ora, perché facilmente passerai all'altro e da questo a quello che rimane. E se in ciò talora nel secondo o negli altri ottavi sentissi ripugnanza e difficoltà troppo violente, tralascia l'esercizio per non infastidirti; riprendi però di lì a poco di nuovo l'esercizio tralasciato.

Tale metodo devi osservare anche nelle opere esteriori quando ti accade di dover fare più cose per le quali, parendo esse alla tua negligenza molte e difficoltose, tu vieni a disturbarti tutta. Con tutto ciò comincia coraggiosamente e tranquillamente da una, come se non avessi altro da fare; così facendo diligentemente, riuscirai a compierle tutte con molta minor fatica di quello che ti sembrava nella tua negligenza. Se tu non farai nel modo suddetto e non andrai incontro alla fatica e alla difficoltà che ti si mostrano, il vizio della negligenza prevarrà talmente su di te che la fatica e la difficoltà, che comporta inizialmente l'esercizio delle virtù, ti terranno ansiosa e insofferente non solo quando saranno presenti ma anche quando saranno assenti: infatti temerai sempre di essere tormentata e assalita dai nemici e di vederti qualcuno alle spalle che ti imponga qualche cosa; per cui nella stessa tranquillità vivresti inquieta.

Sappi, figliuola, che questo vizio della negligenza con il suo nascosto veleno a poco a poco non solo fa marcire le prime e piccole radici che dovevano produrre le abitudini virtuose, ma anche quelle delle abitudini già acquisite. Come fa il tarlo dentro il legno, così esso va rodendo e consumando insensibilmente l'essenza della vita spirituale; e a ognuno, ma particolarmente agli spirituali, il demonio tende insidie e tranelli con questo mezzo.

Vigila, dunque, pregando e operando bene, e non aspettare a tessere il panno per la veste nuziale allorché dovrai esserne ornata per incontrare lo sposo (cfr. Mt 25,6. 10). E ricordati ogni giorno che chi ti dà la mattina non ti promette la sera, e, se ti è data la sera, non ti viene promessa la mattina. Perciò spendi tutti i momenti della giornata secondo il volere di Dio proprio come se non ti fosse concesso altro tempo, tanto più che di ogni momento dovrai rendere minutissimo conto.

Concludo avvertendoti di reputare come perduta quella giornata in cui, pur avendo fatto molte faccende, non avrai ottenuto parecchie vittorie contro le cattive inclinazioni e contro la tua volontà, né avrai ringraziato il tuo Signore dei suoi benefici e particolarmente della sua penosa passione sofferta per te, nonché del paterno dolce castigo quando ti avrà fatta degna del tesoro inestimabile di alcune tribolazioni.

