

Parte II – Cap. 21 – Come bisogna fare la comunione

La preparazione alla santa Comunione comincia la sera precedente, con molte aspirazioni e slanci d’amore. Ritirati per tempo in camera tua, prima del solito; così il mattino seguente sarai pronta per alzarti più presto. Se durante la notte dovessi svegliarti, metti subito nel cuore e sulla bocca qualche pensiero odoroso, per profumare la tua anima e prepararla a ricevere lo sposo che veglia mentre dormi e si prepara ad arricchirti di infinite grazie e favori se sei pronta a riceverli.

Al mattino alzati con grande gioia per la felicità che spero e, dopo esserti confessata, va, con grande fiducia, ma anche con grande umiltà, a ricevere quel cibo celeste che ti nutre per l’immortalità. Dopo aver pronunciato le sante parole: Signore, non sono degna, non muovere più né la testa né le labbra, non per pregare e ancor meno per sospirare, ma apri dolcemente e mediamente la bocca e, alzando la testa quel tanto che basta perché il sacerdote veda quello che fa, ricevi piena di fede, di speranza e di carità Colui al quale, il quale, per il quale e nel quale tu credi, spero, bruci d’amore.

Filotea, immaginati che, simile all’ape che dopo aver raccolto sui fiori la rugiada del cielo, e il succo più squisito della terra lo trasforma in miele e lo trasporta nella sua arnia; il sacerdote sull’altare prende tra le mani il Salvatore del mondo, vero Figlio di Dio, simile a rugiada discesa dal cielo e vero Figlio della Vergine, simile a fiore sbocciato dalla terra della nostra umanità, e lo offre in cibo di soavità alla tua bocca e al tuo corpo.

Appena Gesù è in te scuoti il cuore perché venga a rendere omaggio al re della salvezza; esamina con lui la tua situazione interiore, pensa che hai in te e che c’è venuto per la tua felicità; accoglilo meglio che puoi e comportati in modo tale che si veda, da tutte le tue azioni, che Dio è con te.

Ma se non avessi la grazia di comunicare realmente nella santa Messa, comunicati almeno con il cuore e lo spirito, unendoti con un ardente desiderio alla carne del Salvatore.

La tua prima intenzione nella comunione deve essere di progredire, fortificarti e stabilizzarti nell’amore di Dio; perché quello che ti è dato soltanto per amore, tu lo devi ricevere con amore. Non è possibile immaginare il Salvatore impegnato in un’azione più piena di amore e più tenera di questa, nella quale, si può dire che distrugga se stesso riducendosi in cibo per entrare nelle nostre anime e unirsi intimamente al cuore e al corpo dei fedeli.

Se ti domandano perché tu fai la comunione così spesso, rispondi che è per imparare ad amare Dio, per purificarti dalle imperfezioni, per liberarti dalle miserie, per consolarti nelle afflizioni, per trovare sostegno nelle debolezze. Rispondi che sono due le categorie di persone che devono fare spesso la comunione: i perfetti, perché, essendo ben disposti, farebbero molto male a non accostarsi alla sorgente della perfezione; e gli imperfetti, per poter camminare verso la perfezione; i forti per non rischiare di scoprirsi deboli, e i deboli per diventare forti; i malati per guarire e i sani per non ammalarsi; tu poi, creatura imperfetta, debole e ammalata, hai bisogno di comunicare spesso con la perfezione, la forza e il medico.

Rispondi che coloro i quali non hanno molte occupazioni, devono fare la comunione perché ne hanno il tempo; quelli invece che sono molto occupati, la devono fare perché ne hanno bisogno, perché chi lavora molto ed è carico di preoccupazioni deve nutrirsi di cibi sostanziosi e mangiare spesso. [...]

San Francesco di Sales: (estratti da) FILOTEA



Parte I - Cap. 3 – La devozione si adatta a tutte le vocazioni e professioni

Nella creazione Dio comandò alle piante di portare frutto, ciascuna secondo il proprio genere: allo stesso modo, ai Cristiani, piante vive della Chiesa, ordina di portare frutti di devozione, ciascuno secondo la propria natura e la propria vocazione.

La devozione deve essere vissuta in modo diverso dal gentiluomo, dall’artigiano, dal domestico, dal principe, dalla vedova, dalla nubile, dalla sposa; ma non basta, l’esercizio della devozione deve essere proporzionato alle forze, alle occupazioni e ai doveri dei singoli.

Ti sembrerebbe cosa fatta bene che un Vescovo pretendesse di vivere in solitudine come un Certosino? E che diresti di gente sposata che non volesse mettere da parte qualche soldo più dei Cappuccini? Di un artigiano che passasse le sue giornate in chiesa come un Religioso? E di un Religioso sempre alla rincorsa di servizi da rendere al prossimo, in gara con il Vescovo? Non ti pare che una tal sorta di devozione sarebbe ridicola, squilibrata e insopportabile?

Eppure queste stranezze capitano spesso, e la gente di mondo, che non distingue, o non vuol distinguere, tra la devozione e le originalità di chi pretende essere devoto, mormora e biasima la devozione, che non deve essere confusa con queste stranezze.

Se la devozione è autentica non rovina proprio niente, anzi perfeziona tutto; e quando va contro la vocazione legittima, senza esitazione, è indubbiamente falsa. [...]

Qualunque genere di pietra preziosa, immersa nel miele diventa più splendente, ognuna secondo il proprio colore; lo stesso avviene per i cristiani: tutti diventano più cordiali e simpatici nella propria vocazione se le affiancano la devozione: la cura per la famiglia diventa serena, più sincero l’amore tra marito e moglie, più fedele il servizio del principe e tutte le occupazioni più dolci e piacevoli.

Pretendere di eliminare la vita devota dalla caserma del soldato, dalla bottega dell’artigiano, dalla corte del principe, dall’intimità degli sposi è un errore, anzi un’eresia. E’ vero che la devozione contemplativa, monastica e religiosa non può essere vissuta in quelle vocazioni; ma è anche vero che, oltre a queste tre devozioni ce ne sono tante altre, adatte a portare alla perfezione quelli che vivono fuori dai monasteri. S. Anna, S. Marta, S. Monica, Aquila, Priscilla, nel matrimonio; Cornelio, S. Sebastiano, S. Maurizio nella vita militare; Costantino, Elena, S. Luigi, il Beato Amedeo, S. Edoardo sul trono. E’ capitato anche che molti abbiano perso la perfezione nella solitudine, per sé molto utile alla vita perfetta, mentre l’avevano conservata in mezzo alla moltitudine, che sembra invece, di natura sua, poco adatta a favorire la perfezione. Lot, dice S. Gregorio, fu casto in città e peccatore nella solitudine.

Poco importa dove ci troviamo: ovunque possiamo e dobbiamo aspirare alla devozione.

Parte I - Cap. 5 – Si deve cominciare dalla purificazione dell’anima

"I fiori sono apparsi nei campi", dice lo Sposo nel Cantico dei Cantici, "è giunto il tempo di potare e sfrondare". I fiori del nostro cuore, o Filotea, sono i buoni desideri. Ora, appena compaiono, bisogna mettere mano alla roncola per sfrondare dalla nostra coscienza tutte le opere morte e inutili. La ragazza straniera, per sposare un Israelita, doveva togliersi la veste della prigionia, tagliarsi le unghie e radersi i capelli: similmente l’anima che vuole andare sposa al Figlio di Dio, deve spogliarsi del vecchio uomo e rivestirsi del nuovo, lasciando il peccato; poi tagliare e radere tutti gli impedimenti che distolgono dall’amore di Dio.

Essersi purificati dalla malizia del peccato è l’inizio della salvezza. S. Paolo venne purificato totalmente in un attimo; lo stesso avvenne a Caterina da Genova, S. Maddalena, S. Pelagia e qualche altro. Ma questa sorta di purificazione è miracolosa ed eccezionale in grazia, come la resurrezione dei morti lo è in natura: non possiamo pretenderla.

Ordinariamente la purificazione, come la guarigione, sia del corpo che dello spirito, avviene adagio adagio, per gradi, un passo dopo l’altro, a fatica e con il tempo. Sulla scala di Giacobbe gli Angeli hanno le ali, ma non volano, anzi salgono e scendono ordinatamente, uno scalino dopo l’altro. L’anima che sale dal peccato alla devozione viene paragonata all’alba, che, quando spunta, non mette immediatamente in fuga le tenebre, ma gradatamente.

Dice il Saggio che la guarigione la quale avviene senza fretta è sempre la più sicura; le infermità del cuore, come quelle del corpo, vengono a cavallo o in carrozza, ma se ne vanno a piedi e al piccolo trotto.

Devi essere dunque coraggiosa e paziente in questa impresa, Filotea. Che pena vedere anime che, scoprendo di essere afflitte da molte imperfezioni, dopo essersi impegnate per un po’ nel cammino della devozione, si inquietano, si turbano e si scoraggiano e rischiano di cedere alla tentazione di lasciare tutto e di tornare indietro. D’altra parte, uguale pericolo corrono quelle anime che, per la tentazione contraria, si illudono di essere liberate dalle loro imperfezioni il primo giorno della purificazione, e si considerano perfette ancor prima di essere fatte: pretendono di volare senza le ali! Filotea, quelle sono veramente in grande pericolo di cadere, perché troppo presto hanno voluto sottrarsi alle mani del medico. Non alzarti prima che ci si veda, dice il Profeta Davide; e alzati dopo esserti seduto! Egli stesso mette in pratica quello che dice e, una volta lavato e profumato, chiede di rimettersi all’opera.

L’esercizio della purificazione dell’anima può e deve finire soltanto con la vita: perciò non agitiamoci per le nostre imperfezioni; quello che si chiede a noi è di combatterle; se non le vedessimo, non potremmo combatterle e non potremmo vincerle se non ci imbattessimo in esse. La nostra vittoria non consiste nel non sentirle, ma nel non acconsentirvi; e non è acconsentire esserne turbati. Anzi, ogni tanto, ci fa bene una ferita in questa battaglia spirituale, per fortificare la nostra umiltà; non saremo mai vinti finché non avremo perso la vita o il coraggio.

Le imperfezioni e i peccati veniali non possono strapparci la vita spirituale, che si perde soltanto con il peccato mortale; è il coraggio di combattere che non dobbiamo perdere! Diceva Davide: Liberami, Signore, dalla vigliaccheria e dallo scoraggiamento. In questa guerra ci troviamo in una condizione di favore, perché, per vincere, ci basta la volontà di combattere.

Parte III – Cap. 1 – La scelta necessaria nell’esercizio delle virtù

Come la regina delle api non esce mai senza essere circondata da tutto il suo piccolo popolo, così la carità non entra mai in un cuore senza condurre al suo seguito tutte le altre virtù. Come un buon capitano le mantiene tutte in esercizio e le impiega in vari compiti, come soldati: chi per un servizio, chi per un altro; chi in un modo, chi in un altro; chi prima e chi dopo; chi in questo luogo chi in quell’altro. [...]

Ci sono, a dire il vero, delle virtù che hanno un impiego quasi universale, per cui, non soltanto non devono essere praticate separatamente, ma anzi devono arricchire delle loro qualità gli atti di tutte le altre virtù. Per esempio, le occasioni di praticare la forza, la magnanimità, la munificenza, non sono molto frequenti; altre virtù invece, come la dolcezza, la temperanza, l’onestà e l’umiltà devono dare colore e splendore agli atti di tutte le altre virtù. Non è che non ci siano virtù superiori in eccellenza; ma il fatto è che queste sono richieste con maggior frequenza. Lo zucchero è più buono del sale, ma il sale ha un impiego più frequente e più generale. Questa è la ragione per la quale occorre avere sempre pronta una buona provvista di queste virtù generali. Si può dire che il loro impiego sia necessario quasi ininterrottamente.

Nell’esercizio delle virtù dobbiamo dare la precedenza a quelle più utili al compimento del nostro dovere, non a quelle che ci piacciono di più. A Santa Paola piacevano le asprezze delle mortificazioni corporali per godere più facilmente delle dolcezze dello spirito, ma il suo primo dovere era l’obbedienza ai superiori; questa è la ragione per la quale S. Girolamo dice che era da riprendere perché si dava a digiuni incontrollati contro il parere del suo Vescovo.

Gli Apostoli, per contro, istituiti per predicare il Vangelo e distribuire il pane celeste alle anime, giudicarono cosa molto ben fatta, per poter esercitare tale mansione senza distrazioni, tralasciare la pratica della virtù della cura dei poveri, che pure, in sé, è ottima.

Ogni vocazione ha le sue virtù particolari: le virtù proprie di un Vescovo non sono quelle di un principe; le virtù adatte ad un soldato non sono quelle di una donna sposata; quelle di una vedova, sono altre ancora. E’ vero che tutti devono possedere tutte le virtù, ma questo non vuol dire che debbano praticarle allo stesso modo; ognuno deve impegnarsi in modo tutto speciale in quelle proprie dello stato cui è stato chiamato.

Tra le virtù che non riguardano in modo specifico il nostro stato, dobbiamo dare la preferenza alle migliori e non alle più appariscenti. Alla vista le comete sembrano più grandi delle stelle e ai nostri occhi hanno una dimensione maggiore; e invece non sono nemmeno paragonabili alle stelle, né per grandezza, né per luminosità; ci sembrano più grandi solo perché sono più vicine a noi e composte di materiale più grossolano di quello delle stelle. [...]

Tu, Filotea, devi scegliere le virtù più consistenti, non quelle che godono di maggior stima; le più efficaci, non le più appariscenti; le migliori, non le più onorate. E’ bene che ognuno scelga l’esercizio particolarmente intenso di qualche virtù, non per questo abbandonando le altre, ma per tenere sempre abitualmente il proprio spirito ordinato e occupato. [...]

Tra i Servitori di Dio c’è chi si impegna nel servizio dei malati, chi ad aiutare i poveri, chi a promuovere la conoscenza della dottrina cristiana tra i piccoli, chi a radunare le anime perdute o smarrite, chi a preparare le chiese e ad ornare gli altari, chi a procurare la pace e la concordia tra gli uomini. [...]

Parte II – Cap. 19 – La santa confessione

Il nostro Salvatore ha lasciato alla sua Chiesa il sacramento della Penitenza o Confessione perché potessimo purificarci dalle nostre iniquità, per numerose che siano, tutte le volte che ci infanghiamo.

Perciò, Filotea, non tollerare mai per lungo tempo che il tuo cuore rimanga contagiato dal peccato, disponendo tu di un rimedio sempre pronto e facile da applicare. La leonessa che si è unita ad un leopardo corre immediatamente a lavarsi per togliere da sé il lezzo, perché il leone, avvertendolo, non si adombri e si irriti. L’anima che ha acconsentito al peccato deve avere orrore di se stessa e ripulirsi immediatamente, per rispetto alla Maestà divina che sempre la segue. Perché vogliamo lasciarci morire spiritualmente quando abbiamo a disposizione un rimedio così sicuro?

Confessati devotamente e umilmente ogni otto giorni, e, se puoi, ogni volta fai la comunione, anche se non avverti nella coscienza il rimorso di alcun peccato mortale. In tal caso, con la confessione, non soltanto riceverai l’assoluzione dei peccati veniali confessati, ma anche una grande forza per evitarli in avvenire, una grande chiarezza per distinguerli e una efficace grazia per rimediare a tutto il danno che ti hanno causato. Praticherai la virtù dell’umiltà, dell’obbedienza, della semplicità e della carità; con il solo atto della Confessione praticherai più virtù che con qualsiasi altro.

Abbi sempre un sincero dispiacere dei peccati che confessi, per piccoli che siano, e prendi una ferma decisione di correggerti. Molti si confessano dei peccati veniali per abitudine, quasi meccanicamente, senza pensare minimamente ad eliminarli; e così per tutta la vita ne saranno dominati e perderanno molti beni e frutti spirituali. [...]

Non fare accuse generiche, come fanno molti, in modo macchinale, tipo queste: Non ho amato Dio come era mio dovere; Non ho ricevuto i Sacramenti con il rispetto dovuto, e simili. Ti chiarisco il motivo: Ciò dicendo tu non offri alcuna indicazione particolare che possa dare al confessore un’idea dello stato della tua coscienza; tutti i Santi del Paradiso e tutti gli uomini della terra potrebbero dire tranquillamente la stessa cosa. Cerca qual è la ragione specifica dell’accusa, una volta trovata, accusati della mancanza commessa con semplicità e naturalezza. [...]

Di anche se sei rimasto per lungo tempo nel tuo male, perché, in genere, il tempo aggrava il peccato. C’è molta differenza tra la vanità di un momento, che ha occupato il nostro spirito sì e no per un quarto d’ora, e quella nella quale il nostro cuore è rimasto immerso per uno, due o tre giorni!

In conclusione, bisogna esporre il fatto, il motivo e la durata dei nostri peccati; perché, anche se comunemente non siamo obbligati ad essere così esatti nel dichiarare i nostri peccati veniali, anzi non siamo nemmeno obbligati a confessarli, è pur sempre vero che coloro che vogliono pulire per bene l’anima per raggiungere più speditamente la santa devozione, devono avere molta cura di descrivere al medico spirituale il male, per piccolo che sia, se vogliono guarire. [...]

Non cambiare facilmente di confessore, ma scegli uno e rendigli conto della tua coscienza nei giorni che avrai stabilito; e digli con naturalezza e franchezza i peccati commessi; di tanto in tanto, ogni mese o ogni due mesi, digli anche a che punto sei con le inclinazioni, benché in quelle non ci sia peccato; digli se sei afflitta dalla tristezza, dal rimpianto, se sei invece portata alla gioia, al desiderio di acquisire ricchezze, e simili inclinazioni.

Parte II – Cap. 1 – Necessità dell’orazione

- Poiché l’orazione illumina l’intelletto con la chiarezza della luce di Dio e scalda il cuore al calore dell’amore celeste, nulla l’eguaglia nel purificare l’intelletto dall’ignoranza e il cuore dagli affetti disordinati; è un’acqua di benedizione che fa rinverdire e rifiorire le piante dei nostri buoni desideri, monda le anime dalle imperfezioni e attenua nei cuori l’ardore delle passioni.
- Ma più di ogni altra, ti consiglio l’orazione mentale, che impegna il cuore a meditare sulla vita e la passione di Nostro Signore: se Lo contempi spesso nella meditazione, il cuore e l’anima ti si riempiranno di Lui; se consideri il suo modo di agire, prenderai le sue azioni a modello delle tue. E’ Lui la luce del mondo: è dunque in Lui, da Lui e per mezzo di Lui che possiamo essere illuminati e trovare la chiarezza; è l’albero del desiderio all’ombra del quale dobbiamo rinfrescarci; è la fontana viva in Giacobbe che lava tutte le nostre iniquità.
 - I bambini, a forza di ascoltare le mamme e balbettare dietro loro, imparano la loro lingua; avverrà lo stesso per noi se ci terremo vicino al Salvatore con la meditazione: osservando le sue parole, le sue azioni e i suoi affetti, impareremo, con il suo aiuto, a parlare, agire e volere come Lui.
 - Fermiamoci qui, o Filotea, e credimi: non possiamo raggiungere il Padre che passando per questa porta; come il vetro di uno specchio non potrebbe chiudere la nostra visuale se dietro non fosse ricoperto di stagno o di piombo, allo stesso modo, la divinità non potrebbe essere da noi contemplata in questo mondo, se non si fosse unita alla sacra umanità del Salvatore, la cui vita e morte costituisce il soggetto più adatto, piacevole, dolce e utile che ci sia dato per la meditazione ordinaria. Non per nulla il Salvatore si chiama il pane disceso dal cielo; come il pane può essere mangiato con ogni sorta di vivande, così il Salvatore può essere meditato, considerato e cercato in tutte le nostre orazioni e azioni. [...]
- Dire il Rosario è un modo molto utile di pregare, purché tu sappia dirlo: per questo devi avere qualche libretto che te lo insegni. E’ cosa buona dire anche le Litanie del Signore, della Madonna, dei Santi e tutte le altre preghiere che puoi trovare nei Manuali approvati e nel libro delle Ore; ma a un patto: se hai il dono dell’orazione mentale, conservale il primo posto; e ricordati che, se dopo quella, o a causa degli affari o per altri motivi, non puoi fare preghiere vocali, non devi preoccupartene. Accontentati di dire, prima e dopo la meditazione, il Padre nostro, l’Ave Maria e il Credo.
- Se mentre sei impegnata nell’orazione vocale, senti il cuore attirato all’orazione interiore o mentale, non resistere, lascia dolcemente scivolare il tuo spirito e non darti pensiero perché non hai finito le orazioni vocali che ti eri proposta; l’orazione mentale compiuta al loro posto è più gradita a Dio e più utile alla tua anima. Faccio eccezione per l’Ufficio divino, se sei tenuta a dirlo; in tal caso si tratta di un dovere da compiere.
- Se ti dovesse capitare di trascorrere tutta la mattinata senza fare orazione mentale a causa degli affari o di qualche altro motivo (però fa il possibile perché questo non capiti mai), rimedia al pomeriggio, possibilmente lontano dai pasti, perché se dovessi fare orazione in piena digestione, finiresti per assopirti e oltretutto reheresti anche danno alla salute.

Parte II – Cap. 8 – Consigli molto utili sulla meditazione

Uscendo dalla meditazione, Filotea, devi portare con te soprattutto i propositi e le decisioni prese, per metterle in pratica immediatamente, nella giornata. E’ questo il frutto irrinunciabile della meditazione; se manca, non soltanto la meditazione è inutile, ma spesso anche dannosa perché le virtù meditate, ma non praticate, gonfiano lo spirito di presunzione e finiamo per credere di essere quello che ci eravamo proposti di essere: noi potremo diventare come ci siamo proposti di essere soltanto quando i propositi saranno pieni di vita e solidi; non quando sono fiacchi e inconsistenti e quindi destinati a non venire attuati.

Occorre, con ogni mezzo, fare sforzi per metterli in atto, approfittando di tutte le occasioni sia piccole che grandi: per esempio, se ho preso la risoluzione di conquistare con la dolcezza il cuore di coloro che mi offendono, cercherò, nel corso della giornata, di incontrarli per salutarli amabilmente; e se non mi sarà dato di incontrarli, perlomeno parlerò bene di loro e pregherò Dio per loro.

Uscendo dall’orazione che ha impegnato il cuore, devi fare attenzione a non provocargli scosse; rischieresti di rovesciare il balsamo raccolto con l’orazione. Intendo dire che, possibilmente, devi rimanere un po’ in silenzio e riportare per gradi il tuo cuore dall’orazione agli affari, conservando il più a lungo possibile i sentimenti e gli affetti fioriti in te. Un uomo che ha ricevuto in un bel vaso di porcellana un liquore di gran pregio da portare a casa, cammina con attenzione, senza voltarsi di lato, ma guarda solo davanti a sé, per paura di inciampare in un sasso o mettere un piede in fallo e tiene contemporaneamente d’occhio il vaso per non rovesciarlo.

Tu devi fare la stessa cosa uscendo dalla meditazione: non distrarti di colpo, ma guarda soltanto davanti a te: ossia se devi incontrare qualcuno e prestargli attenzione, fallo pure, adattati alla necessità; ma senza perdere di vista il tuo cuore, perché il liquore prezioso dell’orazione si perda il meno possibile.

Devi abituarti a passare dall’orazione a qualsiasi attività e occupazione che comporta la tua professione, anche quando può sembrare molto distante dagli affetti avuti nell’orazione. Voglio dire che un avvocato deve saper passare dall’orazione alla difesa della causa; il commerciante agli affari; la donna sposata ai doveri del suo matrimonio e della casa, con dolcezza e serenità, senza mettersi in angustia. Infatti essendo entrambi secondo la volontà di Dio, bisogna passare dall’una agli altri in umiltà e devozione.

Qualche volta ti potrà capitare di sentirti trascinare dalla commozione immediatamente dopo la preparazione: in tal caso, Filotea, allenta le briglie e non pretendere di seguire il metodo che ti ho indicato; è vero che ordinariamente le considerazioni devono precedere gli affetti e i propositi, ma se lo Spirito Santo ti concede gli affetti prima delle considerazioni, non devi insistere a voler correre dietro alle considerazioni, visto che hanno il solo scopo di muovere gli affetti. In breve; in qualunque momento ti si presentano gli affetti, devi accoglierli e far loro posto, poco importa se prima o dopo le considerazioni.

Ho messo gli affetti dopo tutte le considerazioni, soltanto per distinguere i vari momenti dell’orazione; è la regola generale: ma mai devi comprimere gli affetti. Lasciali sgorgare appena manifestano la presenza. [...]

Quanto invece ai propositi, devi formarli soltanto alla fine della meditazione, dopo gli affetti, perché, ricordandoci situazioni familiari e dettagliate, rischierebbero di farci distrarre se li facessimo insieme agli affetti. [...]

Parte II – Cap. 13 – Le aspirazioni, le giaculatorie e i buoni pensieri

Ci raccogliamo in Dio perché aspiriamo a Lui e aspiriamo a Lui per poterci in Lui raccogliere, di modo che l’aspirazione a Dio e il raccoglimento spirituale si sostengono a vicenda, ed entrambi hanno origine e nascono dai buoni pensieri.

Aspira dunque spesso a Dio, Filotea, con slanci del cuore brevi ma ardenti: canta la sua bellezza, invoca il suo aiuto, gettati in ispirito ai piedi della croce, adora la sua bontà, interrogalo spesso sulla tua salvezza, donagli mille volte al giorno la tua anima, fissa i tuoi occhi interiori sulla sua dolcezza, tendigli la mano come fa un bambino con il papà, perché ti guidi; mettilo sul petto come un profumato mazzolino di fiori, innalzalo nella tua anima come uno stendardo e conduci il tuo cuore in mille modi alla ricerca dell’amore di Dio, e scuotilo perché giunga ad un appassionato e tenero amore per questo Sposo divino.

Questo è il modo di innalzare le orazioni giaculatorie, che il grande S. Agostino consigliava con tanto zelo alla devota Proba. Se il nostro spirito si mette a frequentare con intimità e familiarità il suo Dio, o Filotea, rimarrà profumato delle sue perfezioni; questo esercizio non disturba l’andamento della giornata perché può trovare posto tra gli affari e le occupazioni, senza recar loro alcun pregiudizio, poiché, nel raccoglimento spirituale, come in questi slanci interiori, si operano soltanto piccole e brevi interruzioni che non nuocciono a quello che stiamo facendo, ma anzi sono di giovamento.

Il pellegrino che prende un sorso di vino per sollevare il cuore e rinfrescare la bocca, benché per fare questo sostenga un po’, non si può dire che interrompa il viaggio, anzi recupera le forze per poi portarlo a termine con più celerità e maggior facilità; si ferma per poter proseguire più speditamente. [...]

Voglio farti un paragone: coloro che si amano di un amore umano e naturale, hanno quasi costantemente il pensiero rivolto alla persona amata, il cuore trabocca di amore per lei, la bocca non fa che tesserne le lodi, e quando l’amata è assente manifestano la loro passione con lettere e non c’è albero su cui non lascino inciso il loro amore; allo stesso modo coloro che amano Dio non possono passare un momento senza pensare a Lui, respirare per Lui, tendere a Lui, parlare di Lui, e vorrebbero, se fosse possibile, incidere sul petto di tutti gli uomini il santo nome di Gesù. [...]

Ecco, Filotea, come si possono ricavare buoni pensieri e sante ispirazioni dalle situazioni di questa vita mortale. Infelici sono coloro che distolgono le creature dal loro Creatore per ricondurle al peccato; beati invece quelli che indirizzano le creature alla gloria del loro Creatore e si servono del poco che sono per fare onore alla verità. S. Gregorio di Nazianzo dice di avere l’abitudine di indirizzare tutte le cose al profitto spirituale. Leggi il devoto epitaffio che S. Girolamo ha composto per S. Paola: è bello constatare come sia ricco delle ispirazioni e dei santi pensieri che la Santa sapeva ricavare da qualsiasi incontro.

Nell’esercizio del raccoglimento spirituale e delle preghiere giaculatorie si trova la profonda radice della devozione: può supplire alla mancanza di tutte le altre forme di orazione. Ma se manca questo non c’è modo di rimediare.

Senza questo esercizio non è possibile la vita contemplativa, anzi sarà mal condotta anche quella attiva; senza questo il riposo è ozio, il lavoro preoccupazione; perciò ti supplico di abbracciarlo con tutto il cuore, senza staccartene mai!