

IV.

LA DISCIPLINA CLAUSTRALE di Tommaso da Kempis

Crediamo bene offrire al lettore l'opuscolo di Tommaso da Kempis intitolato La disciplina claustrale, un gioiello della mistica medievale, che si può considerare come una appendice dell'Imitazione di Cristo.

CAPITOLO I

IN CHE COSA CONSISTE LA DISCIPLINA CLAUSTRALE

« Amate la disciplina, affinché il Signore non si adiri e voi periate sulla strada » (Sl 2,12 secondo la Volgata).

La disciplina claustrale, osservata con esattezza, conduce a una grande perfezione, preserva dalla condanna eterna e conferisce una corona molto alta nel regno dei cieli.

La disciplina consiste principalmente in tre cose: che si pratichi bene il silenzio, che si celebri bene il divino Ufficio e che si compia il lavoro con diligenza.

Dove fiorisce la disciplina, regna maggior pace e si progredisce spiritualmente. Dove languisce la disciplina, cresce la debolezza, cominciano a entrare i vizi e si indeboliscono le virtù.

Dove si conserva la disciplina, è presente la grazia del cielo, fiorisce la divozione, crescono la dolcezza della meditazione e il fervore della preghiera, risuonano il ringraziamento e la voce di lode, la mente si riempie di gioia, l'intelligenza viene illuminata, la carne si ammansisce e lo spirito si eleva.

Chi ama la disciplina, rallegra la sua coscienza, acquista buona fama e si accresce la gloria eterna.

Chi ama la disciplina, custodisce la lingua, cerca la solitudine, fugge dal tumulto, evita il riso e stima il pianto, per trovare Gesù indulgente e amico.

Chi cerca di star fuori della disciplina, cade nei lacci del demonio e perde la divozione della mente.

Per la disciplina comune, devi trovarti bene coi reli-

giosi in tre luoghi: nel coro per salmodiare, nella cella per leggere e scrivere e nel refettorio per mangiare e ascoltare la parola di Dio.

Dovunque si legga la parola di Dio, lì opera nascostamente lo Spirito Santo, richiamando alla memoria dei cattivi il loro peccato e consolando i buoni con la speranza e il conforto delle Scritture, affinché progrediscono sempre più e conservino fedelmente la disciplina del loro Ordine. Per questo, san Paolo ammoniva in questi termini: *Sopportate la disciplina, e Dio vi tratterà come figli* (Ebr 12,7). E per questo, Davide pregava dicendo: *Insegnami la bontà, la disciplina e la scienza* (Sl 118,66). E in un altro luogo, per raccomandarla caldamente, dice: *La tua destra mi fortificò, e la tua disciplina mi ammaestrerà* (Sl 17,36).

È un grande dono di Dio possedere la scienza delle Scritture; ma pare preferibile osservare la disciplina del proprio Ordine. Per questo, Gesù Cristo, nostro sommo Maestro, insegnando ai suoi discepoli la legge della vita e della disciplina, dice loro così: *Ora che sapete queste cose, sarete beati se le metterete in pratica* (Gv 13,17). Un uomo, quindi, è tanto più fortunato agli occhi di Dio quanto maggiore è il fervore con cui osserva la disciplina.

Ogni disciplina regolare mira a due beni: che si osservino con diligenza le Costituzioni e che i negligenti vengano corretti in proporzione delle loro colpe. È proprio del religioso buono e divoto opporsi alla natura mal inclinata, sottomettersi spontaneamente alla disciplina e non permettersi nessun disordine. Chi, infatti, ama la disciplina, è saggio e sarà arricchito di molte virtù. Ma chi odia la correzione, è stolto e mancherà d'ogni onore.

Osserva i costumi del monaco disciplinato: non è leggero nelle sue parole e non guarda da una parte e dall'altra, ma cammina nel timore di Dio e compie i suoi doveri con diligenza, osservando il silenzio e amando la tranquillità della cella. Non mormora, non parla male di nessuno, ma rimette a Dio ogni giudizio, mettendosi lui stesso davanti ai suoi occhi, e non parla delle cose di cui non deve occuparsi, per potersi dedicare più liberamente a se stesso. Poiché è enormemente stolto colui che trascura le proprie cose per immischiarsi in quelle degli altri.

Osserva dunque la disciplina in tutto, e avrai pace e gloria grandi.

Procura di evitare quello che è indegno. Fa' quello che è gradito a Dio, e non venir meno alla disciplina del tuo Ordine per piacere agli uomini.

Agisce stoltamente chi agisce contro la sua coscienza e offende Dio per riguardo agli uomini. Chi, infatti, non compie il suo dovere, disonora Dio, trasgredendo la sua legge.

Se vedi qualcuno che agisce con negligenza, correggilo come un fratello e inducilo a emendarsi, ma non imitarlo nel suo errore e non amarlo fino al punto di consentire con lui al male, per non rischiare di cadere e perderti con lui.

Chiunque è geloso della disciplina del suo Ordine e riceve le correzioni di buon animo e con gioia, otterrà da Dio una grazia speciale, e, nel giorno della sua uscita dal corpo, non temerà cattive notizie, ma si rallegherà piuttosto con gli eletti per il premio del suo lavoro, secondo le parole di Gesù Cristo: *Bene! servo buono e fedele, poiché sei stato fedele nel poco, ti darò potere sul molto; entra nella gioia del tuo signore (Mt 25,23).*

Chi è negligente e sventato, offende Dio e gli uomini ed è peggiore del paralitico che giaceva sul suo lettuccio. Infatti, quello soffriva per un difetto naturale, mentre questo si lascia vincere dall'inerzia del cuore.

È maggior virtù dominare le passioni che mettere in fuga i demoni. Ed è maggior carità riprendere l'indolente che dare l'elemosina.

Quale fervore vi può essere in colui che si annoia nella preghiera e ama chiacchierare? Nessuno assolutamente, poiché, se qualche fervore gli ardesse dentro, gli farebbe evitare, fuori, le conversazioni inutili.

Ma come può un religioso arrivare ad ardere per il fervore dello spirito? Facendosi spesso violenza contro le cattive abitudini e conservando il rigore del suo Ordine così come gli è stato insegnato.

Il tepido si lagna sempre della pesantezza della disciplina, mentre il fervoroso l'abbraccia con gioia.

Dirai: « Temo di rovinarmi il capo e di indebolirmi eccessivamente ». Che dici, tepido e indisciplinato? Non sai quello che dici. Temi il piccolo e non temi il grande? temi il dolore del corpo e non temi il rimorso della coscienza sporca? temi il digiuno, le veglie e il silenzio, e non temi di essere bruciato nell'Inferno, di essere tormentato dai demoni e di essere escluso dal regno di Dio? Il tuo timore è vano; è vano pensare spesso a una piccola afflizione del corpo, esaminare solo i mali pre-

senti, e non fare attenzione a quelle cose che salvano o dannano per l'eternità.

Torna al tuo cuore; torna a Dio che ti ha creato; spera in Lui, ed Egli ti aiuterà. Se non puoi servirlo sano, servilo ammalato, e ti coronerà di rose e di gigli soavissimi coi santi martiri in cielo, dato che hai sopportato, sulla terra, dolori e fatiche.

Di conseguenza, non permetterti cose illecite per un piccolo amore a questa vita corruttibile; non cercare le consolazioni del secolo; allontanati dalle conversazioni inutili; dedicati agli studi sacri; conserva la disciplina; sottometti la carne; accetta l'obbedienza e salverai la tua anima, come dice Gesù Cristo: *Chi odia la sua vita in questo mondo, la custodirà per la vita eterna* (Gv 12,25).

Non avere familiarità con l'indisciplinato; non imparare le sue leggerezze e non essere simile a lui per confusione del tuo Ordine. Unisciti al religioso di buoni costumi e veramente divoto, per essere sempre edificato nel bene.

Nessuno si scusi col pretesto d'un altro, ma pensi piuttosto alla sua salvezza; e procuri di spendere con frutto il tempo che gli è stato dato, come dice san Paolo: *Finché abbiamo tempo, facciamo del bene a tutti* (Gal 6,10). Fa del bene a tutti colui che osserva diligentemente la disciplina e, nel convento, dà buon esempio a tutti gli altri.

Fortunato quel religioso che cerca di vincere in tutto, poiché sarà coronato per tutto quello che soffre per amore di Cristo. Per mantenere il fervore della disciplina spirituale, san Paolo esorta i suoi discepoli dicendo: *Quanto vi è di vero, di nobile, di giusto, di sincero, di amabile, di onorevole, ogni virtù, ogni lode, a queste cose pensate. E quello che avete appreso e ricevuto e udito e veduto in me, questo praticate* (Fil 4,8-9). Vedete quanto fu sollecito san Paolo per l'osservanza della disciplina e per dare buon esempio ai suoi successori! E in realtà, chi ama la disciplina in sé e negli altri, va accumulando un grande merito per il cielo.

CAPITOLO 2

DELLE DIVERSE TENTAZIONI
E DELLE INSIDIE DEL DEMONIO

Il demonio tende insidie ai buoni e ai devoti in ogni luogo, ma specialmente ai religiosi riuniti in un Ordine e sotto una disciplina. Perciò, il primo Pastore della santa Chiesa, san Pietro, mette in guardia i fedeli dicendo: *Vegliate, perché il vostro avversario, il diavolo, come un leone ruggente, va in giro cercando chi divorare. Resistetegli stando fermi nella fede* (1Pt 5,8-9). Per questo, anche san Giovanni grida nell'Apocalisse (12,12): *Guai a voi, o terra e mare, poiché su di voi è sceso il diavolo con grande furore.*

Il diavolo tenta davvero i servi di Dio con maggior furore, per abbattere l'eccellenza dello stato religioso, e li attacca più spesso che i secolari, perché invidia lo splendore della santità dei devoti che vivono nella continenza.

Sa, infatti, che, in cielo, saranno premiati più altamente quelli che vivono più puramente nel mondo. Perciò, quanto più forti sono le tentazioni, se essi resistono coraggiosamente e vincono se stessi, tanto più gloriosi saranno in futuro davanti a Dio, perché hanno lottato con valore.

Da quando venne bandito dal cielo per la sua superbia, il diavolo non ha mai cessato d'aggrirsi sulla terra, cercando qualcuno da ingannare con le sue cattive insinuazioni e da ferire con la dilettazione morosa, per fargli perdere la grazia di Dio e, in fine, trascinarlo con sé nella dannazione eterna. E come, in altri tempi, tentò il primo uomo nel paradiso terrestre e i figli d'Israele nel deserto, così, ora, tenta e perseguita i religiosi nel chiostro, per indurli a vivere tepidamente e a trasgredire le loro leggi, a resistere ai loro superiori e a disobbedirli. In questo modo, spera di far loro perdere la gloria celeste e di avere un motivo per accusarli nel giudizio.

Occorre, dunque, vigilare in ogni tempo e procedere con cautela in ogni luogo, affinché Satana non trovi i servi di Dio neghittosi e disarmati, lui che non dorme e non si stanca mai, ma corre invece costantemente a

destra e a sinistra. Egli coglie facilmente di sorpresa i pigri, cioè, quelli che lavorano poco e vogliono mangiare bene. E ferisce immediatamente i disarmati, cioè, quelli che pregano raramente e conservano in cuore ben poco della lettura sacra. Corrompe i divagati con immaginazioni attraenti; incatena con favole gli oziosi, per indurli a trascurare i loro doveri e a disturbare gli altri. Distoglie dal bene incominciato anche quelli che operano il bene; fa addormentare quelli che intendono pregare e leggere, e trattiene nel letto quelli che cercano d'alzarsi.

Non vi è, nel chiostro, nessun luogo che Satana, il nemico dei religiosi, tralasci di visitare, pur di riuscire a rapire e a far perdere anche una sola pecora del gregge di Cristo. Perciò, il pastore celeste fa risuonare alta la tromba della salvezza e dice alle sue pecore: *Vegliate e pregate per non entrare in tentazione* (Mc 14,38). Come se volesse dire: il lupo rapace s'aggira attorno alla vostra casa; l'antico serpente cerca astutamente una fessura per entrare nell'intimo del vostro cuore e mordervi coll'ira o accarezzarvi con l'indolenza.

State dunque attenti e pregate col cuore e con la parola giorno e notte, perché, da ogni parte, vi minaccia la guerra, e, sotto il cielo, nulla è sicuro e molti nemici, pronti per la battaglia, scagliano acute saette e tendono lacci ai vostri piedi, affinché cadiate sulla via retta e vi allontaniate dai santi propositi. Tuttavia, restate fermi e lottate coraggiosamente per le vostre anime. Io, il Signore, sarò con voi. Osservate con cautela quale genere d'immagini vi si presenti, siano esse del mondo o della carne. Chiudete la porta del vostro cuore e armatevi del segno della croce, affinché non entri il diavolo, che viene a tentarvi e a indurvi a consentire al peccato, in modo da offendere Dio e perdere la sua grazia.

Oh, religiosi, amici di Dio! guardatevi dalle astuzie e dalle mortifere insinuazioni del diavolo, e non fermatevi a esaminarle, ma anzi, appena sentite qualche movimento illecito, allontanate la vostra mente e invocate il nome del Signore, provando disgusto per le cose che vi si sono presentate; pensate a Dio e alle cose spirituali ed esercitatevi nel santo dolore dei vostri peccati. Se farete così, il demonio fuggirà confuso e si avvicineranno a voi i santi angeli, mandati per vostra consolazione, che irrobustiranno le vostre mani contro i poteri dell'aria.

Perseverate, dunque, nel timore di Dio, vegliate in

modo da scoprire la tentazione fin dall'inizio e pregate con gemiti del cuore in spirito d'umiltà.

Non pensate cose grandi né lodevoli di voi stessi, ma riconoscetevi davvero uomini fragili e servi inutili. Tutto il bene che conoscete e che fate, attribuitelo interamente, non alla vostra industria e al vostro lavoro, ma alla grazia e alla misericordia divina.

Il diavolo non teme e non evita nessuno tanto come l'umile e colui che disprezza se stesso, e contro nessuno ha tanto potere come contro il superbo e il presuntuoso. Sta', quindi, lontano dalla superbia, se non vuoi andare in rovina. Se non vuoi essere ingannato e sgambettato, non esaltarti e non lasciarti prendere dalla vanità.

Per quanto il monastero sia situato nella solitudine, non sei tuttavia libero dalla tentazione, poiché il diavolo tentò nel deserto Gesù Cristo, che era pieno dello Spirito Santo.

Perciò, finché vivrai, dovrai lottare contro le insidie del diavolo e contro le tue passioni. E se, talvolta, il demonio ti lascia in pace per qualche tempo, lo fa per ingannarti, per poterti atterrare improvvisamente e inaspettatamente quando ti troverà indifeso e indebolito.

Ti tenta nel coro, affinché reciti con noia e badi poco al senso delle parole. Ti richiama alla mente le immagini delle cose esteriori che hai viste o udite prima, per toglierti il frutto della preghiera e renderti pesante il coro.

Ti tenta nel refettorio, affinché mangi di più e con maggior gusto e mormori per qualche difetto dei cibi.

Ti tenta nella cella, affinché lavori con indolenza o preghi raramente o legga poco e ne esca presto per mettersi a chiacchierare e rientri tardi.

Ti tenta nel tempo del silenzio, affinché parli senza permesso; e, se si può parlare, subito ti spinge a dire cose vane o dannose, affinché macchi la tua coscienza od offenda il tuo fratello.

Perciò, sii vigilante e prega sempre Dio che ti dia grazie contro le astuzie di Satana, che insidia i consacrati a Dio tanto nella prosperità come nell'avversità.

CAPITOLO 3

DELLA VERA CONVERSIONE DELL'UOMO
A DIO, CHE E' IL SOMMO BENE

Molte sono le nostre deviazioni da Dio, sommo Bene, dato che, per la nostra iniquità e la nostra grande fragilità, scivoliamo facilmente ai desideri delle cose inferiori e terrene, che non possono saziarci né rimanere a lungo con noi. Quindi, è necessario un continuo ritorno a Dio, dal quale ci allontaniamo spesso per concentrarci in noi, amandoci disordinatamente o anche cercando vanamente alcune creature o usando male di esse o preoccupandoci più delle cose temporali che delle divine.

Spesso, sentiamo anche una grande antipatia per le cose salutari che favoriscono la disciplina, e desideriamo avere quelle che sono comode e gradevoli, senza tener conto di quello che ci dice la coscienza e senza pensare quanto dispiaccia a Dio che ci allontaniamo da Lui per queste cose caduche. E benché sappiamo che una persona è giusta e buona, se ci contraddice e ci propone qualche restrizione in favore della virtù, cominciamo a opporci ai suoi propositi e a pensare bassamente di lei, e diciamo che non è il caso di prenderla sul serio.

Questo errore si riscontra nella maggior parte dei religiosi che desiderano seguire le loro inclinazioni contro il beneplacito di Dio e il parere dei superiori, dimenticando il grave giudizio che li attende, se confidano in sé e nelle proprie forze più di quanto è conveniente.

Tutto questo proviene dalla superbia e dalla tentazione del demonio, che cerca di attrarre al rilassamento della carne coloro che lottano per progredire nello spirito. Per la vera conversione dell'uomo, non basta, dunque, il cambiamento dell'abito secolare, che può avvenire in un giorno e in un'ora: la conversione vera e religiosa avviene quando uno lavora coraggiosamente per vincere i suoi difetti e si dedica con grande fervore all'acquisto delle virtù.

Noi che portiamo un abito religioso, dobbiamo, quindi, per quanto è possibile, staccare il nostro cuore da tutte le cose materiali e visibili, elevarci alla contemplazione del volto invisibile del nostro Creatore e tendere

sempre alle cose del cielo; e tutti i giorni e a tutte le ore, ogni volta che abbiamo avuto qualche divagazione della mente, dobbiamo chiederne umilmente perdono e sospirare col profeta: *Sii benigno con noi, o Dio, nostra salvezza, e reprimi la tua ira contro di noi!* (Sl 84,5).

Quando facciamo questo, Dio ascolta volentieri le nostre repliche e se ne rallegrano gli angeli del cielo, perché torniamo con tutto il cuore a Dio nostro Signore, che è la felicità di tutti i santi.

Satana, al contrario, cerca d'allontanare la nostra anima da questo sommo Bene e di distoglierla da Lui, servendosi delle diverse circostanze e delle tentazioni. Suscita in lei pensieri di superbia, di ira, di gola, d'impurità, d'invidia, di discordia, di durezza, di menzogna, di bestemmia, di sfiducia, di pusillanimità, d'incostanza, di abbattimento, di negligenza e molti altri pensieri cattivi che sarebbe troppo lungo enumerare; e cerca di distoglierla dalla dolcezza delle cose celesti e dalla purezza angelica e di trattenerla per lungo tempo in cose basse e vane, affinché, vista la grandissima difficoltà di vincere le tentazioni, cessi di cercare e d'invocare Dio. In questo modo, come stanca del bene, essa lascerà da parte ogni profitto spirituale e ogni sforzo per la custodia del cuore.

Queste sono le opere del nemico, cacciato dalla faccia di Dio, dal cielo. Separato definitivamente da Dio, egli va escogitando ogni genere di mali contro coloro che operano il bene, specialmente quando essi vogliono pregare, raccogliersi interiormente e chiedere perdono dei loro delitti. Sommamente empio, egli insidia con astuzia tutti i buoni. Tesse sottilmente le sue reti in tutto il mondo e le va gettando da ogni parte. Tenta i monaci e le monache, i superiori e i sudditi, sempre ansioso di prendere anche un solo pesce con l'amo della concupiscenza e di trasportarlo dalla piscina del chiostro alla spiaggia del mondo, dove potrà subire le conseguenze del male attraverso la vista, l'udito e una moltitudine di gioie pazze e vane.

Perciò, il religioso servo di Dio segua fedelmente le sue vie e reprima le divagazioni tanto della mente come dell'immaginazione, per non perdere il sommo Bene, che non può essere posseduto insieme con cose vane. Ogni volta che si sente trascinato o impedito dal nemico, ritorni a Dio con la preghiera e la contrizione, preghi e dica col santo Davide: *I miei occhi sono sempre rivolti al Signore, che libera i miei piedi dalla rete* (Sl 24,15).

Infatti, come, peccando e dilettrandosi delle creature,

l'uomo diviene prigioniero del demonio, così, rivolgendosi a Dio col pentimento, riacquista la sua libertà. Peccando, resta sporco, freddo e arido; pentendosi, pregando e piangendo le sue colpe, si monda, si riaccende e riceve la rugiada della grazia divina. E spesso, ripensando alla facilità con cui è caduto, impara e propone di usare una maggior cautela e d'imporsi un maggior rigore.

È veramente convertito, e non porta invano il nome e l'abito di religioso colui che muore al mondo e ama vivere solo per Cristo; colui che indirizza a Dio, come al loro ultimo fine, tutte le sue opere e i suoi pensieri; colui che, in tutte le sue parole e in tutte le sue opere, cerca e desidera unicamente l'onore di Dio e la lode del suo nome; colui che si offre e si eleva insieme con tutto il bene che si fa in cielo e sulla terra, ringraziando continuamente Dio, sommo Bene, dal quale discende ogni bene creato.

CAPITOLO 4

DELL'OBEDIENZA DEL SUDDITO UMILE NEI RIGUARDI DEL SUO SUPERIORE

Il buon suddito deve abbracciare con gioia le disposizioni dell'obbedienza e non conservare nulla della propria volontà, ma anzi, sull'esempio di Cristo, abbandonarsi volontariamente nelle mani di Dio e del suo superiore, perché questo è il dono più gradito che possa offrire a Dio.

Ogni buon suddito, quindi, sia ben attento a non giudicare temerariamente il suo superiore e a non fare troppe investigazioni sulle sue vie, ma, al contrario, interpreti sempre in bene le sue parole e le sue opere. E, se si manifestano in lui cose meno utili o anche veri difetti, non lo dispreggi e non lo riprenda, ma lo scusi e lo sopporti piamente, e, se è necessario, lo avverta con carità personalmente o per mezzo d'un'altra persona più capace, perché porta sulle spalle un grande peso. Preghi anche segretamente per lui, perché Dio lo conservi e lo conforti, perché non vi è nessun altro, nella casa, che abbia, ogni giorno, tanta sollecitudine come lui per tutti.

Veramente, sarà assai difficile trovare un superiore che sappia soddisfare tutti e piacere a tutti, come vor-

rebbe. Perciò, dev'essere aiutato e onorato dai sudditi e sopportato da tutti, e anche scusato di fronte ai monaci imperfetti, che si indispettiscono facilmente quando vengono contraddetti o viene loro negato qualcosa.

Il superiore è senza dubbio quello che deve sopportare tutti, che è presente sulla bocca di tutti e che viene facilmente incolpato di quello che è fatto male e giudicato per quello che è fatto solo a metà. Ma questo atteggiamento non è virtuoso, come non è virtuoso il desiderio degl'invidiosi che, nel superiore, cercano solo qualcosa da rinfacciargli. Non bisogna dar credito né dar ragione a colui che diffama il suo superiore e cerca ragioni per non obbedirgli, non volendo sottomettersi al vicario di Cristo, che parla come bocca di Dio per la salvezza del suddito, posto sotto il potere del superiore.

Sono molto superbi i pensieri e molto pericolose le opere di colui che rimane ostinatamente attaccato alle sue idee, preferendo il suo parere personale alle disposizioni del superiore. Ma colui che tiene nel giusto conto il merito della santa obbedienza e pensa all'obbedienza di Cristo e alla vita dei santi, bada solo a compiere, senza ritardi e senza mormorazioni, quello che gli è stato comandato, senza cercar di sapere perché gli è stato comandato. E anche quello che pare una piccolezza insignificante, lo eleva in dignità con la virtù dell'obbedienza e lo trasforma in profitto per la sua anima. Questo sì che è molto lodevole e onesto e sommamente meritorio fra le opere meritorie e più sicuro che la propria coscienza. Infatti, è proprio dei sudditi sottomettersi umilmente ai consigli dei più anziani e obbedire con docilità ai superiori.

Ecco la massima sapienza: non fidarsi della propria intelligenza, ma preferire la semplicità dell'obbedienza a tutte le ragioni e a tutti i criteri personali. Chi fa questo, piace a Dio e sarà amato dal suo superiore, che presenterà a Dio un resoconto favorevole nei suoi riguardi. Un suddito così fatto alleggerisce di molto il peso che grava sulle spalle del superiore e provvede molto saggiamente per il suo futuro, per non trovarsi in un grande pericolo al giudizio di Dio.

Chi desidera raggiungere presto la più alta perfezione, procuri, in primo luogo, di perfezionarsi nell'obbedienza.

Grande ed egregia virtù è l'obbedienza semplice e pura, che non conosce i ritardi nell'esecuzione e che non cerca pretesti per sottrarsi alle disposizioni, ma le eseguisce senza lamentele. Per questo, le è dovuta una grande coro-

na e riceverà la palma coi martiri per aver combattuto valorosamente e aver sottomesso la natura, obbedendo fino alla morte. Poiché è duro vincersi e rinnegare completamente se stesso nell'obbedienza. Questo è il più bello elogio per i monaci e la più bella corona per tutti i buoni religiosi.

Felice e venerabile obbedienza, predicata e praticata da nostro Signore Gesù Cristo, Sapienza eterna del Padre, con queste parole: *Sono disceso dal cielo non per fare la volontà mia, ma la volontà di colui che mi ha mandato* (Gv 6,38). E, mentre si avviava al luogo della sua Passione, pregò in questo modo, col rinnegamento assoluto della sua volontà: *Padre mio, se non è possibile che questo calice passi da me senza che io lo beva, sia fatta la tua volontà* (Mt 26,42).

Anche la Madre di Gesù, la Vergine Maria, diede esempi di prontissima obbedienza rispondendo all'angelo con queste parole: *Ecco la serva del Signore: si faccia di me secondo la tua parola* (Lc 1,38). Ebbene, anche il buon suddito deve cercare di fare e di dire così, rispondendo al suo superiore con umiltà e con rispetto: « Eccoli qui, padre: farò volentieri, secondo le mie forze, come direte e come disporrete ».

In verità, questa virtù viene preferita alle vittime e alle offerte. Essa cancella i mali passati, preserva dai futuri, ripara dai castighi e salva dalla condanna eterna. Con questa, l'uomo si rende gradito a Dio e tanto familiare con Gesù Cristo, che merita di essere suo fratello: *Chiunque compie la volontà del Padre mio che è nei cieli, questo è mio fratello, mia sorella e mia madre* (Mt 12,50).

Quanto è preziosa questa virtù nei sudditi! Davanti a Dio, li mette al riparo dalle colpe di cui sono accusati. Chiunque sceglie per sé e pratica questa virtù, cammina con sicurezza verso la patria che Adamo ed Eva perdettero con la loro disobbedienza e che Gesù Cristo e Maria ci riconquistarono obbedendo. Questa obbedienza semplice e santa giova più che la profonda dottrina, è più utile che il potere ed è più sicura che la dignità e i primati. E se l'obbedienza è unita alla scienza e alla dignità, l'anima che la possiede dev'essere altamente raccomandata e considerata come grande fra i santi.

Un esempio di perfetta obbedienza risplende nel patriarca Abramo, il quale, per obbedire a Dio, uscì dalla sua patria e dalla sua parentela e dimostrò di essere disposto a immolare il suo diletto figlio unico. Perciò, me-

ritò di essere benedetto da una voce celeste, chiamato padre di molte genti e onorato da tutti i secoli.

A questa utilissima virtù dell'obbedienza ci esorta san Paolo nella sua Lettera agli Ebrei: *Obbedite ai vostri capi e siate loro sottomessi, perché essi vegliano per le anime vostre, come dovendone rendere conto, affinché lo facciano con gioia e non gemendo: questo non sarebbe utile per voi* (Ebr 13,17).

Questa santa obbedienza, assolutamente necessaria per la salvezza, è raccomandata da molte testimonianze dell'Antico e del Nuovo Testamento e dai divotissimi esempi dei santi. Le leggi e i codici di tutti i popoli dicono che tale obbedienza dev'essere praticata verso gli anziani e i superiori con umile sottomissione e con riverenza.

Colui al quale costa obbedire e che cerca spesso di sottrarsi con l'astuzia all'obbedienza, cerchi d'immaginare quali sudditi vorrebbe avere lui stesso: li vorrebbe certamente buoni e umili, e non ribelli. Procuri, dunque, d'essere per il suo superiore come vorrebbe che fossero i suoi sudditi nel caso che venisse eletto superiore. Impari a sottomettersi umilmente a un altro e a obbedire con rispetto, per essere degno d'istruire gli altri e per poter governare utilmente; e non si carichi d'una grande responsabilità davanti a Dio, esigendo dagli altri quello che non fa lui stesso.

Come si può conservare lo stato religioso e il regime del convento nei chiostri, se i sudditi non obbediscono ai loro superiori? Se tutti vogliono governare e ognuno cerca di fare quello che gli piace, vi sarà una grande confusione e un grande disordine: la disciplina scomparirà, crescerà la disunione, il timor di Dio andrà allontanandosi e regnerà la libertà della carne. Infatti, là dove non si pratica l'obbedienza e non viene rispettato il superiore, il buon governo va in rovina.

CAPITOLO 5

DELLA CUSTODIA DEL CUORE E DEL RITORNO ALL'INTERIORE

Sebbene l'uomo inclini facilmente alle cose esteriori e il suo appetito sensitivo prenda volentieri qualche consolazione dalle creature, egli deve procurare di tornare

prontamente in se stesso con la contrizione dello spirito, per non perdere interiormente una maggior grazia e per non diventare incostante e mal sicuro, seguendo i suoi desideri di vedere e di conoscere curiosità.

Perciò, veglia costantemente alla custodia del tuo cuore e raccogli ti opportunamente nel tuo interno. Obbligati con la violenza, se è necessario, a entrare nelle profondità del tuo cuore, poiché, se non regna la pace dentro, non ti gioverà nulla quello che otterrai all'esterno dalle cose terrene.

Per la pace e la custodia del cuore, è molto utile che ordini discretamente le tue occupazioni esteriori, riservandoti il tempo per alcuni esercizi spirituali, in modo da saper bene quando devi leggere, quando pregare, quando lavorare, quando meditare, quando tacere, quando parlare, quando stare solo e quando stare con gli altri. E fa' ogni cosa a suo tempo con buona deliberazione, e non essere mai libero da qualche opera santa o da qualche pio esercizio.

Vi sono cose che devi evitare assolutamente: le conversazioni frivole e le notizie del mondo, le relazioni con donne, le familiarità coi giovani, le visite degli amici e i saluti degli ospiti. Tutte queste cose distraggono la mente e macchiano la coscienza; e chi se ne diletta, si impoverisce dei beni interiori.

Vi sono altre cose che devi conservare con tenacia: il rigore dell'osservanza nel silenzio, nel digiuno, nelle veglie e nelle altre austerità che mirano al castigo del corpo. Infatti, se il corpo non è soggetto al freno della disciplina monacale, si ribella allo spirito e suscita nell'anima molte tentazioni che accecano l'intelligenza e raffreddano il fervore della divozione.

Vi sono cose che devi sopportare pazientemente: la mancanza delle cose temporali, l'incomprensione dei buoni, i maltrattamenti dei nemici, le infermità fisiche, i costumi degl'imperfetti, la severità delle parole, la mancanza di consolazione interiore e le afflizioni degli amici. Sono tutte cose nelle quali l'uomo viene messo alla prova e si purifica come nel fuoco; e queste contrarietà, sopportate convenientemente, gli procureranno il merito di una grande ricompensa eterna.

Vi sono anche cose che devi allontanare da te immediatamente: i vizi manifesti e i peccati contrari ai Comandamenti di Dio. A volte, si introducono nascostamente sotto la protezione d'una dispensa lecita; ma, molte altre volte, la concupiscenza e la tepidezza spingono

molto più avanti di quanto richieda la necessità. Perciò, conviene premunirsi contro il veleno della seduzione.

Quindi, seguendo il consiglio del saggio, custodisci il tuo cuore con tutta diligenza, affinché non entri in esso nulla d'impuro che offenda Dio. Se ti accorgi di essere trascinato da qualche vizio, ricorri al rimedio più opportuno: se tramandi, la passione diviene più forte e le cose peggiorano. Non vi è vizio così grave che non possa essere guarito quando si mostra la ferita e si chiede il consiglio del medico spirituale. Ma una cosa è conoscere il rimedio e altra è applicarlo. Molti sanno benissimo quello che devono fare o evitare, ma non si danno pensiero di custodire il cuore e la bocca, e, di conseguenza, alla prima occasione, si lasciano sopraffare dai vizi d'un tempo.

In questa vita, che è tutta una tentazione, occorre combattere ogni giorno, fare propositi fermi e implorare la grazia divina, fino a che non sia terminata questa vita così volubile di lotta interiore.

Non si può trovare, qui sulla terra, la medicina che guarisca da tutte le malattie dei vizi fino al punto di non sentire più nessun movimento della concupiscenza, poiché questo è un dono della futura beatitudine promessa ai santi. Tuttavia, con l'aiuto della grazia, possiamo reprimere i movimenti peccaminosi, evitare le occasioni di peccato e lavare con la penitenza le macchie contratte nel corso della giornata.

È una grande impresa sapersi sottrarre ai vizi che ci assalgono e non lasciarsi attirare dalle cose sensibili esterne. Infatti, o ti muove il creatore o ti muove la creatura, e, secondo le disposizioni della mente, vengono facilmente indirizzati gli affetti del cuore e le membra del corpo; e non si fa e non si dice nulla che non proceda dalla radice del cuore. *L'uomo buono, dal suo tesoro che è buono, trae fuori cose buone; l'uomo cattivo, dal suo tesoro che è cattivo, trae fuori cose cattive* (Mt 12,35), dice il Signore.

Devi, dunque, vigilare molto per la custodia del cuore e vedere quali pensieri e quali desideri si agitano dentro di te, per cacciare prontamente i cattivi e assecondare i buoni e pensare sempre e molto seriamente alla maggiore utilità della tua anima, secondo le parole del profeta: *La mia anima è sempre in pericolo, ma io non ho dimenticato la tua legge* (Sl 118,109). Se così fece il santo re Davide che aveva cura di tutto il regno, quanto più lo deve fare il religioso che ne ha fatto professione a Dio

e che, avendo rinunciato a tutte le preoccupazioni terrene, può veramente darsi pensiero della salvezza eterna della sua anima!

Alla purezza del cuore giovano assai la solitudine e il silenzio: studiare, leggere, pregare, meditare e non voler saper nulla delle cose del mondo, poiché le cose cattive udite nuociono più di quanto giovino le cose buone apprese dai libri. È, infatti, difficile trovare un atto così buono che non sia mescolato con qualche parte di male. E in ogni parola e in ogni atto, il nemico tende i suoi lacci per distrarre la mente dalle sue cure interiori. Egli conosce bene il cuore umano, e sa che, se non si diletta del bene, scivola presto verso il male.

CAPITOLO 6

DELLA CUSTODIA DELLA BOCCA E DELL'ESERCIZIO DEL LAVORO

Metti un lucchetto alla tua bocca, poiché dovrai rendere conto d'ogni parola oziosa (cfr. Mt 12,35). *Se uno crede di essere religioso e non pone un freno alla sua lingua, dice l'Apostolo san Giacomo, ma inganna anzi il suo cuore, la sua religiosità è vana* (Gc 1,26). Dalla mancanza di custodia della lingua, dunque, sogliono provenire molti mali, dai quali è libero l'uomo silenzioso, che non ha bisogno di confessare la sua colpa.

Procura, quindi, di tacere volontariamente e di non lasciarti andare alle parole oziose, perché la conversazione troppo lunga spegne la divozione, genera la dissipazione, fa impiegare male il tempo, danneggia la coscienza e offende gli altri.

Il silenzio è una norma antica dei religiosi, norma introdotta dai santi Padri e conservata con grande diligenza. Chi manca a questa regola per leggerezza, offende Dio e tutti i santi.

Gesù Cristo disse: *Il vostro parlare sia: sì, sì e no, no. Ciò che si dice in più, viene dal maligno* (Mt 5,37). Con queste parole, Egli insegna a parlare con brevità e chiarezza quando è permesso, ma anche a tacere quando non è permesso parlare.

Se vuoi osservar bene il silenzio, fuggi dalla gente e va' in un luogo segreto per pregare o nella tua cella

per leggere o scrivere. Sarà sempre meglio che legga un salmo o reciti la preghiera domenicale per i tuoi peccati piuttosto che perdere il tempo chiacchierando di cose profane.

Il non far nulla o il parlare di cose oziose non deve essere considerato come una vera ricreazione, ma piuttosto come un'esecrazione, dato che si dimentica l'opera di Dio e si dicono scempiaggini.

Va', dunque, al tuo lavoro, e lavora nella vigna di Dio per il danaro della vita eterna, in modo che il padre di famiglia non ti possa rimproverare: *Che fai qui tutto il giorno in ozio?* (cfr. Mt 20,6).

La Scrittura loda chi fa bene; Gesù Cristo ricompensa il servo fedele, ma rimprovera il pigro e l'indisciplinato e ordina che gli sia tolta la grazia che gli era stata concessa e sia data a colui che lavorò con maggior fervore. Verrà, infatti, il tempo in cui non potrai più lavorare, e forse, non potrai più dire una parola per la grave infermità. Perciò, devi sempre stare attento e tremare sempre prima dell'ultima ora, per non trovarti, allora, con le mani vuote.

Per questo, Gesù disse ai suoi discepoli: *Bisogna che io compia le opere di colui che mi ha mandato finché è giorno. Viene la notte, quando nessuno può più lavorare. Finché sto nel mondo, sono la luce del mondo* (Gv. 9,4-5).

Prendi, quindi, l'esempio da Gesù Cristo, da san Paolo, da sant'Antonio, da sant'Agostino, da san Girolamo, da san Benedetto, da san Francesco, da san Domenico e da tutti i santi Padri che scrissero le regole dei monaci e fondarono una famiglia religiosa. Essi lavorarono veramente molto nel loro Ordine, e per la vita eterna castigarono duramente il loro corpo con molti digiuni, nella solitudine e nel silenzio, con molte veglie e preghiere e con altre pratiche e lavori molto graditi a Dio nel servizio del Signore.

Che decidi dunque? Chiacchierando e bighellonando di qua e di là, pensi di poter ottenere la corona gloriosissima che i santi di Dio hanno raggiunta spargendo sangue e sopportando gravissimi tormenti? No assolutamente. *Se non farete penitenza, dice Gesù, perirete tutti allo stesso modo* (Lc 13,3). Sentenza dura, ma utile per il tuo emendamento e per indurti a osservare la disciplina. Correggi ora la tua vita, e non avrai il castigo, ma avrai anzi la gloria eterna.

CAPITOLO 7

IN RACCOMANDAZIONE DELLA CELLA
E DELLA SOLITUDINE

Chi ama la cella e resta volentieri in essa, è libero da molti peccati e tentazioni. Quanto più assiduamente si vive in essa, tanto più si ama e piace. Quanto più la si trascura e si entra raramente in essa, tanto più viene temuta e dà fastidio.

Fortunato colui che la ama e vive in essa: lo istruirà l'unzione dello Spirito Santo. Fortunato colui al quale è stato concesso di abitare nella cella e vive in essa fino al termine della sua vita. Guai a colui che, alla prima occasione, l'abbandona e ama star fuori di essa! molto presto, sarà sedotto, sorpreso e danneggiato.

Per non averla cercata ansiosamente, molti vennero rimandati alle opere del secolo per diverse occasioni, e si perdettero miseramente.

Poveri noi, se non sappiamo restare in essa fino a che ci dia il frutto maturo! L'uomo deve comportarsi in questo modo: come se, ogni giorno, dovesse andare alla tomba. Per costui, la cella non è seccatura, ma un luogo di pace. E come è un paradiso per l'uomo equilibrato e grave, così è un carcere e una catena per quello inquieto.

È cosa buona e degna di lode stare allegramente chiuso nella cella per amore di Dio, dato che molti martiri furono incarcerati e condannati per causa del Cristo. Scegli dunque di stare volontariamente legato nella cella, per essere equiparato nei meriti ai santi.

Ti spinga il timore di Dio più che il ferro, la carità più che la necessità evidente. Se non ti trattiene l'amore, ti trattenga almeno il timore di Dio. Non sei legato male se, spinto dal timore dell'Inferno, ti chiudi nella cella per far penitenza dei tuoi peccati. Sono legati male coloro che si danno alla divagazione del cuore e dello spirito. È ben chiuso colui che è consacrato a Dio e non sente il bisogno d'uscire dalla cella.

Se intendi restare in essa, non essere mai ozioso. La accidia e l'ozio cacciano dalla cella il monaco ciarliero. Colui che ama il silenzio e lavora con tranquillità, sarà un buon custode della sua cella.

Se ti assalta la noia della cella, resisti in essa per amore di Cristo, e non lasciarti trascinare fuori per nessun motivo. Se resisterai con costanza, presto, il tuo carcere si trasformerà in un paradiso di delizie. I santi, trattenuti nelle carceri per causa di Cristo, furono spesso visitati dagli angeli e consolati abbondantemente. Se ti chiudi pazientemente nella cella per amore di Cristo, giungeranno presto anche a te, per la misericordia di Dio, la luce celeste, la gioia della buona coscienza e un grande profitto spirituale.

Chi resta nella cella, è libero da molti pericoli; chi se ne va di qua e di là, si espone ad altrettanti.

Non possono essere spiegati sufficientemente i vantaggi della cella, come non possono essere spiegati sufficientemente gl'inconvenienti a cui vanno incontro coloro che vivono fuori di essa. Chi resta fedelmente nella sua cella, è come colui che custodisce la sua bocca: non sente le mormorazioni, non s'accorge dei brontolii, non vede le vanità e non si lascia andare a leggere.

Chi ama veramente la sua cella, legge o prega o geme o medita o scrive o corregge libri o fa qualche altra cosa buona.

Chi ama davvero la sua cella, è cittadino del cielo, amico di Dio, compagno degli angeli. Egli conosce i segreti, caccia i demoni, lotta contro i vizi, disprezza le cose mondane, è libero dalle preoccupazioni, possiede il riposo e la pace, ama le Scritture, scruta la verità, gusta la purezza, è assiduo alla preghiera, raccolto nella santa meditazione e distruttore d'ogni divagazione.

Pensa che, nel mondo, esistete solo Dio e tu, e proverai una grande tranquillità nel tuo cuore.

Ricorda che l'angelo parlò a Maria nella sua stanza, mentre stava pregando, e non mentre stava parlando con gli uomini fuori. Perciò, chi vuole conoscere i segreti celesti, deve star lontano dagli uomini. Così, infatti, fece Mosè, il quale, abbandonata la moltitudine degli uomini, stette da solo con Dio sul monte, per essere degno di ricevere la legge del Signore. Leggi qualche volta queste cose, affinché ti sia dolce vivere nella tua cella.

CAPITOLO 8

DELLA CELEBRAZIONE DEL CORO
E DELL'UFFICIO DIVINO

Il coro è il luogo sacro di Dio e dei santi angeli: lì, si celebra l'Ufficio divino con l'assistenza dei ministri della Chiesa, che cantano inni con riverenza e con divozione.

L'ufficio degli angeli in cielo è affidato anche ai religiosi nel coro. Gli angeli hanno la missione di lodare sempre Dio; i religiosi hanno quella di salmodiare e di pregare attentamente. Procura di stare e di cantare nel coro come se ti trovassi in mezzo agli angeli.

Ricordati di Gesù, il tuo amato Signore, adagiato nella mangiatoia o pendente dalla Croce o assiso alla destra del Padre, come se ti trovassi e cantassi davanti a Lui. Che Egli sia nel tuo cuore e sulle tue labbra per pronunziare apertamente e chiaramente le parole dello Spirito Santo: per quest'opera e a questo fine è stato composto l'Ufficio.

Metti Gesù alla tua destra e Maria alla tua sinistra e tutti i santi intorno a loro. Tutti i tuoi fratelli siano per te come gli angeli di Dio. E pensa di dover cantare anche in cielo con coloro coi quali canti ora sulla terra.

Nelle lodi divine, si gode una vita pura e una coscienza tranquilla. L'uomo inquieto e tiepido prega con sonnolenza e pesantezza.

Se vinci la pigrizia e tieni il tuo cuore lontano dalle distrazioni, prepari la via alla divozione e avrai sempre ragione di rallegrartene.

Le molte preoccupazioni soffocano la parola di Dio e le lunghe conversazioni causano la distrazione della mente. Quello che l'uomo ha fatto prima, gli si ripresenta spesso durante la preghiera; e il nemico interviene e si serve di questo per seminare zizzania.

Il divoto del coro pensa solo a Dio e a se stesso, come se si sentisse trasportato ed elevato al coro celeste.

Terminate le cose che costituiscono l'Ufficio divino, non darti alle cose esteriori, per non perdere la grazia che hai ottenuta per mezzo dell'orazione, ma cerca piuttosto di concentrarti, dopo aver espresso i desideri delle

tue labbra, e di tenerti lontano da ogni rumore, tutto teso in un più ardente ringraziamento, ripensando a quello che hai sentito cantare.

Che ti giova lodare Dio per un'ora, se, nell'ora seguente, cominci a trattare di cose profane e inutili? Non compromettere il frutto prezioso dei tuoi cantici e l'opera che Dio ha compiuta in te con vane lepidzze o con sciocchezze; altrimenti, andrà scomparendo a poco a poco la divozione che era sicura sotto la protezione del silenzio. E quando senti la stanchezza per qualche Ufficio troppo lungo, pensa che, una volta terminatolo, volerai al cielo. E se questo non ti basta, ricorda che è molto più facile vegliare e cantare per tre o quattro ore che ardere per un'ora sola nel Purgatorio.

È certamente cosa di grande merito assistere alle sacre Ore canoniche e recitare le lodi di Dio con gioia e in compagnia di molti fratelli nella chiesa.

Se non possiamo pregare senza interruzione e darci alla contemplazione coi beati, dobbiamo almeno porre molta diligenza in certe ore destinate a questo, per poter salmodiare attentamente e divotamente.

In un servizio così santo, non solo guadagni tu, meritando dal Signore la ricompensa eterna, ma puoi anche essere utile a tutti i fedeli di Cristo, e in modo speciale ai defunti, implorando per essi la grazia ed il perdono nelle Ore canoniche del giorno e nella Messa; e puoi farlo tanto più abbondantemente quanto maggiori sono l'assiduità e il fervore con cui preghi per tutti.

Nessuna parola pronunziata attentamente mancherà del giusto premio, come sarà punita con severità ogni parola che avrai pronunziata con negligenza. Poiché non è un piccolo peccato stare alla presenza di Dio e dei santi col cuore distratto e prestare poca attenzione alle parole sacre. Quanta irriverenza suppone il pensare a parole o a fatti di nessuna importanza, là dove è doveroso occuparsi unicamente delle opere e dei segreti divini, lasciando da parte ogni altra preoccupazione!

In questo, si conosce il vero religioso interiore: se si occupa con fervore delle lodi di Dio e non gli piace nulla che non lo aiuti a pensare e a fare le cose che sono più gradite a Dio e a stare in comunione con gli spiriti angelici. E pregar sempre significa appunto lodare, benedire e glorificare Dio con tutto il cuore, come dice Davide nel Salmo: *Benedirò sempre il Signore; la sua lode sarà sempre sulla mia bocca* (Sl 33,2).

Perciò, chi è svegliato o muto o assente dalle lodi di

Dio, non è un suo amico né un cittadino del cielo, poiché gli angeli stanno sempre lodando Dio e cantano all'unisono il *Santo, Santo, Santo* in lode della Santissima Trinità. Giustamente gli angeli sono anche chiamati gli uccelli del cielo, perché, col fruscio delle loro ali, ci invitano a cantare.

Fra tutte le opere dell'anima fedele, non vi è occupazione tanto fruttuosa né servitù tanto gradita a Dio come quella di chi prega spesso e con divozione e loda Dio con tutto l'affetto del cuore.

Guai, quindi, a coloro che non ardono dell'amore divino, ma stanno continuamente rivolti ad altre occupazioni, e non pregano né lasciano pregare gli altri, e, mentre dovrebbero riparare per i loro peccati, ne aggiungono altri a quelli che già hanno commessi! Tali sono coloro che entrano tardi nella chiesa e ne escono primi; coloro che amano le Messe corte e si esercitano in lunghi banchetti; coloro che si dilettono continuamente di passatempi e di distrazioni e non trovano il tempo per ringraziare convenientemente Dio dei benefici ricevuti, perché badano ad alimentare piuttosto il corpo che l'anima.

Il buon religioso, consacrato al servizio di Dio, non agirà così, ma anzi, cosciente di tutti i benefici di Dio, che sono infiniti, procurerà di pernottare con Gesù nella preghiera, cantando inni e salmi, offrendo i santi sacrifici, perseverando nelle meditazioni devote ed elevando sempre il suo cuore verso Dio.

CAPITOLO 9

DELLA GRANDE DISCREZIONE CHE OCCORRE OSSERVARE IN OGNI ESERCIZIO SPIRITUALE

Il servo di Dio deve fare tutto sotto il controllo della discrezione. Cerca, quindi, di seguire una via regolare, in modo da non accondiscendere troppo alla tua carne e da non essere troppo rigido per il fervore, rischiando d'allontanarti dal tuo fine.

Se vuoi conservare un ordine stabile nel tuo modo di vivere, cammina nel mezzo fra i due estremi, così da non aspirare per arroganza a cose che sono superiori alle tue forze e da non tralasciare per pusillanimità cose che puoi fare comodamente.

Dio non ti chiede di distruggere il tuo corpo, ma di

frenare i tuoi vizi. Non esige cose impossibili, ma utili per la tua salvezza. Ti dà saggi consigli e ti provvede il necessario per la vita, affinché ti giovi saggiamente del servizio del tuo corpo a profitto della tua anima e non oltrepassi in nulla la misura della discrezione.

Correre oggi e, domani, essere sfinito, non è progredire nella via di Dio, ma confondersi e impedirsi di avanzare. Volere, oggi, essere privo di tutto e, domani, concedersi il superfluo, non è amare la povertà, ma favorire la passione. Rifiutare, oggi, il necessario e, domani, cercare lo straordinario, non significa praticare l'astinenza, ma assecondare la gola. Non volere, oggi, mangiare quello che ti viene presentato in tavola e, domani, mormorare per la mancanza del cibo necessario, non è un segno di spirito di mortificazione, ma una prova d'intolleranza. Leggere e scrivere tanto da procurarsi un mal di testa non significa nutrire l'anima, ma renderti incapace di compiere altre opere buone. Evitare, oggi, ogni parola e, domani, non saper frenare la lingua e mancare al silenzio, non vuol dire avere zelo per l'ordine, ma scandalizzare molti nell'Ordine. Cantare, oggi, con voce così alta, che, domani, quasi non puoi più aprire la bocca per cantare, non è lodare Dio, ma disturbare gli altri del coro. Tutto quello che è fuori della moderazione e non si attiene alle regole della descrizione, non piace a Dio e non suole durare lungo tempo.

In qualsiasi opera spirituale, quindi, per portare a termine i tuoi impegni, devi osservare la norma comune ed evitare ogni nota di singolarità, seguendo il consiglio del suo superiore in tutti i dubbi e perplessità e praticando l'obbedienza senza inganno con la misura della discrezione.

Stare sempre nel supremo grado della divozione non è cosa della fragilità umana, e inclinare troppo alle cose esteriori e agitarsi per i beni terreni, non è profitto spirituale, ma perdita d'ogni religiosità.

E anche se, per una grazia speciale, sarai visitato e inebriato di Dio, ricorda che sei uomo, e non un angelo, che porti ancora il peso della carne e non la stola dell'anima, e riconosci che la grazia ti è stata data, ma che non è nata con te.

Sta' attento, quindi, a non voler sapere più di quanto conviene sapere, ma unisci piuttosto la gioia col timore, e non aspirare a cose troppo elevate, affinché non ti avvenga di essere umiliato e d'abbandonarti, poi, alla disperazione.

Quando lavorerai in cose esteriori e tratterai dei problemi necessari, non lasciarti assorbire del tutto dalle cose visibili, ma, al contrario, elevati a Dio con la frequente meditazione. Pensa perché e per chi sono fatte queste cose esteriori. Esse devono aiutare il servo di Dio, e non già disturbarlo. Egli, infatti, deve tendere più facilmente alle cose eterne e invisibili appunto perché sa trattare con perfetta moderazione delle cose terrene.

Però, per possedere la virtù della discrezione nelle opere e il dono della sapienza nel riposo, ti gioverà assai di più pregare divotamente e chiederlo a Dio umilmente che confidare nei tuoi sforzi e nel tuo lavoro.

CAPITOLO 10

ORAZIONE DELLA COMPLETA PERFEZIONE NELLE VIRTÙ

Signore, Padre santissimo, che hai fatto tutte le cose in numero, peso e misura e vuoi che ogni creatura ragionevole riconosca la sottomissione che ti è dovuta, e, sopra tutto, ami e cerchi il servizio spontaneo in tutti i tuoi servi: ti prego a voler dirigere i miei atti spontanei secondo il tuo beneplacito e a piegare al giogo delle tue eterne disposizioni i movimenti ribelli della mia carne, concedendomi la grazia di rinunciare interamente alla mia volontà.

Ordina tutti i miei affetti in modo che io rigetti, fin dall'inizio, i cattivi e conservi tenacemente i buoni, ami i puri e impari a contemplarti senza immagini corporee.

Modera le mie attività terrene ed esterne, in modo che io non mi lasci mai assorbire interamente da esse, ma possa, invece, tornare dentro di me ed elevarmi senza difficoltà alle cose celesti. Accresci in me il desiderio delle cose eterne, l'amore delle sante virtù, la gioia delle cose celesti, in modo che tu, Signore Dio, ne abbia un maggior onore, e io, un maggior profitto spirituale.

La tua visita non mi porti il peso della mia superbia, e non mi turbi la peste della vanità. Non permettere che venga ingannato da Satana o trascinato dalla falsa dolcezza o attirato fuori della comunità da una divozione privata o esaurito da un'attività eccessiva; ma concedimi di fare tutto con discrezione, di non intraprendere

nulla senza un consiglio opportuno, di camminare con purità e semplicità alla tua presenza con timore e riverenza, senza passione o affetto esagerato per le cose corrottabili.

Concedimi di possedere uno spirito umile e tranquillo, di non essere mai smoderatamente estroverso, di non attaccarmi mai a una creatura con un affetto vizioso, ma di conservare unicamente per te il mio cuore puro e pacifico, in modo che, tenendo sempre lo sguardo rivolto al cielo e segretamente indirizzato a te, mio Dio, io non mi lasci impressionare da nessuna cosa visibile, ma continui sempre a disprezzare realmente il mondo.

Concedimi di compiere gli atti esteriori in modo che non causino nessun danno al mio interiore, ma che qualsiasi lavoro e opera intrapresa per il tuo onore mi serva d'aiuto e di guida per consacrarmi immediatamente a te con maggior libertà.

Tutto quello che farò esternamente o penserò internamente, concedimi di farlo con purità e semplicità per la maggior gloria del tuo nome e per amore della tua santissima volontà; e concedimi d'abbandonarmi prontamente nelle tue mani in ogni cosa, favorevole o contraria alla mia natura, di sopportare con pazienza il peso della vita presente fino a che tu disponga di porre termine alla mia vocazione, affidando fedelmente la mia anima e il mio corpo a te, mio Creatore.

Ricordati di me, Dio mio, nell'ora dell'estrema necessità, e usa misericordia col tuo servo, poiché non confido nei miei meriti, ma solo nella tua pietà e misericordia infinite.

CAPITOLO 11

DELL'AMOR DI DIO E DEL PROSSIMO E DELL'ODIO DEI VIZI

Dio è la felicità dell'anima, e l'anima non può essere felice né veramente saggia quando possiede qualche bene creato, ma solo quando ama Dio sopra tutte le cose e disprezza cordialmente le cose che sono inferiori a Dio. Per questo, san Paolo dice: *Stimo tutto come spazzatura, pur di godere Cristo* (Fil 3,8).

La carità è una virtù nobile e nata da Dio, che rende

celeste ed estranea al mondo l'anima che ne è ripiena. La carità odia i vizi, detesta i piaceri peccaminosi, perseguita il male e violenta la natura, per poter vincere quello che è contrario a Dio e alle virtù.

Come sono contrari fra loro l'acqua e il fuoco, così non possono stare insieme Dio e l'amore del mondo. Quanto più un uomo vince se stesso e si corregge dei suoi errori, tanto più cresce in lui l'amore a Dio e s'affievolisce e si spegne l'amore della carne.

Colui che si comporta male e non se ne pente, ma rimane invece incorreggibile, offende la carità e distrugge il bene della pace.

È adatto per la concordia solo colui che abbandona i suoi cattivi costumi coi quali può offendere Dio e quelli che vivono con lui. Se vuoi avere l'amore di Dio e conservare la pace fra i tuoi fratelli, piega la tua volontà e non far nulla per superbia, ma umiliati in tutto.

La via che conduce alla carità è quella che discende con l'umiltà, poiché chi pensa superbamente di sé, è molto lontano dalla carità.

Molte volte, si pensa che sia carità, ma è piuttosto carnalità. Bere vino con voluttà e parlare con donne è carnalità. Mangiare splendidamente e vestire con raffinatezza è carnalità. Parlare molto e lavorare poco è carnalità. Non pregare quasi mai e bighellonare spesso da una parte e dall'altra è carnalità. Arrivare sempre presto alla mensa e sempre tardi alla preghiera è carnalità.

Dimostra d'aver la vera carità colui che odia radicalmente la vanità del mondo e rifugge da ogni atteggiamento carnale. Infatti, la santa carità non cerca negli uomini la consolazione terrena, bensì il profitto spirituale.

La carità pensa che l'anima è fatta a immagine di Dio e rigetta come nociva la carne che inclina al male.

Non si può dire che vi è carità là dove non si trovano zelo per la giustizia né fervore di disciplina.

Chiunque ama veramente Dio e il prossimo, non deve nascondere l'offesa a Dio e il danno per le anime. La pace è buona con le virtù, ma è sempre cattiva coi vizi.

Regnano ordine e pace nella casa in cui si correggono i difetti e si estirpano prontamente i vizi.

CAPITOLO 12

DELL'ASTINENZA E DELLA CASTITÀ

Cibo e bevanda sobri sono la salute dell'anima e del corpo. La scarsità insegna ad amare la povertà.

La continenza in mezzo ai piaceri è una virtù molto rara: l'abbondanza di beni temporali è un'occasione di discordie e la madre di tutti i vizi.

La carità è più sicura nella povertà che in mezzo alle ricchezze. L'indigenza corporale è una medicina per l'anima fedele.

Il dolore del cuore impedisce la dissipazione, e il timore di Dio chiude gli occhi orgogliosi. Come è dannosa la vita impudica, così è dannoso ascoltare cose disoneste. L'anima santa eviti sempre la soverchia vicinanza dei corpi, poiché la carne impressiona presto la carne. Amare il bello e cercare la soavità non favorisce la virtù della castità. Al contrario, colui che abbraccia le cose modeste e amare per amore della castità, può vincere più facilmente la carne, poiché, quanto più viene mortificata la carne, tanto più si eleva lo spirito.

Chi si tiene lontano da ogni contatto del corpo, riceverà nell'anima la soavità della castità.

Chi ama la solitudine, si conserverà più puro dalle macchie delle cose mondane.

Chi crederà che il suo corpo è il carcere dell'anima, non si darà pensiero d'adornarlo e di metterlo in mostra, sapendo che si trasformerà presto in fango e fetore. Apprezzare l'esteriore dell'uomo e gloriarsi della bellezza e della forza è cosa vana e viziosa.

I santi vissero in molta astinenza e disciplina del corpo, e, in ricompensa della presente afflizione, riceverono la consolazione dello Spirito Santo. Non è degno di venir consolato da Dio chi si diletta dei beni transitori e si rattrista per la loro scarsità.

Chi sopporta con pazienza la fatica e il dolore nel servizio di Cristo, riceverà una grande ricompensa, per quanto sia piccolo quello che ha fatto.

La castità ha molti nemici; ma quelli che si umiliano sinceramente, chiedono prontamente l'aiuto di Dio e custodiscono diligentemente i loro sensi, otterranno la vittoria seguendo Cristo come loro condottiero.

CAPITOLO 13

DELL'UTILE MEDITAZIONE DELLA VITA
E DELLA PASSIONE DI GESÙ CRISTO

Il primo esercizio e la consolazione più soave che si possa avere in questa vita è la vita e la Passione di nostro Signore Gesù Cristo, che, tanto nella vita attiva come in quella contemplativa, insegna all'uomo nel modo più perfetto, senza errori e senza molti ragionamenti, quello che egli trova raramente nelle altre scienze. Perciò, la via più sicura per la perfezione e l'illuminazione della mente, come per giungere alla vita eterna, è quella di conformarsi al Figlio di Dio in tutte le sue virtù e nei suoi costumi.

Impara, quindi, a indirizzare tutti i tuoi esercizi al suo amore e al suo onore e a considerare Gesù come presente in ogni tempo e in ogni luogo, e, con grande riverenza e divozione, china umilmente il capo quando senti pronunziare o pronunzi il suo santissimo nome; piega il ginocchio e, con tutti gli angeli e gli arcangeli e con tutto il coro dei santi, adora, benedici e loda la sua maestà e la sua divinità.

Che Gesù Cristo abiti nel tuo cuore per mezzo della fede e della carità vuol dire questo: non lasciar mai allontanare la sua immagine dagli occhi della mente, tendere sempre a compiere il suo beneplacito e non anteporre nulla al suo amore. Tutto il bene di cui senti parlare, che fai o che dici, indirizzalo a Lui solo e in ultima istanza, poiché Egli è la fonte della vita, della sapienza e della disciplina. Non si perderà il più piccolo pensiero con cui è stato ricordato, e non sarà vana nessuna preghiera indirizzata a Lui.

Conformati, dunque, con la vita santissima di Gesù, imitando in questo mondo, secondo le tue forze, la sua povertà, la sua umiltà, la sua pazienza e il suo disprezzo per le cose del mondo. Pensa come lavorò per te dalla sua santa nascita fino alla sua morte sulla Croce, come soffrì per te e per te impiegò il suo tempo, cosa che non ha fatto nessun angelo e nessun santo. A ragione, quindi, Egli deve essere amato da te sopra ogni cosa e ininterrottamente.

San Paolo stimava come cosa superiore a ogni sapienza e a ogni scienza pensare a Gesù Cristo e a Gesù Cristo crocifisso. E, sebbene avesse imparato e letto molte cose, non le stimò mai più grandi che la Passione e la carità di Cristo, tanto immensa che nessuna creatura può ringraziare Dio come dovrebbe per la più piccola parte di essa. Per questo, dopo aver detto addio a tutte le cose del mondo e aver soggiogato le passioni della carne, egli diceva ancora, già pieno di Dio: *Per me, la vita è Gesù Cristo, e la morte è un guadagno* (Fil 1,21). O dolce e salutare parola che non dovrebbe mai essere dimenticata! Quanto è felice e santa l'anima che può parlare così! l'anima per la quale Cristo è tutto quello che la fa vivere, tutto quello che sa, tutto quello che fa, tutto quello che comprende, tutto quello che crede, tutto quello che spera, tutto quello che ama, tutto quello che pensa, tutto quello che dice e tutto il bene che fa!

Vive davvero e vive felicemente colui per il quale Gesù Cristo è tutto in tutto e amato sopra tutto, colui che rimane in Gesù Cristo più che in se stesso, non conservando nessuna stima di sé, ma riposando in Cristo dolcemente e gioiosamente. Vivere così è vivere per Cristo e morire a se stesso, e quindi, è perdere e guadagnare in sommo grado, poiché è perdere la morte eterna e guadagnare la vita eterna in Cristo Gesù, nostro Signore.

Un'anima così fatta, sebbene viva ancora in questo mondo e sia coperta dalla nube della carne e oppressa da molte molestie, con la mente, abita già lassù, nel cielo, dove Cristo è assiso alla destra del Padre. A Lui sospira ogni giorno e tende avidamente, e non cessa di pregare fino a che non lo possieda.

CAPITOLO 14

DEL RICORDO E DELL'INVOCAZIONE DELLA BEATA VERGINE MARIA

Convieni richiamare alla memoria, in tutte le cose, il ricordo della gloriosissima Vergine Maria, Madre benedetta di Gesù. Devi raccomandarti ogni giorno ai suoi meriti e alle sue preghiere e ricorrere a lei in tutte le tue necessità, come ricorre alla sua cara madre il figlio ricoperto di piaghe. Il dolce nome di Maria infonde fiducia a colui che la invoca e la chiama. Ed essa è sem-

pre disposta a dire cose buone al suo Figlio Gesù in favore dell'anima afflitta e miserabile.

Se Maria non pregasse tutti i giorni per il mondo coi santi in cielo, come potrebbero ancora essere in vita gli uomini che offendono Dio con peccati così gravi e numerosi e con così poco emendamento?

Maria, dunque, dev'essere invocata da tutti i cristiani: dai giusti e dai peccatori, ma principalmente dai religiosi e dalle persone consacrate, che hanno il proposito della continenza e che, per mezzo dei santi desideri, sospirano le cose del cielo e non vogliono avere nulla dal mondo né vogliono avere a che fare con esso.

Ma che cosa le si deve chiedere? Chiedile, in primo luogo, il perdono dei tuoi peccati; quindi, la virtù della continenza e l'umiltà, che è un dono molto gradito a Dio. In questo modo, ti presenterai sempre umile al cospetto di Dio, desidererai di essere considerato come cosa da poco e miserabile, non ti glorierai di nessun bene, e così, non perderai tutto quello che pensi di avere. Riconosci a tua confusione di essere così lontano dalle vere virtù, dall'umiltà profonda, dalla santa povertà, dalla perfetta obbedienza, dalla purissima castità e dalla fervente carità, tutte virtù che risplendettero pienissimamente in Maria, la Madre di Dio.

Gettati quindi ai suoi piedi come un povero mendico, per acquistare almeno il più piccolo grado di queste virtù, se, per la tua indolenza, non sai elevarti fino al più alto. Qualunque cosa desideri, chiedila umilmente per le mani della beata Maria, i cui meriti sono di grande aiuto per coloro che si trovano nel Purgatorio e sulla terra.

In Gesù, suo Salvatore, essa ebbe una grazia, e, in cielo, gode d'una gloria superiore a quella di tutti i santi; ma tutto questo è per noi che viviamo in questo mondo.

Affidati quindi con sicurezza alla fedeltà di colei le cui preghiere sono esaudite da Dio, non chiedendo però nulla, se non quello che piace a lei e al suo amato Figlio e che è utile per la tua salvezza. E questo lo conoscono essi meglio di te.

Pregare per i peccatori e conservare l'umiltà di cuore è cosa che piace assai a Dio e alla beata Vergine. Essa, dinanzi a Dio, si gloriò unicamente della sua umiltà, e non disse nulla del resto; e, per quanto sia stata grande la grazia che ebbe, non uscì dalla sua umiltà. La Vergine Maria preghi dunque piamente per noi, affinché siamo degni della grazia di Dio.

CAPITOLO 15

DELL'AIUTO DEI SANTI,
CHE DEV'ESSERE CHIESTO CON INSISTENZA

E non dimenticare di chiedere con insistenza l'aiuto dei santi che regnano con Cristo, poiché, come vedi, vivi in una valle di lacrime, ti trovi ogni giorno fra nemici e sei ancora pellegrino lontano da Dio.

Procura, quindi, nel tempo del tuo pellegrinaggio, di stringere amicizia coi santi, amici di Dio, di avere con essi una particolare familiarità e di tenerti lontano dalla conoscenza degli uomini e dalle conversazioni inutili.

Per te, è più importante la preghiera d'un solo santo che la visita di tutti gli amici di questo mondo.

Ti consolerà più Gesù Cristo nel silenzio che la lunga loquacità e il riso degli uomini nei grandi banchetti.

Il giusto ha una gioia interiore di cui non è capace l'uomo animale, avido di cose terrene. Se ami la povertà e la sincerità, ti troverai spesso in compagnia di Gesù e dei suoi santi angeli. E, se non ti consoleranno visibilmente, lo faranno almeno invisibilmente e nascostamente nelle Scritture.

Fortunato colui che non cerca le sue consolazioni negli uomini, ma nelle Sacre Lettere e nelle suppliche devote per ottenere di vivere bene e di amare le cose di lassù, come fecero i santi, disprezzando quelle di quaggiù.

Ognuno ama quelli che sono come lui: il divoto cerca il divoto, il casto cerca il casto, il santo cerca il santo, lo sventato cerca lo sventato e il dissoluto cerca il dissoluto. Perciò, se vuoi regnare in cielo coi santi dovrai soffrire per amore di Dio ed essere umiliato in questo mondo coi santi, poiché non giova molto onorare i santi con le labbra e disonorarli coi costumi.

Se vuoi piacere a Dio e ai santi, sottometti la carne, piega la tua volontà, combatti contro i vizi, lavora per acquistare le virtù, cerca di conoscere la vita dei santi, leggi i loro insegnamenti, per essere santo coi santi, istruito dai santi, aiutato dai santi, esaudito dai santi e coronato coi santi.

Ai santi piace il costante gemito elevato verso il cielo, il dolore dei peccati, il silenzio della bocca, il fermo proposito d'emendamento, il desiderio di progredire, la

pazienza nelle avversità e il ringraziamento per i benefici ricevuti.

I santi si dilettono anche del canto divoto, della prontezza nelle veglie, della lode delle salmodie, della confessione dei peccati, della richiesta di perdono, della celebrazione della Messa, delle lacrime sparse nella preghiera e di ogni atto d'osservanza della disciplina regolare.

Colui che si lascia prendere dal torpore e abbandona questi beni, perde la grazia della divozione, non è gradito a Dio né amato dagli angeli, ma è contrario a Dio e a tutti i santi. Infatti, chi appartiene a Dio, ascolta la parola di Dio, legge e scrive volentieri le parole di Dio, veglia e prega di buon grado e di buon grado pratica l'astinenza, lavora, tace, si dedica al servizio di Dio; volentieri sta nella cella e in chiesa, invocando questo o quel santo e chiedendo in ginocchio la grazia di vincere le sue passioni, di resistere alle tentazioni dalle quali è spesso assalito. Con le sue suppliche devote, ottiene di conservare la divozione, e, dopo l'agonia di questa vita, giungerà alla dimora dell'eterno riposo, dove tutti i santi regnano felicemente con Cristo.

Non sarà certamente vana la preghiera che si rivolge ai santi con pia intenzione e per onorarli. Coloro che, con tanta sollecitudine, pregarono per i loro nemici quando venivano da essi oppressi, quanto più sollecitamente pregheranno ora per i loro divoti, affinché possano presto unirsi a loro nelle gioie celesti coloro che essi vedono lavorare ogni giorno nel servizio di Dio e pregare Cristo con molti sospiri e lacrime per ottenere la vita eterna!

La preghiera rivolta ai santi infonde molta fiducia, poiché anch'essi furono uomini mortali e peccatori, trascinati e oppressi per lungo tempo da varie passioni. Liberati e giustificati dalla pietà e misericordia di Dio, essi ringraziano Cristo con tutto il cuore per tutti i mali che riuscirono a superare, felici nell'eterna beatitudine che meritavano di ricevere con l'aiuto della grazia divina.

CAPITOLO 16

DEL DESIDERIO DEL REGNO CELESTE

L'unico desiderio dei santi in questa vita fu quello di non avere nulla di comune con questo secolo, ma di

tendere sempre alla presenza di Cristo e alla compagnia dei santi, disprezzando tutte le cose terrene.

Per questo, anche san Paolo, che amava profondamente Cristo e disprezzava perfettamente tutte le cose terrene, languiva per il desiderio delle cose celesti e diceva: *Desidero morire per trovarmi con Cristo* (Fil 1,23). Questo non è un desiderio di tutti, ma solo dei perfetti, che possono dire: *Siamo cittadini del cielo* (Fil 3,20). Sono, infatti, assai pochi coloro che ripongono tutto il loro affetto nelle cose eterne e non aspirano alle ricchezze e agli onori terreni.

Ma coloro che, infiammati dell'amore di Dio, godono nella povertà e nel disprezzo di sé, inclinano il loro cuore all'umiltà e si riprendono duramente anche per le piccole negligenze; coloro che prendono il necessario per la vita con sobrietà e con timore, e preferiscono piuttosto averne troppo poco che troppo; costoro disprezzano realmente il mondo e sono realmente amici di Dio; costoro corrono velocemente verso la patria, pronti a uscire dal corpo e a giungere presto fino a Cristo, non avendo nessuna cosa che li possa trattenere con diletto nel secolo.

Felice quell'anima che ha una tale ambizione, e, ogni giorno, aggiunge fervore a fervore, non cessando mai di pregare e di gridare a Cristo, fino a che le venga aperta la porta del cielo e possa entrare nel regno di Dio, promesso a tutti i fedeli.

Oh, felice patria, nella quale regna gioia perenne, pace somma, conoscenza diretta di Dio, carità perfetta e felicità senza misura! Meglio un giorno lassù che un milione di giorni quaggiù, poiché, lassù, non si trova nessuna miseria, mentre, quaggiù, si trova molta miseria, pace assai rara e conoscenza limitata.

Che possono dire i miserabili della felicità eterna? che possono comprendere i mortali della vera eternità e della vita sempiterna? Sanno vederla solo in una certa oscurità sotto il velo delle Scritture.

Gema dunque l'anima fedele, attorniata dalle tenebre del mondo, sospirando la compagnia della patria celeste ed elevando incessantemente gli occhi della mente lassù dove Cristo vive nella gloria del Padre, regnando, per i secoli dei secoli. Amen.