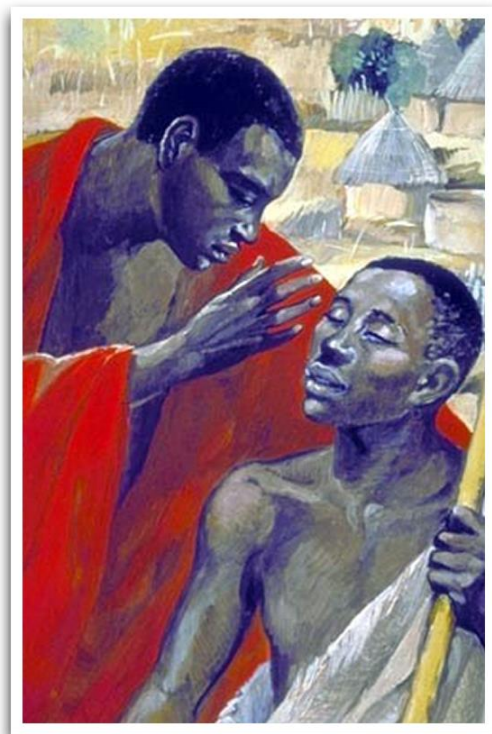


# Analisi cliniche per il cristiano



*Alcuni principi di medicina*  
*“olistica” nello*  
*SPIRITO SANTO*

*Monastero Cistercense (Trappista)*  
*“Madonna dell’Unione”*  
*12080 - Monastero Vasco (Cuneo)*

*... io vi purificherò  
da tutte le vostre sozzure  
e da tutti i vostri idoli;  
vi darò un cuore nuovo,  
metterò dentro di voi uno spirito nuovo,  
toglierò da voi il cuore di pietra  
e vi darò un cuore di carne.*

*(Ez 36,25,26)*

*Io stesso  
condurrò le mie pecore al pascolo  
e io le farò riposare.  
Oracolo del Signore Dio.  
Andrò in cerca della pecora perduta  
e ricondurrò all'ovile quella smarrita;  
fascero quella ferita  
e curerò quella malata,  
avrò cura della grassa e della forte;  
le pascero con giustizia.*

*(Ez 34,15-16)*

**SOMMARIO**

<b><i>Premessa</i></b>	<b>5</b>
<b><i>Osservazioni Generali</i></b>	<b>9</b>
<b><i>CARTELLA CLINICA</i></b>	<b>13</b>
<b><i>VALORI RICHIESTI</i></b>	<b>14</b>
<b><i>1 - Corpo e di azione.</i></b>	<b>14</b>
<i>a) La castità</i>	14
<i>c) Fedeltà</i>	19
<b><i>2 - psicologico e di pensiero</i></b>	<b>23</b>
<i>a) Pazienza</i>	23
<i>c) Bontà</i>	26
<i>d) Longanimità</i>	29
<i>e) Mansuetudine</i>	31
<i>f) Modestia</i>	33

<b>3 - "Sentire" e Vita</b>	<b>36</b>
<i>a) Pace</i>	36
<i>b) Gaudio</i>	38
<i>c) Carità</i>	41
<b>VARIAZIONI PATOLOGICHE</b>	<b>43</b>
<i>Principi di medicina preventiva</i>	43
<i>Patologia "medica e terapia pratica"</i>	50
<i>La Farmacia</i>	51
<i>Medico di fiducia</i>	54
<b>ANNOTAZIONI del medico "personale"</b>	<b>56</b>

## **Premessa**<sup>1</sup>

L'uomo è stato creato dal Signore per essere in relazione di amore e di vita con lui:

*Ef 1,4, " ..in Cristo. (In lui) ci ha scelti prima della creazione del mondo, per essere santi e immacolati al suo cospetto nella carità".*

Tale relazione consiste nella comunione:

*1 Gv 1,2-3, "poiché la vita si è fatta visibile, noi l'abbiamo veduta e di ciò rendiamo testimonianza e vi annunziamo la vita eterna, che era presso il Padre e si è resa visibile a noi", quello che abbiamo veduto e udito, noi lo annunziamo anche a voi, perché anche voi siate in comunione con noi. La nostra comunione è col Padre e col Figlio suo Gesù Cristo.*

La creazione dell'uomo, in quanto creatura umana suppone vari elementi il primo dei quali è "la polvere del suolo". In questa "polvere" il Signore alitò il suo alito e la polvere diviene un essere vivente. L'alito del Signore è il suo Spirito, il quale, oltre che rendere "essere vivente" l'uomo, realizza la comunione con Dio.

Il peccato è fondamentalmente il rifiuto della relazione:

*Gn 3,5, "Anzi, Dio sa che quando voi ne mangiaste, si aprirebbero i vostri occhi e diventereste come Dio, conoscendo il bene e il male".*

essere come dio significa l'indipendenza assoluta e quindi, nessuna relazione.

Il rifiuto della relazione è rifiuto dello Spirito del Signore. Esso non rimane più nell'uomo:

*Gn 6,3.6, "Allora il Signore disse: "Il mio spirito non resterà sempre nell'uomo, perché egli è carne e la sua vita sarà di*

---

<sup>1</sup> Cfr B. BOLDINI, *Cristo vocazione dell'uomo*, Ed. Paoline 1987, pagg. 5-54.

*centoventi anni". E il Signore si pentì di aver fatto l'uomo sulla terra e se ne addolorò in cuor suo".*

L'essere vivente si divide in se stesso e con gli altri:

*Gn 4,6-8, "Il Signore disse allora a Caino: "Perché sei irritato e perché è abbattuto il tuo volto? Se agisci bene, non dovrai forse tenerlo alto? Ma se non agisci bene, il peccato è accovacciato alla tua porta; verso di te è il suo istinto, ma tu dominalo". Caino disse al fratello Abele: "Andiamo in campagna!". Mentre erano in campagna, Caino alzò la mano contro il fratello Abele e lo uccise".*

Senza relazione con il soffio vivificatore, lo Spirito di Dio, l'essere umano ridiviene polvere:

*Gn 3,19, "Con il sudore del tuo volto mangerai il pane; finché tornerai alla terra, perché da essa sei stato tratto: polvere tu sei e in polvere tornerai!".*

Il Signore ha compassione dell'uomo:

*Os 11,7-9, "Il mio popolo è duro a convertirsi: chiamato a guardare in alto nessuno sa sollevare lo sguardo. Come potrei abbandonarti, Efraim, come consegnarti ad altri, Israele? Come potrei trattarti al pari di Admà, ridurti allo stato di Zeboim? Il mio cuore si commuove dentro di me, il mio intimo fremito di compassione. Non darò sfogo all'ardore della mia ira, non tornerò a distruggere Efraim, perché sono Dio e non uomo; sono il Santo in mezzo a te e non verrò nella mia ira".*

e mediante la morte e risurrezione del Figlio suo, ridona lo Spirito di relazione:

*Gv 20, .. "Pace a voi!". 19-23, "Detto questo, mostrò loro le mani e il costato. E i discepoli gioirono al vedere il Signore. Gesù disse loro di nuovo: "Pace a voi! Come il Padre ha mandato me, anch'io mando voi". Dopo aver detto questo, alitò su di loro e disse: "Ricevete lo Spirito Santo; a chi rimetterete i peccati saranno rimessi e a chi non li rimetterete, resteranno non rimessi".*

L'uomo riprende vita e risorgendo con Cristo. La "polvere del suolo", il suo essere corporale, viene vivifi-

cata nuovamente, e secondo il disegno del Signore, ritroverà la pienezza della vita:

*Rm 8,22-23, "Sappiamo bene infatti che tutta la creazione geme e soffre fino ad oggi nelle doglie del parto; essa non è la sola, ma anche noi, che possediamo le primizie dello Spirito, gemiamo interiormente aspettando l'adozione a figli, la redenzione del nostro corpo".*

poiché il Signore risorto ci ha preparato un posto:

*Fil 3,20-21, "La nostra patria invece è nei cieli e di là aspettiamo come salvatore il Signore Gesù Cristo, il quale trasfigurerà il nostro misero corpo per conformarlo al suo corpo glorioso, in virtù del potere che ha di sottomettere a sé tutte le cose".*

L'uomo, quindi, avendo riavuto in dono lo Spirito del Signore, la sua polvere, le ossa inaridite:

*Ez 37,4-6, "Egli mi replicò: "Profetizza su queste ossa e annunzia loro: Ossa inaridite, udite la parola del Signore. Dice il Signore Dio a queste ossa: Ecco, io faccio entrare in voi lo spirito e rivivrete. Metterò su di voi i nervi e farò crescere su di voi la carne, su di voi stenderò la pelle e infonderò in voi lo spirito e rivivrete: Saprete che io sono il Signore".*

ridiviene "un essere vivente".

Rimane, come all'inizio, la sua libera adesione e perciò:

*Ef 4,20-24, "Ma voi non così avete imparato a conoscere Cristo, se proprio gli avete dato ascolto e in lui siete stati istruiti, secondo la verità che è in Gesù, per la quale dovete deporre l'uomo vecchio con la condotta di prima, l'uomo che si corrompe dietro le passioni ingannatrici e dovete rinnovarvi nello spirito della vostra mente e rivestire l'uomo nuovo, creato secondo Dio nella giustizia e nella santità vera".*

E' su questo elemento di adesione al rinnovamento operato e operante nell'uomo dello Spirito Santo, che è la quotidiana risurrezione del Signore nel suo discepolo, che viene proposta questa **"cartella per le analisi cliniche"**

In tal modo l'uomo può sapere come aderire sempre più e sempre meglio allo Spirito del Signore che ha ricevuto per vivere ogni giorno da risorto e come il suo Signore, e in Lui, essere "Vivente".



## Osservazioni Generali

L' uomo con il peccato è morto. Da essere vivente, progressivamente ritorna alla polvere del suolo:

*Gn 3,19 "Con il sudore del tuo volto mangerai il pane; finché tornerai alla terra, perché da essa sei stato tratto: polvere tu sei e in polvere tornerai!"*

*Rm 5,12, "Quindi, come a causa di un solo uomo il peccato è entrato nel mondo e con il peccato la morte, così anche la morte ha raggiunto tutti gli uomini, perché tutti hanno peccato".*

Il cristiano con il battesimo è risorto:

*Rm 6,3-11, "O non sapete che quanti siamo stati battezzati in Cristo Gesù, siamo stati battezzati nella sua morte? Per mezzo del battesimo siamo dunque stati sepolti insieme a lui nella morte, perché come Cristo fu risuscitato dai morti per mezzo della gloria del Padre, così anche noi possiamo camminare in una vita nuova. Se infatti siamo stati completamente uniti a lui con una morte simile alla sua, lo saremo anche con la sua risurrezione. Sappiamo bene che il nostro uomo vecchio è stato crocifisso con lui, perché fosse distrutto il corpo del peccato, e noi non fossimo più schiavi del peccato. Infatti chi è morto, è ormai libero dal peccato. Ma se siamo morti con Cristo, crediamo che anche vivremo con lui, sapendo che Cristo risuscitato dai morti non muore più; la morte non ha più potere su di lui. Per quanto riguarda la sua morte, egli morì al peccato una volta per tutte; ora invece per il fatto che egli vive, vive per Dio. Così anche voi consideratevi morti al peccato, ma viventi per Dio, in Cristo Gesù".*

*Col 3,1-4, "Se dunque siete risorti con Cristo, cercate le cose di lassù, dove si trova Cristo assiso alla destra di Dio; pensate alle cose di lassù, non a quelle della terra. Voi infatti siete morti e la vostra vita è ormai nascosta con Cristo in Dio! Quando si manifesterà Cristo, la vostra vita, allora anche voi sarete manifestati con lui nella gloria".*

Tuttavia, la vita è soggetta a pericoli e necessita di mantenersi efficiente. Il cristiano deve mantenersi in "salute" per crescere e agire da cristiano "sano".

E' mantenuto in vita, "vivificato" dallo Spirito Santo che dà la vita:

*Rm 8,9-13, "Voi però non siete sotto il dominio della carne, ma dello Spirito, dal momento che lo Spirito di Dio abita in voi. Se qualcuno non ha lo Spirito di Cristo, non gli appartiene. E se Cristo è in voi, il vostro corpo è morto a causa del peccato, ma lo spirito è vita a causa della giustificazione. E se lo Spirito di colui che ha risuscitato Gesù dai morti abita in voi, colui che ha risuscitato Cristo dai morti darà la vita anche ai vostri corpi mortali per mezzo del suo Spirito che abita in voi. Così dunque fratelli, noi siamo debitori, ma non verso la carne per vivere secondo la carne; poiché se vivete secondo la carne, voi morirete; se invece con l'aiuto dello Spirito voi fate morire le opere del corpo, vivrete".*

Il cristiano vive per la presenza dello Spirito, ma deve vigilare per mantenere la "salute", la vita dello Spirito e agire, operare seguendo lo Spirito:

*Gal 5,25, "Se pertanto viviamo dello Spirito, camminiamo anche secondo lo Spirito".*

E' necessario, quindi, tenere sotto controllo la "salute" e le variazioni "infiammatorie", sempre latenti "nell'organismo" del cristiano a motivo della "concupiscenza". Le possibili "scalfitture" alla sua "pelle" - la fede nella potenza di Dio - devono essere subito medicate e la "pelle" rimarginarsi presto perché il "virus" non si sviluppi e intacchi tutto "l'organismo":

*1 Pt 1,5-8, "... dalla potenza di Dio siete custoditi mediante la fede, per la vostra salvezza, prossima a rivelarsi negli ultimi tempi. Perciò siete ricolmi di gioia, anche se ora dovete essere un po' afflitti da varie prove, perché il valore della vostra fede, molto più preziosa dell'oro, che, pur destinato a perire, tuttavia si prova col fuoco, torni a vostra lode, gloria e onore nella manifestazione di Gesù Cristo: voi lo amate, pur senza averlo*

*visto; e ora senza vederlo credete in lui. Perciò esultate di gioia indicibile e gloriosa".*

La "salute" è necessaria per vivere in pienezza la Vita del Signore Gesù.

Cosa strana, a livello di analogia con la vita umana, la "salute", la piena vitalità del cristiano, emerge dalla morte, morte al peccato, morte alla morte che agisce ancora in lui a causa della concupiscenza:

*2 Cor 4,7, "... noi abbiamo questo tesoro in vasi di creta, perché appaia che questa potenza straordinaria viene da Dio e non da noi. Siamo infatti tribolati da ogni parte, ma non schiacciati; siamo sconvolti, ma non disperati; perseguitati, ma non abbandonati; colpiti, ma non uccisi, portando sempre e dovunque nel nostro corpo la morte di Gesù, perché anche la vita di Gesù si manifesti nel nostro corpo. Sempre infatti, noi che siamo vivi, veniamo esposti alla morte a causa di Gesù, perché anche la vita di Gesù sia manifesta nella nostra carne mortale".*

Il cristiano in perfetta "salute" non solo è in grado di vivere secondo lo Spirito e manifestare la vita che ha ricevuto dal suo Signore Risorto, ma è il suo Signore stesso che vive in lui. Perché l'uomo è morto, è solo la vita del Signore, che gli dà vita :

*Gal 2,20, "Sono stato crocifisso con Cristo e non sono più io che vivo, ma Cristo vive in me. Questa vita nella carne, io la vivo nella fede del Figlio di Dio, che mi ha amato e ha dato se stesso per me".*

Ciò premesso, verranno dati qui di seguito, prima in modo schematico e poi per esteso i valori per una "salute" efficiente e le relative variazioni patologiche.

I valori richiesti saranno dati per esteso in quanto sono generali. Le variazioni patologiche sono volutamente schematiche in quanto ognuno ha delle tendenze patologiche diverse, dei "miasmi" fondamentali diversi, come si dice in omeopatia.

Ognuno dovrà, quindi, vedere con il suo "medico personale" quali siano i rimedi appropriati per la sua peculiare costituzione e le sue deficienze "organiche" ossia, ciò di cui abbisogno di più per vivere e camminare nella gioia piena dello Spirito Consolatore:

*Gv 14,16-18, "Io pregherò il Padre ed egli vi darà un altro Consolatore perché rimanga con voi per sempre, lo Spirito di verità che il mondo non può ricevere, perché non lo vede e non lo conosce. Voi lo conoscete, perché egli dimora presso di voi e sarà in voi. Non vi lascerò orfani, ritornerò da voi".*

La misura e il grado di docilità a questa presenza del Consolatore è il segno della vitalità del cristiano, la quale si manifesta nella "guadium", nella gioia piena della perfetta "salute" o "letizia":

*Gv 16,22-24, "Così anche voi, ora, siete nella tristezza; ma vi vedrò di nuovo e il vostro cuore si rallegrerà e nessuno vi potrà togliere la vostra gioia. In quel giorno non mi domanderete più nulla. In verità, in verità vi dico: Se chiederete qualche cosa al Padre nel mio nome, egli ve la darà. Finora non avete chiesto nulla nel mio nome. Chiedete e otterrete, perché la vostra gioia sia piena".*

## **CARTELLA CLINICA**

*Specimen*

### **VALORI RICHIESTI**

*A livello di:*

- 1 - Corpo e di azione:** *continenza, castità, fedeltà.*
- 2 - Psicologico e di pensiero:** *pazienza benignità, bontà, longanimità, mansuetudine, modestia.*
- 3 - "Cuore": "Sentire" e di vita:** *carità gaudio, pace.*

### **VARIAZIONI PATOLOGICHE**

*A livello di:*

- 1 - Corpo ed azione:** *fornicazione, impurità, libertinaggio, ubriachezze, orge e cose del genere.*
- 2 - Psicologico e di pensiero:** *idolatria, stregonerie.*
- 3 - "Cuore": "Sentire" e di vita:** *inimicizie, discordia, gelosia, ira, risse, dissensi, divisioni, fazioni, invidie.*

## **VALORI RICHIESTI**

### **1 - Corpo e di azione.**

#### **a) La castità**

- "La vera castità è duplice: quella del corpo e quella dell'anima. Il carisma del celibato (e la castità coniugale) non consiste solo nell'astenersi dal matrimonio, ma è necessario essere vergini (e casti) in tutta la condotta di vita... Infatti, si cade qualche volta nell'adulterio con discorsi, sguardi, ecc...

La collera, l'invidia, il ricordo delle ingiurie, la menzogna, l'orgoglio, la dissipazione,... la negligenza nella preghiera, ...la vana ricerca degli abiti, l'affettazione nel curare il bel viso,...sono come cadere in peccati della carne".<sup>2</sup>

- "Coloro che temono Dio, che credono nella venuta del suo Figlio e che con la fede tengono in cuore lo Spirito divino, sono veramente uomini, sono mondi, spirituali, e vivono per Dio, perché possiedono lo Spirito del Padre che purifica l'uomo e lo solleva alla vita divina.

Il Signore attesta che "la carne" è debole, lo spirito è pronto" (Mt 26,41), cioè, può fare tutto ciò che è in suo potere. Se a ciò che è in potere dello Spirito si unisce la debolezza della carne, necessariamente ciò che è forte supera ciò che è debole, e così la debolezza della carne viene assorbita nella forza dello Spirito.

---

<sup>2</sup> S. BASILIO, *De Institutione Monachorum, Sermone, 1.*

Chi si trova in questa situazione non è carnale, ma spirituale, perché unito allo Spirito... La debolezza della carne è assorbita dalla potenza dello Spirito: lo Spirito, che così assorbe la debolezza della carne, possiede in sé la carne come sua eredità.

Di questi due elementi è costituito l'uomo vivente:

**Vivente**, perché partecipe dello Spirito, **uomo**, per la sostanza della carne. Dunque, la carne senza lo Spirito di Dio è morta, non ha vita, non può possedere il regno di Dio. Il suo sangue è inanimato, come acqua versata a terra. Per questo dice S. Paolo: "Quale il primo Adamo terrestre, tali sono ancora i terrestri" (*1 Cor 15,48*)

Ma dove è lo Spirito del Padre, ivi l'uomo vive, il suo sangue è vitale e Dio lo custodisce e lo vendicherà. La carne posseduta dallo Spirito è dimentica di sé, assume le qualità dello Spirito, diviene conforme al Verbo di Dio...

Per questo Egli vuole che il tempio di Dio sia mondo, perché lo Spirito divino gioisca in lui e di lui "come lo sposo della sposa" (*Is 62,5*).<sup>3</sup>

- Il cristianesimo è cibo e bevanda: quanto più uno ne mangia, tanto maggiormente la sua anima rimane sedotta da quella dolcezza, al punto da riuscire a non sentirsene mai sazia e appagata, ma al contrario, da andare in cerca senza posa, nutrendosene insaziabilmente.

Od anche come quando qualcuno è tormentato dalla sete e gli viene offerta una dolce bevanda, questi, dopo aver intrapreso a gustarla, con una smania più ardente di prima si affretta a bere. così pure dello Spirito è, per così dire, talmente lungi dal poter essere pienamente appagato da suggerire, giustamente, il paragone che abbiamo appena descritto.

Né d'altronde, si tratta qui di vane parole: è, al

---

<sup>3</sup> S. IRENEO di LIONE, *Contro le Eresie*, 5, 9, 2-4 (*passim*).

contrario, l'opera stessa dello Spirito santo che produce misteriosamente i suoi effetti nell'anima.

Taluni, infatti, sono persuasi del fatto che, astenendosi dai rapporti sessuali e rimanendo staccati da ogni possesso materiale, si divenga santi. Ma la verità è un'altra: il male infatti risiede nella mente e vive nel cuore, dalla mente e dal cuore perciò deve essere sradicato.

E' santo e casto, dunque, chi si sia purificato e santificato secondo l'uomo interiore".<sup>4</sup>

- "Il Figlio di Dio, il Signore e Salvatore nostro, il quale si è incarnato per noi e ci ha liberato dalla morte e dalla schiavitù della corruzione, insieme a tutti gli altri doni, ci ha dato anche questo: che noi avessimo sulla terra l'immagine degli angeli, cioè, la verginità.

Infatti, coloro che osservano integralmente questa virtù sono chiamate spose di Cristo e i pagani, nel vederli, li considerano tempio del Verbo".<sup>5</sup>

- "Ciò che saremo nel futuro, voi avete già cominciato ad esserelo. Voi già in questo mondo avete la gloria della risurrezione e passate attraverso il mondo senza contagio alcuno con il mondo. Perseverando caste e vergini, siete uguali agli angeli di Dio."<sup>6</sup>

---

<sup>4</sup> PSEUDO MACARIO, *Omellie spirituali*, 17,3.

<sup>5</sup> S. ATANASIO, *Apologia ad Costantium*, 17,33.

<sup>6</sup> S. CIPRIANO, *De Habitu Virginum*, 22. La castità, intesa in senso globale, come sopra descritta da S. Basilio, è segno della presenza della potenza della risurrezione, perché come dice S. Paolo, la presenza dello Spirito Santo che vivifica i nostri corpi mortali è segno che siamo risorti (Rm 8,11).



## **b) Continenza<sup>7</sup>**

"Il Pastore disse: "Ogni carne nella quale abbia preso dimora lo spirito Santo, se verrà riscontrata pura e senza macchia, riscuoterà la sua ricompensa... "Ascoltami dunque adesso! Conserva immacolata e monda questa carne, in modo che lo Spirito, abitando in essa, renda testimonianza in suo favore ed essa venga così giustificata.

Sta attento che non si insinui nel tuo cuore la persuasione che questa tua carne sia destinata all'annientamento e tu, in conseguenza, abusi di essa con qualche nefandezza: se macchi la tua carne infatti, macchi anche lo Spirito santo, e se macchi lo Spirito santo, non avrai la vita".

Replicai: "Signore, se è stata commessa qualche colpa prima di aver ascoltato queste tue parole, in che modo riuscirà a salvarsi l'uomo che abbia macchiato la sua carne?"

Rispose: "Soltanto Dio ha la facoltà di risanare dalle colpe passate, dal momento che è Lui a detenere il potere. Ora pertanto custodisci te stesso: il Signore Onnipotente in tal modo, misericordioso come è, ti guarirà dalle colpe passate. Ciò accadrà, però, a condizione che tu, in avvenire, non contaminati più né la tua carne, né il tuo spirito: essi infatti sono intimamente uniti e non è possibile mac-

---

<sup>7</sup> *La parola continenza o temperanza, nella Scrittura e nei Padri si trova spesso espressa con altri termini: come sanità di mente (Mc 5,15; Lc 8,35), assennatezza (2 Cor 5,13), sobrietà (Tit 2,2.12), ecc. Ed è quella vitalità interiore, quel frutto dello Spirito che domina, possiede e orienta tutto l'uomo verso il dono di Dio: il signore Gesù. Essa dà la possibilità di accogliere la luce e la gioia di Cristo che ci viene dallo Spirito Santo, per vivere in conformità alla vita del Signore in noi.*

chiare l'una senza contaminare anche l'altro. Serbali, dunque, puri entrambi e, così facendo, vivrai in Dio".<sup>8</sup>

- "Svegliati, o uomo, e riconosci la dignità della tua natura. Ricorda che sei stato fatto ad immagine di Dio, immagine che, se in Adamo è andata corrotta, in Cristo tuttavia è stata rinnovata. Usa, come va fatto, delle creature visibili come usi della terra, del mare, del cielo, dell'aria, delle sorgenti e dei fiumi.

Ciò che vi è di mirabile in essi riferiscilo a gloria e lode del Creatore. Non lasciarti prendere tutto da quella luce che allietta i serpenti e gli uccelli, le bestie e gli armenti, le mosche e i vermi. Tocca col senso del corpo la luce corporea, ma con tutto l'affetto dell'animo abbraccia "quella luce vera che illumina ogni uomo che viene in questo mondo" (*Gv 1,9*), di cui dice il profeta: "Avvicinatevi a Lui e sarete illuminati e i vostri volti non arrossiranno" (*Sl 33,6*).

Se infatti siamo tempio di Dio e lo Spirito di Dio abita in noi, è maggiore ciò che ogni fedele porta nel suo animo di ciò che ammira nel cielo. Ma non con questo, o diletteggianti, vi ammoniamo o esortiamo a disprezzare le opere di Dio, o di stimare contrario alla vostra fede ciò che Dio ha creato di buono; lo facciamo perché usiate con temperanza e intelligenza di ogni realtà creata e di tutta la bellezza dell'universo: infatti, "le realtà che si vedono sono temporanee, quelle, invece, che non si vedono sono eterne" (*2 Cor 4,18*).

Perciò noi che siamo nati alle realtà presenti, ma anche rinati a quelle future, non dedichiamoci ai beni temporali, ma dedichiamoci tutti a quelli eterni".<sup>9</sup>

---

<sup>8</sup> *ERMA, Il Pastore, Mandato, 5,6-7.*

<sup>9</sup> *S. LEONE MAGNO, Sermoni, 27,6.*

- "E' cosa molto bella esercitare la virtù della continenza e della moderazione nelle cose favorevoli, in quelle contrarie, esercitare la virtù della pazienza e della costanza. E' bene dimenticare l'abbondanza (il consumismo) di cui una volta si godeva e ricercare quanto è necessario per vivere.

E' bene tranquillizzarsi per le cose offerte, sperare nelle cose migliori, sopportare pazientemente le avversità e le infermità del corpo, non lamentarsi né rattristarsi di alcuna cosa, ma rendere grazie alla Provvidenza di qualsiasi cosa...

Curati di avere un animo pieno di giustizia, costumi ripieni di modestia, la lingua lontana dal multiloquio... In tutte le cose conservati intatta come cosa preziosa, come pure attraverso tutte le cose".<sup>10</sup>

### **c) Fedeltà**

- "Il Signore nel vangelo, volendo guidare i suoi discepoli verso la fede perfetta, disse: "Chi è fedele nelle piccole cose è fedele anche nelle grandi. Chi invece è ingiusto nelle piccole cose, sarà ingiusto anche nelle grandi" (*Lc 16;10*). Ma in che cosa consistono le "piccole" e le "grandi" cose?

Le "piccole cose" rappresentano le promesse di questo mondo, vale a dire, tutto ciò che il Signore assicurò che avrebbe fornito a quanti avessero creduto in Lui: il cibo, il vestito e le altre esigenze materiali, ovvero la buona salute od altre necessità del genere, raccomandando, però, di non

---

<sup>10</sup> S. GREGORIO NAZIANZENO, *Epistole 224 Basilissae, P:G: 37, 385, D.*

essere solleciti di tutto ciò, ma di sperare fiduciosamente in Lui, dal momento che il Signore avrebbe soccorso in tutto quanti fossero ricorsi a Lui.

Le "grandi cose", invece, sono costituite dai doni del mondo eterno e incorruttibile, che il Signore promise di elargire ai credenti in Lui e a quanti, costantemente desiderosi di possederli, glieli avessero richiesti. Questo fu il suo precetto: "Cercate anzitutto il regno di Dio e la sua giustizia, tutto il resto vi sarà dato in sovrappiù" (*Mt 6,33; Lc 12,31*).

In questo modo attraverso le piccole cose ed i bisogni di questo mondo, viene messa alla prova la fede che ciascuno nutre nei confronti di Dio: Egli promise infatti di soddisfare queste necessità soltanto nell'eventualità che noi non avessimo alcuna preoccupazione per esse, ma ci prendessimo cura solamente delle realtà eterne...

Affermi di ritenerti degno del regno dei cieli e di essere figlio di Dio, nato dall'alto e coerede di Cristo, e che regna con il Signore per tutti i secoli, e che gioirai della luce arcana per gli infiniti e innumerevoli secoli, al pari di Dio?... Se infatti sei persuaso che otterrai in abbondanza i beni immortali, tanto più devi credere che il Signore soddisferà quelle necessità caduche e terrene che anche gli uomini empi, le bestie e gli uccelli vedono appagate.

Dice infatti il Signore per distoglierti da ogni preoccupazione materiale: "Non datevi pensiero riguardo a ciò che mangerete, e di ciò che berrete o dell'abito che vestirete (*Mt 6,31*). Se, dunque, sei ancora ansioso per queste cose e non credi con tutto te stesso alla parola del Signore, sappi che, benché tu sia persuaso di aver fede, non sei affatto certo che otterrai quei beni eterni che costituiscono il regno dei cieli e, incredulo come sei, sei tuttora irretito nei lacci delle realtà meschine e corruttibili".<sup>11</sup>

---

<sup>11</sup> *PSEUDO MACARIO, Omelie Spirituali, 48,1.*

- "La fede è garanzia delle cose sperate, prova di realtà che non si vedono. In queste infatti gli antichi hanno ricevuto una testimonianza (*Ebr 11,1ss*)... Gran cosa è un uomo che crede; più ricco di tutti i ricchi: tutte le ricchezze dell'universo, infatti, appartengono a colui che crede (*Prov 17,6*), dal momento che egli le sottovaluta e le calpesta.

Coloro che sono ricchi di beni materiali, benché ne possiedano in gran copia, dal punto di vista dell'anima sono vittime della miseria: quanto più capitalizzano tanto più sono tormentati dal bisogno di ciò che manca loro.

L'uomo di fede invece, paradossalmente, è ricco della sua povertà: consapevole di possedere quel tanto di indumenti e di cibo che risultano necessari, se ne contenta (*1 Tim 6,8*), rifiutando la ricchezza....

"Senza la fede è impossibile piacere a Dio" (*Ebr 11,6*). Come potrebbe accadere, infatti, che un uomo si disponga a servire Dio, senza aver fede nella sua ricompensa?

Quando mai una fanciulla concepirebbe il proposito di restare vergine e un giovane abbraccerebbe la castità, se non credessero che la corona della purezza non appassisce mai? (*1 Pt 5,4*). La fede è l'occhio che rischiarà ogni coscienza e suscita ogni intelligenza. Dice infatti il profeta: "Se non avrete fede, non comprenderete" (*Is 7,9*).<sup>12</sup>

- "Vi paleserò ciò che il Signore si degna di ispirarmi. Abitando anche dentro di voi, Egli vi farà senza dubbio constatare come sia vero quello che vi dico. In effetti quello che vi diremo voi stessi lo ignorate; ma quando ve l'avremo detto, non ci sarà bisogno che interveniamo noi a dimostrare la verità, poiché da voi stessi la riconoscerete.

Ma come la riconoscerete, se non perché ve la mostra Colui che abita dentro di voi? Siete infatti del numero di coloro che invocano: "Non far vacillare il mio piede" (*Sl 120,3*), di coloro ai quali vien risposto: "Non si addormenti

---

<sup>12</sup> S. CIRILLO di GERUSALEMME, *Catechesi Battesimali*, 5, 1-4.

Colui che ti custodisce". E' necessario che Cristo non si addormenti in voi, e subito vi accorgete della verità di quanto vi diciamo. Ma come può capitarmi questo? dirai.

Ecco: Cristo dorme in voi, se in voi si addormenta la fede. Difatti, aver Cristo nel cuore, è aver fede in Cristo. Lo dice l'Apostolo: "Che Cristo abiti per la fede nei vostri cuori" (*Ef 3,17; 2 Cor 13,5*). Cristo veglia quando la fede del cristiano non è addormentata.

E se dinanzi la tua fede dormiva, e per questo nei riguardi della questione presente ondeggiavi all'infuriare della tempesta come in quella barca in cui dormiva Cristo, sveglia Cristo e la tempesta sarà sedata" (*Mt 8,24*).<sup>13</sup>

---

<sup>13</sup> S. AGOSTINO, *Esposizione sui Salmi*, 120,7.

## 2 - PSICOLOGICO E DI PENSIERO

### a) *Pazienza*

"Fratelli carissimi, conserviamo con somma cura la pazienza, per merito della quale restiamo nel Cristo, e possiamo giungere col Cristo a Dio.

E' ricca e copiosa, non si può chiudere in confini angusti, né limitare in breve spazio. Largamente si estende la virtù della pazienza, e la sua ricchezza, la sua vastità, pur sgorgando dall'unica fonte che ha questo nome, riversa la sua abbondante vena in molti canali di gloria.

Le nostre azioni non possono progredire fino al merito perfetto se non ricevono da essa forza di perfezione. E' la pazienza che ci segnala a Dio e per Lui ci conserva. Sbaraglia le tentazioni, tollera le persecuzioni, porta a compimento il dolore e il martirio.

E' essa che consolida fortemente le fondamenta della nostra fede. E' essa che solleva in alto la nostra speranza. Dirige i nostri atti perché ci sia dato di mantenerci sulla via di Cristo, camminando sulle orme della sua pazienza. Essa fa sì che noi restiamo figli di Dio, imitando la pazienza del Padre".<sup>14</sup>

- "La pazienza, che rimane tranquilla perché non ha nessun nemico pronto ad assalirla coi suoi dardi, non merita lode, né ammirazione.

E' illustre e gloriosa quella pazienza che sa restare immobile quando la tempesta della tentazione le cade sopra. La virtù vera, lungi dal tremare ed infrangersi nelle av-

---

<sup>14</sup> S. CIPRIANO, *Il Bene della pazienza*, 20.

versità, in esse si rafforza, e si fa più acuta quando sembrerebbe che dovesse spuntarsi.

Nessuno ignora che "pazienza" deriva da patire e sopportare; dunque è chiaro che merita di essere chiamato paziente soltanto colui che sopporta, senza ribellarsi, tutte le offese che gli si potranno arrecare...

Perciò, quando un uomo offeso si infiamma e si adira, non si deve credere che la gravità dell'offesa sia la causa del suo peccato. No! L'offesa non ha fatto altro che mettere in chiaro una debolezza prima nascosta...

Il santo e il peccatore non si distinguono tra loro per il fatto che il primo è tentato, il secondo no. Entrambi sono tentati, ma il primo non si lascia sopraffare neppure dagli assalti più violenti, il secondo cade all'impeto più leggero".<sup>15</sup>

- "Altro errore è quello di stimarci pazienti perché non rispondiamo talvolta alcunché alle provocazioni che ci vengono rivolte. Invece di rispondere, mettiamo in ridicolo (compatendoli) i fratelli inquieti, con un silenzio amaro, con qualche movimento o gesto canzonatorio; così col nostro aspetto impassibile li provochiamo alla collera ancor più che se parlassimo in tono offensivo.

Noi crediamo di non essere colpevoli davanti a Dio, perché non ci è uscita dalla bocca alcuna delle parole che gli uomini notano e disapprovano; ma ci sbagliamo.

Agli occhi di Dio non hanno valore di colpa soltanto le parole, la volontà vale più della parola.... Non vale nulla tacere, se ci imponiamo il silenzio per ottenere con esso lo stesso effetto che si otterrebbe con parole offensive.

E, se oltre a ciò, compiamo dei gesti ipocriti che aumentano l'ira di colui che avremmo dovuto placare, il

---

<sup>15</sup> CASSIANO, *Conferenza 17, 13.*



colmo della colpa sarebbe se da questo contegno ipocrita ci attendessimo le lodi degli uomini.

Il silenzio descritto nel nostro esempio è dannoso a tutte e due le parti: fa crescere l'ira nel cuore del prossimo e non la estingue nel nostro cuore.

Spesso una finta pazienza eccita alla collera più assai delle parole offensive; un silenzio sprezzante è più grave delle più gravi ingiurie".<sup>16</sup>

## **b) Benignità**

- "Chi desidera con intento sincero condurre alla fede chi è estraneo alla religione cristiana, deve curare l'amorevolezza, non l'asprezza, perché l'ostilità non cacci lontano coloro il cui spirito poteva essere conquistato con ragionamenti.

Tutti quelli che agiscono diversamente... mostrano di curare più la causa propria che quella di Dio... Bisogna fare in modo, dunque, che spinti da ragionamenti e dalla nostra mansuetudine, vogliano seguirci e non fuggirci, perché ci sia dato, con l'aiuto di Dio, di condurli al seno della Madre Chiesa".<sup>17</sup>

- "Se tu operassi miracoli i morti, se facessi qualsiasi altra cosa, mai i pagani ti amerebbero come vedentoti mite, dolce e soave nelle tue maniere. E non è questo un piccolo successo: molti infatti, alle fine, verranno distolti dal male.

Nulla è tanto capace di attrarre quanto l'amorevolezza. Per quelli - i miracoli - ti invidieranno, ma per questa ti

---

<sup>16</sup> CASSIANO, *Conferenza 17, 18*.

<sup>17</sup> S. GREGORIO MAGNO, *Lettere, 12*.

ammireranno e ti ameranno. Amandoti, abbracceranno, progredendo, la verità cristiana.

E se uno non si fa subito fedele, non meravigliarti, non preoccuparti, non voler tutto in una sola volta, ma lascia che egli lodi e ami e procederà poi sulla via della fede".<sup>18</sup>

- "Sforzati di emulare l'umiltà e l'affabilità di Dio Questo ha soprattutto l'uomo di divino: l'affabilità. Eccoti la possibilità di diventare come Dio senza fatica: non lasciarti sfuggire l'occasione".<sup>19</sup>

### **c) Bontà**

- "In te e da te non c'è nessuna misericordia verso gli altri, se non è Dio che te la dona.... E' un fatto che Cristo ci ha rinnovati, che ci ha perdonato tutti i peccati e che noi ci siamo convertiti.

Se dimentichiamo ciò che ci è stato perdonato, dimentichiamo il dono del Salvatore...

Non deve mai svanire dalla nostra mente il ricordo di ciò che ci è stato donato...cioè, non venga mai meno nella tua memoria il ricordo di Colui che ti ha risanato...

Ricordiamoci, dunque, fratelli carissimi, vi scongiuro: chiunque è stato liberato dal peccato si ricordi di ciò che fu prima...Se si ricorderà di essere stato risanato sopporterà chi ancora non lo è.

Insomma, ciascuno ricordi ciò che fu prima e se ora non lo sia più davvero.

Così facendo, saprà andare incontro a chi si trova come

---

<sup>18</sup> S. GIOVANNI CRISOSTOMO, *Omelia sulla 1 ai Corinti*, 33,5.

<sup>19</sup> S. GREGORIO NAZIANZENO, *Orazioni*, 17.

un tempo fu lui. Che se, invece, si vanterà come se fosse stato tutto per suo merito e respingerà come indegni i peccatori e incrudelirà contro di loro senza misericordia... s'innalza di nuovo nella superbia".<sup>20</sup>

- "Dico pertanto che qualora uno, per aver fatto dei progressi, si rifiuterà di incontrare chiunque gli rechi molestia, da questo fatto e dal fatto che si rifiuta di tollerare la gente, si può arguire che non ha progredito.

Mi comprenda la vostra carità!

Dice l'Apostolo: "Sopportatevi a vicenda con amore, sforzandovi di conservare l'unità nello spirito nel vincolo della pace" (*Ef 4,3-5*). Sopportatevi a vicenda. Forse che in te non c'è cosa che l'altro non debba tollerare? Me ne meraviglierei.

Ma ammettiamo che non abbia veramente nulla, tanto più per questo devi essere coraggioso nel sopportare gli altri, perché non hai difetti che altri non debbano sopportare... Esorto tutti, anzi è la voce di Dio che esorta: "Sopportatevi l'un l'altro con amore"....

E' buona e lodevole la decisione di un uomo che risolve di starsene con coloro che si sono scelti una vita di quiete, lontano dallo strepito mondano e dalle folle agitate.

Costoro, superate le burrasche del mondo, sono in porto. Ma nelle loro case ci sarà la gioia e l'allegrezza che ci vengono promesse? Non ancora. C'è anche là da gemere e stare in ansia per le tentazioni...

Ad ogni modo sono più fortunati coloro che si trovano nel porto, di coloro che si trovano nel mare aperto. Lo si deve ammettere e riconoscere perché è vero.

Che si amino dunque costoro!

Vi regnino l'uguaglianza, frutto della carità costante e

---

<sup>20</sup> S. AGOSTINO, *Esposizione sui Salmi*, 78,11; 75,15.

di imparzialità... Noi tutti vogliamo avere un cuore ben difeso... sta di fatto che ogni giorno abbiamo a lottare nell'intimo del cuore...L'uomo di Dio si domina, resiste alle tentazioni e le disapprova. Eppure è ben difficile che non resti da alcuna ferito...

La Chiesa di Dio ai nostri giorni deve essere lodata come la lodano le Scritture: "Un giglio in mezzo alle spine", ecco com'è la mia diletta in mezzo alle figlie (*Cant 2,2*),

Chiunque ode queste parole ci rifletta sopra. Gli piace il giglio in mezzo alle spine: entra, e pur di tenersi stretto al giglio, sopporta le (punture) delle spine.

Chi opera così meriterà di essere lodato e baciato dallo Sposo, il quale dice: "Come un giglio in mezzo alle spine, così la mia diletta in mezzo alle figlie".<sup>21</sup>

- "L'uomo buono che ha (coscienza) conoscenza sperimentale di Dio è buono.

Quando l'uomo non è buono vuol dire che non è partecipe della conoscenza che viene da Dio.

Conoscere Dio significa possedere la bontà essenziale. L'anima in possesso di questa bontà.... è una benedizione per tutti gli esseri".<sup>22</sup>

---

<sup>21</sup> S. AGOSTINO, *Esposizione sui Salmi, 99, 9-12, passim.*

<sup>22</sup> S. ANTONIO, *Filocalia, 29,55.*

#### **d) Longanimità<sup>23</sup>**

- "Fissiamo i nostri sguardi al Padre e Creatore dell'universo. Andiamo fermamente ai suoi doni di pace e ai suoi benefici meravigliosi ed incomparabili. Contempliamo con il pensiero e consideriamo con gli occhi del cuore la longanimità dei suoi disegni. Riflettiamo come Egli agisce con longanime soavità con tutta la creazione.

I cieli che si muovono sotto il suo governo gli obbediscono nella pace. Il giorno e la notte compiono il corso loro assegnato senza confondersi reciprocamente. Il sole, la luna e il coro degli astri evolvono secondo il loro ordine, nella concordia, nell'ambito dei limiti loro fissati, senza oltrepassarli.

La terra, ripiena di frutti, docile alla sua volontà, produce in abbondanza, alle stagioni proprie, il cibo per gli uomini, per le bestie e per tutti gli esseri che vivono in essa: essa non contesta, non modifica nulla alle leggi impostole.

Lo stesso ordinamento mantengono le leggi insondabili che reggono gli abissi e quelle indescrivibili che governano il mondo sotterraneo... tutte queste cose il grande Creatore e Signore dell'universo ha ordinato che si compiano nella pace e nella concordia; poiché Egli diffonde la sua bontà su tutta la creazione, ma a noi prodiga in un

---

<sup>23</sup> *La longanimità (macrothumìa) indica non solo una certa apertura ma riassume in sé il concetto di pazienza che sopporta e quello di speranza che dà certezza della realizzazione: è solo questione di tempo. La longanimità sa che Dio sta realizzando il suo piano. E' un concetto espresso nella lettera di Gc, 5,7, con l'esempio dell'agricoltore che attende il raccolto. La longanimità è quel frutto dello Spirito con il quale si vive "il già e non ancora" della salvezza, la quale esiste ma ancora in via di sviluppo (Cfr 1 Gv 3,1-3)*

modo sovraeminente, quando noi ricorriamo alla sua misericordia per mezzo del Signore Gesù Cristo".<sup>24</sup>

- "L'amore perfetto non divide mai l'umana natura che è in sé una, conformemente ai vari caratteri degli uomini. Ma, avendo sempre presente la natura umana, ama ugualmente tutti.

Ama i buoni come amici e i cattivi come nemici, facendo ad essi del bene, con l'essere paziente e longanime nel sopportare le cose da loro compiute, non mai ripagando il male con il male, sopportandoli per rendere, se possibile, amici anche loro. Quando questo non appare possibile, mantiene verso di loro le sue buone disposizioni, mostrando a tutti gli uomini indistintamente, i frutti dell'amore.

Così il Signore Gesù, mostrando a noi il suo amore, patì per tutto l'uman genere e donò a tutti indistintamente la speranza della risurrezione".<sup>25</sup>

- "Dice il Pastore: "Divieni longanime e prudente, e dominerai su tutte le opere malvagie e opererai ogni giustizia. Se infatti sarai stato longanime, lo Spirito Santo che abita in te sarà puro, e, non oscurato da nessun altro spirito cattivo, ma dimorando in una dimora spaziosa, esulterà e gioirà con l'uomo in cui abita, e servirà il Signore con ilarità grande, possedendo dentro di sé la beatitudine".<sup>26</sup>

---

<sup>24</sup> S. CLEMENTE ROMANO, *Lettera ai Corinti*, 19. 2-3, 20.

<sup>25</sup> S. MASSIMO il CONFESSORE, *Quattro Centurie sull'amore*, *Filocalia*, pag 116.

<sup>26</sup> ERMA, *Il Pastore*, *Mandato 5,1, 1,2*.

## **e) Mansuetudine**

- "Dio ci ha posti in questo mondo perché praticissimo la misericordia. In tal modo noi otteniamo che la sua misericordia sia sopra di noi E diventiamo coeredi degli angeli con i quali spero di trovare il nostro Padre celeste, perché Egli è misericordioso (*Lc 6,36*).

Mosè era l'uomo più mansueto di tutti gli uomini, ed è per questo che lo Spirito santo ha detto che gli ha mostrato le sue vie (*Sl 102,7*). Questa dolcezza insegnala ai fratelli, perché essi si astengano dalla collera: difatti, nessun vizio quanto la collera rende l'uomo simile al demonio e quanto il turbolento risentimento...

Non ammettere ascési alcuna, ove manchi la dolcezza, poiché colui che evita di bere e di mangiare, ma eccita in sé la collera, somiglia ad una nave in alto mare e che è governata dal demone della collera.

Dimmi un po': perché la Scrittura, quando vuol lodare Mosè, lascia da parte tutti i miracoli che egli ha fatto e rammenta solamente la sua mansuetudine?... Essa dice che lui solo stette davanti a Dio nel deserto, quando Dio voleva distruggere Israele, e gli chiese di essere distrutto con i figli del suo popolo.

Egli pose davanti a Dio l'amore degli uomini e l'iniquità loro dicendo: "Perdona loro oppure cancella me dal libro della vita" (*Es 32,32*). Così parlò il mansueto. E Dio scelse di perdonare a coloro che avevano peccato, piuttosto che fare del male a Mosè.

La Scrittura lascia da parte la famosa raccolta della manna, l'apparire subitaneo delle quaglie... e lo loda solo per questo: "Mosè, il più mansueto di tutti gli uomini" (*Num*

12,3).<sup>27</sup>"

La mansuetudine è uno stato immutabile della nostra mente che rimane sempre uguale a sé stessa negli onori e nei disonori.

La mansuetudine è il pregare senza rancore e di vero cuore per coloro che portano rancore. La mansuetudine è roccia sporgente contro il ribollire del mare... E' fondamento della pazienza, porta, o meglio, madre della carità, principio della prudenza.

E' colei che procura il perdono dei peccati, è fiducia nella preghiera, è tempio dello Spirito Santo: "Verso chi infatti rivolgerò il mio sguardo, se non verso il mansueto e il pacifico?" (*Is 66,2*)

La mansuetudine è aiuto dell'obbedienza, guida nell'amicizia, freno per chi è furioso, correzione per chi si sdegna, animatrice della gioia. La mansuetudine è imitazione di Cristo e dà la possibilità di ereditare la terra.<sup>28</sup>

- "La scienza di Dio si acquista e si acuisce per mezzo della mansuetudine: è questa virtù che fa dire di Mosé "il più mansueto tra gli uomini" e così ottenne, lui solamente, la comprensione delle cose di Dio... Io sono persuaso che la mansuetudine fu per te causa di grande scienza.

Difatti, non c'è nessun'altra virtù che genera la sapienza come questa mansuetudine, per la quale Mosè fu esaltato come il più mansueto. Io prego al solo scopo per ottenere di diventare discepolo di Colui che è il Mansueto e di servirlo nella dolcezza".<sup>29</sup>

---

<sup>27</sup> EVAGRIO il PONTICO, *Lettera 57, 56*.

<sup>28</sup> S. GIOVANNI CLIMACO, *La Scala del Paradiso, 24*.

<sup>29</sup> EVAGRIO il PONTICO, *Lettera, 41, 36*.



## f) *Modestia*

- "Ciascuno, dice l'Apostolo, riceve un dono particolare, chi in un modo chi in un altro (*1 Cor 7;7*). Ecco la modestia apostolica, non si annulla, ma brilla da ogni parte.

Dono divino chiama la sua condotta virtuosa, e il frutto di tutte le tribolazioni che ha dovuto sostenere lo attribuisce completamente al suo Maestro... "Ho faticato più di tutti, non io però, ma la grazia di Dio che è con me" (*2 Cor 15,10*).

E' proprio del buon servitore non considerare nulla come suo, ma tutto del suo Signore, di non pensare che alcunché sia suo, ma tutto del suo Signore...

Paolo parla di dono di Dio. In effetti è la sua modestia che lo fa parlare così e non il desiderio di mettere la continenza nei doni di Dio...

Cristo stesso in nessun passo ha condannato gli uomini che non han ricevuto i doni divini, ma sempre ha condannato coloro che non conducono vita onesta.

Ciò che Egli esige principalmente è una vita perfetta e azioni irreprensibili. La distribuzione dei doni dipende non dall'intenzione dei beneficiari, ma dalla decisione del donatore.

Ed è per questo che in nessuna parte Cristo rivolge elogi a quelli che fanno miracoli; ed anche quando i suoi discepoli vi vedono un titolo di gloria, Egli li storna da questa gioia dicendo loro: "Non rallegratevi perché i demoni vi obbediscono".

I beati sono sempre coloro che sono misericordiosi, gli umili, i miti, quelli del cuore puro, i pacifici, quanti danno prova di queste virtù ed altre simili".<sup>30</sup>

---

<sup>30</sup> S. GIOVANNI CRISOSTOMO, *La Virginità*, 38, 1-2.

- "Il cuore dirige e governa tutti gli organi del corpo. E se la grazia è entrata in possesso dei pascoli del cuore, regnerà su tutte le membra e su tutti i pensieri. Ad essa infatti aderiscono la mente, tutti i pensieri dell'anima e la sua confidenza.

A motivo di ciò la grazia penetra altresì in tutte le membra del corpo... Se dunque qualcuno ama Dio, anche Dio lo rende partecipe del suo amore. E se qualcuno ha creduto anche una sola volta in Lui, Dio gli concede la fede soprannaturale, raddoppiando in tal modo l'essere dell'uomo.

Offrendoti a Dio con le tue membra, Egli stesso a sua volta si unirà a te con le proprie, si unirà all'anima tua, perché tu possa agire, amare e pregare sempre con purezza.

L'uomo infatti possiede una dignità altissima. Osserva quanto siano grandi i cieli, la terra, il sole e la luna. Ciò nondimeno il Signore non ne fu soddisfatto: soltanto dell'uomo Egli si appagò.

Per questo l'uomo è la più bella di tutte le creature, e forse, non esiterò a dire, non soltanto più bello delle creature visibili, ma anche di quelle invisibili, cioè degli spiriti al servizio di Dio.

Infatti, non riferendosi agli Arcangeli Michele o Gabriele, Iddio disse: "facciamo a nostra immagine e somiglianza", bensì a proposito della sostanza spirituale dell'uomo: la sua anima immortale. Sta scritto infatti, che anche le schiere degli Angeli del cielo lo circondano con timore (*Sl 33,8*).<sup>31</sup>

- "L'anima che Cristo, il celeste Sposo, ha desiderato in matrimonio con la sua mistica e divina unione e che ha

---

<sup>31</sup> *PSEUDO MACARIO, Omelie Spirituali, 15, 20-22.*

gustato le ricchezze celesti, deve compiacere assai diligentemente al suo sposo e servire come si conviene lo Spirito che le è stato affidato: in tal modo piacerà a Dio in ogni cosa, non contristerà giammai lo Spirito, amandolo e serbando verso di Lui una nobile modestia, e si comporterà con rettitudine nella casa del Re celeste, facendo sì che le venga concessa la grazia in tutte le cose.

Ecco: un'anima come questa diventa padrona di tutti i beni del Signore e lo splendore della divinità raggiunge il corpo stesso al quale essa appartiene.

Se invece cade in qualche errore, non si comporta bene nel servizio e non si rende grata al Signore, non assecondando la sua volontà, né collaborando con la grazia dello Spirito che abita in lei, in tal caso, non senza oltraggio e disonore, essa verrà spogliata della sua dignità e privata della vita, poiché diventa inutile e inadatta al Re celeste.

Alla fine, però, a causa di quell'anima, la tristezza, il dolore e il lutto invadono tutti i santi e tutti gli intelligenti: gli angeli, le potestà, gli apostoli, i profeti, i martiri piangono la sua morte.

Allo stesso modo come, infatti, c'è gaudio in cielo, come disse il Signore, per un solo peccatore che si pente (*Lc 15,7*), così c'è anche molta tristezza e lutto in cielo per un'anima che abbia perduto la vita eterna...

Ed è proprio ciò che lo Spirito intendeva dire per mezzo del profeta Ezechiele a proposito di un'anima del genere, pur esprimendosi metaforicamente, come se parlasse di Gerusalemme: "Ti ho trovata nuda nel deserto e ti lavai con acqua dalla tua impurità e ti misi un vestito e misi un braccialetto ai tuoi polsi ed una collana intorno al tuo collo e gli orecchini alle orecchie. Ti lessi tra tutte le genti. Hai mangiato fior di farina, miele ed olio ed alla fine ti sei dimenticata dei miei doni. Sei corsa dietro ai tuoi amanti ed hai vergognosamente fornicato" (*Ez 16,6ss*)...

Chiunque perciò tra voi sia divenuto partecipe dello Spirito di Cristo, in nessuna cosa, né piccola, né grande, abbia il suo animo distratto al punto di non prendersi cura

di siffatte cose e non insulti altresì la grazia dello Spirito, onde non essere privato di quella vita della quale era stato reso partecipe".<sup>32</sup>

### 3 - "Sentire" e Vita

#### a) Pace

- "La pace è a prezzo della moderazione dei desideri. La ricerca di avere sotto di sé schiavi, braccianti, o di possedere armenti, per esempio, ci rende vincolati dalle preoccupazioni che queste producono, e con facilità siamo portati a lamentarci con Dio. Il nostro desiderare continuo ci riempie di agitazione, ci fa muovere nell'oscurità di una vita peccaminosa e ci impedisce la conoscenza di noi stessi."<sup>33</sup>

- "Vi lascio la pace, vi dò la mia pace" (*Gv 14,27*). Questo è ciò che leggiamo nel profeta: "Pace su pace" (*Is 57,19*). Ci lascia la pace al momento di andarsene, ci darà la sua pace quando tornerà alla fine dei tempi. Ci lascia la pace in questo mondo, ci darà la sua pace nel secolo futuro. Ci lascia la sua pace affinché noi, permanendo in essa, possiamo vincere il nemico; ci darà la sua pace quando regneremo senza timore di nemici.

Ci lascia la sua pace, affinché anche qui possiamo amarci scambievolmente; ci darà la sua pace lassù dove non potrà esserci contrasto alcuno.

Ci lascia la pace, affinché non ci giudichiamo a vicenda

---

<sup>32</sup> PSEUDO MACARIO, *Omellie Spirituali*, 15, 1-4, *passim*.

<sup>33</sup> S. ANTONIO, *Filocalia*, 6, pag. 20.

delle nostre colpe occulte, finché siamo in questo mondo; ci darà la sua pace quando svelerà i pensieri del cuore e i segreti dei cuori e allora "ognuno avrà da Dio la lode che merita" (*1 Cor 4,5*).

In Lui è la nostra pace e da Lui viene la nostra pace, sia quella che ci lascia andando al Padre, sia quella che ci darà, quando ci condurrà al Padre.

Ma cos'è che ci lascia partendo da noi, se non sé stesso che mai si allontanerà da noi? Egli stesso infatti è la nostra pace, Egli che "ha unificato i due popoli in uno (*Ef 2,14*). Egli è la nostra pace, sia adesso che noi crediamo che Egli è, sia allorché lo vedremo come Egli è.

Se infatti Egli non ci abbandona esuli da sé, mentre dimoriamo in questo corpo corruttibile, che appesantisce l'anima, e camminiamo nella fede e non per visione (*2 Cor 5,6-7*), quanto maggiormente ci riempirà di sé, quanto finalmente saremo giunti a vederlo faccia a faccia".<sup>34</sup>

- "Egli dirà parole di pace nei confronti del suo popolo E di coloro che volgono a Lui il loro cuore" (*Sl 84:9*). La voce di Cristo dunque, come la voce di Dio, è pace e invita alla pace.

Dice: "Suvvia, voi tutti che ancora non godete della pace, amate la pace! Cosa potete, infatti, attendervi da me che sia più prezioso della pace? Su, dunque, fratelli, volete che sia per voi questa pace di cui parla il Signore? Rivolgete a Lui il vostro cuore, non a me, non a questa o a quell'altra persona.

Qualunque uomo pretenda che sia rivolto a lui il cuore dei propri simili, cadrà in terra insieme con loro. E cos'è meglio: cadere in terra assieme alla persona alla quale ti rivolgi, ovvero startene in piedi, in compagnia di Colui insieme al quale ti sei rivolto a Dio?

---

<sup>34</sup> S. AGOSTINO, *Commento al Vangelo di Giovanni*, 77, 3.

Il nostro gaudio e la nostra pace, il nostro riposo e la nostra cessazione di ogni miseria, altro non è se non Dio. Beati coloro che a Lui dirigono il cuore".<sup>35</sup>

## **b) Gaudio**

- "Rivéstiti di ilarità, la quale è sempre gradita e accetta a Dio e godi di essa. Infatti, ogni uomo ilare opera il bene e pensa il bene e disprezza la tristezza.

L'uomo triste, invece, agisce sempre male: primo, agisce male, perché contrista lo Spirito Santo, il quale viene donato all'uomo ilare. Secondo, contristando lo Spirito Santo commette iniquità, perché non prega e non loda Dio: giammai infatti, l'orazione dell'uomo triste ha forza per ascendere all'altare di Dio.

Perché, mi chiedo, l'orazione dell'uomo triste non ascende all'altare? Perché la tristezza risiede nel cuore. E la tristezza, dunque, mescolandosi alla preghiera non permette all'orazione di ascendere pura all'altare.

Come infatti, l'aceto e il vino, mescolati assieme, non hanno più lo stesso sapore, così la tristezza, mescolata allo Spirito Santo, non può formare un'orazione accetta e pura.

Purificati, dunque, da questa tristezza cattiva e vivrai con Dio. Chiunque allontanerà da sé la tristezza e si vestirà tutto di ilarità, vivrà di Dio e con Dio".<sup>36</sup>

- "Un'anima che è tutta presa dal desiderio del Creatore, che ha trovato la sua gioia nella sua Beltà, non cambierà mai questa letizia e questa allegrezza con mille piaceri

---

<sup>35</sup> S. AGOSTINO, *Esposizione sui Salmi*, 84,10, *passim*.

<sup>36</sup> ERMA, *Il Pastore*, Mandato 10, 3, 1-4.

sensibili; piuttosto, ciò che rende tristi gli altri aumenterà la sua letizia...

Quante occasioni di giusta allegria ci dona la liberalità di Dio! Siamo stati chiamati all'essere quando non eravamo; e lo siamo stati ad immagine del Creatore!

Abbiamo la mente, la ragione che costituiscono la nostra essenza e ci permettono di conoscere Dio. E se consideriamo con attenzione la bellezza del creato, vi leggiamo quasi scolpite in lettere la somma provvidenza di Dio riguardo a tutto e la sua Sapienza...

Allontanatici da Dio per i nostri peccati, siamo stati nuovamente chiamati alla sua intimità, redenti per il sangue dell'Unigenito da una vergognosa schiavitù.

E poi: la speranza della risurrezione, il possesso dei beni angelici, il regno dei cieli, i beni promessi che superano ogni possibilità della parola e dello stesso pensiero.

Così, se qualche evento colpisce l'uomo fervoroso, non ne offusca l'allegrezza e precisamente per questo motivo: "la tribolazione produce la pazienza, la pazienza porta all'approvazione, e l'approvazione alla speranza, e la speranza non fa arrossire"...(Rm 5,3).

E' la speranza dunque che fa della gioia la compagna inseparabile dell'uomo fervoroso".<sup>37</sup>

- "Avete sentito, carissimi, il Signore dire ai suoi discepoli: "Vi ho dette queste cose, affinché la mia gioia sia in voi E la vostra gioia sia piena (Gv 15;11).

In che cosa consiste la gioia di Cristo in noi, se non nel fatto che Egli si degna di godere di noi?

E in che cosa consiste la nostra gioia perfetta, se non nell'essere in comunione con Lui?

Per questo aveva detto a Pietro: "Se non ti laverò, non avrai parte con me" (Gv 13,8). La sua gioia in noi, quindi, è

---

<sup>37</sup> S. BASILIO il GRANDE, *Omelia sul Ringraziamento, 1.3, passim.*

la sua grazia che Egli ci ha accordato, e questa grazia è la nostra gioia.

Ma di questa gioia Egli gode fin dall'eternità, fin da quando ci elesse prima della creazione del mondo (*Ef 1,4*). E davvero non possiamo dire che la sua gioia allora non fosse perfetta, poiché non c'è mai stato un momento in cui Dio abbia goduto in modo imperfetto.

Ma quella gioia non era allora in noi, perché nessuno di noi esisteva per poterla avere in sé, né abbiamo cominciato ad averla appena venuti all'esistenza. Ma da sempre era in Lui, che nella infallibile realtà della sua prescienza, godeva per noi che saremmo stati suoi.

Quando si posava su noi il suo sguardo e ci predestinava, la gioia che Egli provava per noi era perfetta. In quella gioia, infatti, non v'era alcun timore che il suo disegno potesse non compiersi.

Né, quando questo disegno cominciò a realizzarsi, crebbe la sua gioia che lo rende beato; altrimenti si dovrebbe dire che Egli divenne più beato per averci creato.

Questo fratelli non può essere: la felicità di Dio che non era minore senza di noi, non diventò maggiore per noi.

Quindi la sua gioia per la nostra salvezza, che in Lui fin da quando posò su di noi il suo sguardo e ci predestinò, cominciò ad essere in noi quando ci chiamò; e giustamente diciamo nostra questa gioia, che ci renderà beati in eterno.

Questa nostra gioia cresce e progredisce ogni giorno, e, mediante la perseveranza, tende verso la perfezione.

Essa comincia nella fede di coloro che rinascono e raggiungerà il suo compimento nel premio di coloro che risorgeranno.

Credo che questo sia il senso delle parole: "Vi ho detto queste cose, affinché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia perfetta".

La mia gioia, infatti, è sempre stata perfetta, anche prima che voi foste chiamati, quando sapevo che vi avrei



chiamati: e questa gioia si accende in voi, quando in voi comincia a realizzarsi il mio disegno.

La vostra gioia sarà perfetta allorché sarete beati, ma non lo siete ancora, così come un tempo, voi che non esistevate, siete stati creati".<sup>38</sup>

### **c) Carità**

- "E' dunque perché siamo stati amati che noi possiamo amarlo. Amare Dio è sicuramente un dono di Dio. E' Lui che amandoci quando noi non lo amavamo, ci ha dato di amarlo. Siamo stati amati quando eravamo tutt'altro che amabili, affinché ci fosse in noi qualcosa che potesse piacergli.... Lo Spirito Santo di entrambi (del Padre e del Figlio) ha riversato nei nostri cuori la carità...

E così possiamo dire che questo nostro amore filiale con cui rendiamo onore a Dio, è opera di Dio, il quale vide che era buono; e quindi egli ha amato ciò che ha fatto. Ma non avrebbe operato in noi nulla che meritasse il suo amore, se non ci avesse amati prima di operare alcunché".<sup>39</sup>

- "Fratelli miei, quando parliamo di carità vicendevole dobbiamo guardarci dall'identificarla con la pusillanimità o con un'inerte passività. Avere la carità non significa certo essere imbelli e corrivi.

Non pensate che la carità possa esistere senza una certa bontà o senza bontà addirittura. La carità autentica non è certo questo. La carità autentica è una forza che sollecita a

---

<sup>38</sup> S. AGOSTINO, *Commento al Vangelo di Giovanni*, 83,1.

<sup>39</sup> S. AGOSTINO, *Commento al Vangelo di Giovanni*, 103.4. Cfr 82, 2, "E come potremmo noi amare, se prima non fossimo amati? ... E' l'amore che ci fa osservare i comandamenti..."

correggere ed elevare gli altri. La carità si diletta della buona condotta e si sforza di emendare quella cattiva. Non amare l'errore, ma l'uomo. L'uomo è da Dio, l'errore è dall'uomo. Ama ciò che Dio ha fatto, non ciò che ha fatto l'uomo.

Se ami veramente l'uomo lo correggi. Anche se talvolta devi mostrarti alquanto duro, fallo proprio per amore del maggiore bene del prossimo".<sup>40</sup>

- "E' proprio della carità la rinuncia ad ogni pensiero ad essa contrario: la carità, infatti non pensa male. La carità è tranquillità dell'animo e dona l'adozione a figli di Dio, che tra loro si differenziano solo dal nome: come la luce, il fuoco, la fiamma sono tre aspetti di un'unica realtà, così devi pensare di costoro".<sup>41</sup>

#### - "Che amo quando amo Te?

Non una bellezza corporea, né una grazia temporale; non lo splendore della luce, così caro a questi miei occhi, non le dolci melodie delle cantilene di ogni tono, non la fragranza dei fiori, degli unguenti e degli aromi, non la manna o il miele, non le membra bramate degli amplessi della carne. Nulla di tutto ciò amo, quando amo il mio Dio.

Eppure amo una sorta di luce e voce e odore e cibo e amplesso nell'amare il mio Dio: la luce, la voce, l'odore, il cibo l'amplesso dell'uomo interiore che è in me, ove splende alla mia anima una luce non avvolta dallo spazio, ove risuona una voce non travolta dal tempo, ove olezza un profumo non disperso dal vento, ov'è colto un sapore non attenuato dalla voracità, ove l'ineffabile amplesso non è interrotto dalla sazietà. Questo amo, quando amo il mio Dio!"<sup>42</sup>

---

<sup>40</sup> S. AGOSTINO, *Commento alla 1 lettera di Giovanni*, PL, 35, 2033.

<sup>41</sup> S. GIOVANNI CLIMACO, PG, 88, 115, 6b.

<sup>42</sup> S. AGOSTINO, *Le Confessioni*, 10, 6, 8.

## VARIAZIONI PATOLOGICHE

A livello di:

**1 - Corpo e di azione:** *fornicazione, impurità, libertinaggio, ubriachezze, orge e cose del genere.*

**2 - Psicologico e di pensiero:** *idolatria, stregonerie.*

**3 - Cuore: "sentire" e vita:** *inimicizie, discordia, gelosia, ira, risse, dissensi, divisioni, fazioni, invidie.*

### ***Principi di medicina preventiva***

Non è possibile "diagnosticare" nella singola persona le possibili variazioni patologiche o le latenti "infezioni". Questo è compito del medico personale o dello specialista nel rapporto con l'interessato.

Invece di eventuali cure o medicine vengono riportati dei principi fondamentali per una sana alimentazione preventiva da attuarsi ogni giorno, se hai a cuore la vita che lo spirito Santo ti ha ridonato e vuole accrescere fino alla piena maturità del signore Gesù in te.

## **1 - Il signore Gesù è in te:**

*2 Cor 13,5, "Esaminate voi stessi se siete nella fede, mettetevi alla prova. Non riconoscete forse che Gesù Cristo abita in voi? A meno che la prova non sia contro di voi!"*

## **2 - Tu sei il tempio dello Spirito Santo:**

*1 Cor 3,16, "Non sapete che siete tempio di Dio e che lo Spirito di Dio abita in voi"?*

E lui è colui che ti educa, ti insegna a conoscere la presenza di Gesù:

*Gv 16,13-15, "Quando però verrà lo Spirito di verità, egli vi guiderà alla verità tutta intera, perché non parlerà da sé, ma dirà tutto ciò che avrà udito e vi annunzierà le cose future. Egli mi glorificherà, perché prenderà del mio e ve l'annunzierà. Tutto quello che il Padre possiede è mio; per questo ho detto che prenderà del mio e ve l'annunzierà".*

*1 Cor 12,3, "Ebbene, io vi dichiaro: come nessuno che parli sotto l'azione dello Spirito di Dio può dire "Gesù è anàtema", così nessuno può dire "Gesù è Signore" se non sotto l'azione dello Spirito Santo".*

## **3 - "Ricordare ogni giorno questa presenza del Signore:**

*Deut 8,2-7, "Ricordati di tutto il cammino che il Signore tuo Dio ti ha fatto percorrere in questi quarant'anni nel deserto, per umiliarti e metterti alla prova, per sapere quello che avevi nel cuore e se tu avresti osservato o no i suoi comandi. Egli dunque ti ha umiliato, ti ha fatto provare la fame, poi ti ha nutrito di manna, che tu non conoscevi e che i tuoi padri non avevano mai*

*conosciuto, per farti capire che l'uomo non vive soltanto di pane, ma che l'uomo vive di quanto esce dalla bocca del Signore. Il tuo vestito non ti si è logorato addosso e il tuo piede non si è gonfiato durante questi quarant'anni. Riconosci dunque in cuor tuo che, come un uomo corregge il figlio, così il Signore tuo Dio corregge te. Osserva i comandi del Signore tuo Dio camminando nelle sue vie e temendolo".*

#### **4 - Ascoltare ogni giorno la Parola del Signore che non solo ti difende, ma ti nutre con il suo Spirito:**

*Sl 81,9-17, "Ascolta, popolo mio, ti voglio ammonire; Israele, se tu mi ascoltassi! Non ci sia in mezzo a te un altro dio e non prostrarti a un dio straniero. Sono io il Signore tuo Dio, che ti ho fatto uscire dal paese d'Egitto; apri la tua bocca, la voglio riempire. Ma il mio popolo non ha ascoltato la mia voce, Israele non mi ha obbedito. L'ho abbandonato alla durezza del suo cuore, che seguisse il proprio consiglio. Se il mio popolo mi ascoltasse, se Israele camminasse per le mie vie! Subito piegherei i suoi nemici e contro i suoi avversari porterei la mia mano. I nemici del Signore gli sarebbero sottomessi e la loro sorte sarebbe segnata per sempre; li nutrirei con fiore di frumento, li sazierei con miele di roccia".*

#### **5 - "Ascoltare" e "Ricordare" la Presenza del Battesimo e della Cresima:**

*Ef 4, 14-32, "Questo affinché non siamo più come fanciulli sballottati dalle onde e portati qua e là da qualsiasi vento di dottrina, secondo l'inganno degli uomini, con quella loro astuzia che tende a trarre nell'errore. Al contrario, vivendo secondo la verità nella carità, cerchiamo di crescere in ogni cosa verso di lui, che è il capo, Cristo, dal quale tutto il corpo,*

*ben compaginato e connesso, mediante la collaborazione di ogni giuntura, secondo l'energia propria di ogni membro, riceve forza per crescere in modo da edificare se stesso nella carità. Vi dico dunque e vi scongiuro nel Signore: non comportatevi più come i pagani nella vanità della loro mente, accecati nei loro pensieri, estranei alla vita di Dio a causa dell'ignoranza che è in loro, e per la durezza del loro cuore. Diventati così insensibili, si sono abbandonati alla dissolutezza, commettendo ogni sorta di impurità con avidità insaziabile. Ma voi non così avete imparato a conoscere Cristo, se proprio gli avete dato ascolto e in lui siete stati istruiti, secondo la verità che è in Gesù, per la quale dovete deporre l'uomo vecchio con la condotta di prima, l'uomo che si corrompe dietro le passioni ingannatrici e dovete rinnovarvi nello spirito della vostra mente e rivestire l'uomo nuovo, creato secondo Dio nella giustizia e nella santità vera. Perciò, bando alla menzogna: dite ciascuno la verità al proprio prossimo; perché siamo membra gli uni degli altri. Nell'ira, non peccate; non tramonti il sole sopra la vostra ira, e non date occasione al diavolo. Chi è avvezzo a rubare non rubi più, anzi si dia da fare lavorando onestamente con le proprie mani, per farne parte a chi si trova in necessità. Nessuna parola cattiva esca più dalla vostra bocca; ma piuttosto, parole buone che possano servire per la necessaria edificazione, giovando a quelli che ascoltano. E non vogliate rattristare lo Spirito Santo di Dio, col quale foste segnati per il giorno della redenzione. Scompaia da voi ogni asprezza, sdegno, ira, clamore e maldicenza con ogni sorta di malignità. Siate invece benevoli gli uni verso gli altri, misericordiosi, perdonandovi a vicenda come Dio ha perdonato a voi in Cristo.*

## **6 - "Utilizzare" ogni mese il sacramento della guarigione:**

*Mc 1,40-42, "Allora venne a lui un lebbroso: lo supplicava in ginocchio e gli diceva: "Se vuoi, puoi guarirmi!". Mosso a compassione, stese la mano, lo toccò e gli disse: "Lo voglio, guarisci!". Subito la lebbra scomparve ed egli guarì".*

## **7 - Crescere nella "conoscenza" dell'eucaristia.**

*Leggere ogni tanto il cap. 6 del Vangelo di Giovanni: il discorso sul pane di vita.*

## **8 - "Programmare la giornata con il Signore:**

*2 Pt 1,3-12, "La sua potenza divina ci ha fatto dono di ogni bene per quanto riguarda la vita e la pietà, mediante la conoscenza di colui che ci ha chiamati con la sua gloria e potenza. Con queste ci ha donato i beni grandissimi e preziosi che erano stati promessi, perché diventaste per loro mezzo partecipi della natura divina, essendo sfuggiti alla corruzione che è nel mondo a causa della concupiscenza. Per questo mettete ogni impegno per aggiungere alla vostra fede la virtù, alla virtù la conoscenza, alla conoscenza la temperanza, alla temperanza la pazienza, alla pazienza la pietà, alla pietà l'amore fraterno, all'amore fraterno la carità. Se queste cose si trovano in abbondanza in voi, non vi lasceranno oziosi né senza frutto per la conoscenza del Signore nostro Gesù Cristo. Chi invece non ha queste cose è cieco e miope, dimentico di essere stato purificato dai suoi antichi peccati. Quindi, fratelli, cercate di render sempre più sicura la vostra vocazione e la vostra elezione. Se farete questo non inciammerete mai. Così infatti vi sarà ampiamente aperto l'ingresso nel regno eterno del Signore nostro e salvatore Gesù Cristo. Perciò penso di rammentarvi sempre queste cose, benché le sappiate e stiate saldi nella verità che possedete.*

## **9 - Esaminare la sera la Contabilità della giornata con un breve, amichevole e amoroso "incontro" con il Signore Gesù, il quale:**

*1 Gv, 1,5-9, "Questo è il messaggio che abbiamo udito da lui e che ora vi annunziamo: Dio è luce e in lui non ci sono tenebre. Se diciamo che siamo in comunione con lui e camminiamo nelle tenebre, mentiamo e non mettiamo in pratica la verità. Ma se camminiamo nella luce, come egli è nella luce, siamo in comunione gli uni con gli altri, e il sangue di Gesù, suo Figlio, ci purifica da ogni peccato. Se diciamo che siamo senza peccato, inganniamo noi stessi e la verità non è in noi. Se riconosciamo i nostri peccati, egli che è fedele e giusto ci perdonerà i peccati e ci purificherà da ogni colpa".*

## **10 - Vigilare contro l'anticristo:**

*1 Gv 2, 22-23, "Chi è il menzognero se non colui che nega che Gesù è il Cristo? L'anticristo è colui che nega il Padre e il Figlio. Chiunque nega il Figlio, non possiede nemmeno il Padre; chi professa la sua fede nel Figlio possiede anche il Padre".*

perché solo colui che crede che Gesù è il Signore vince il mondo e la morte:

*1 Gv 5,4-6, "Tutto ciò che è nato da Dio vince il mondo; e questa è la vittoria che ha sconfitto il mondo: la nostra fede. E chi è che vince il mondo se non chi crede che Gesù è il Figlio di Dio? Questi è colui che è venuto con acqua e sangue, Gesù Cristo; non con acqua soltanto, ma con l'acqua e con il sangue. Ed è lo Spirito che rende testimonianza, perché lo Spirito è la verità.*



***Infine, rivestire l'armatura di Dio:***

*Ef 6, 10-18, "Per il resto, attingete forza nel Signore e nel vigore della sua potenza. Rivestitevi dell'armatura di Dio, per poter resistere alle insidie del diavolo. La nostra battaglia infatti non è contro creature fatte di sangue e di carne, ma contro i Principati e le Potestà, contro i dominatori di questo mondo di tenebra, contro gli spiriti del male che abitano nelle regioni celesti. Prendete perciò l'armatura di Dio, perché possiate resistere nel giorno malvagio e restare in piedi dopo aver superato tutte le prove. State dunque ben fermi, cinti i fianchi con la verità, rivestiti con la corazza della giustizia, e avendo come calzatura ai piedi lo zelo per propagare il vangelo della pace. Tenete sempre in mano lo scudo della fede, con il quale potrete spegnere tutti i dardi infuocati del maligno; prendete anche l'elmo della salvezza e la spada dello Spirito, cioè la parola di Dio. Pregate inoltre incessantemente con ogni sorta di preghiere e di suppliche nello Spirito, vigilando a questo scopo con ogni perseveranza e pregando per tutti i santi".*

## ***Patologia "medica e terapia pratica"***

E' di importanza fondamentale conoscere le variazioni patologiche che possono presentarsi nella nostra vita nello Spirito.

Perciò è questione di vita o di morte conoscere alcuni principi di terapia. La buona volontà è fondamentale nell'aderire al "dolce Ospite dell'anima".

Tuttavia, è necessario anche avere la sapienza che ci fa evitare gli ostacoli e ci fa conoscere i mezzi più idonei per lasciarsi istruire dalla unzione ricevuta dal Santo:

*1 Gv 2,20, "Ora voi avete l'unzione ricevuta dal Santo e tutti avete la scienza ... 27, E quanto a voi, l'unzione che avete ricevuto da lui rimane in voi e non avete bisogno che alcuno vi ammaestri; ma come la sua unzione vi insegna ogni cosa, è veritiera e non mentisce, così state saldi in lui, come essa vi insegna".*

Diamo alcune indicazioni per una proficua lettura per mantenere i valori ottimali della "salute nello Spirito".

Sono solo due libri i quali, se bene assimilati possono bastare come efficaci "prontuari medici" ad uso personale anche senza tante nozioni di "medicina".

Eccoli:

S. GIOVANNI CLIMACO, *La Scala del Paradiso*, Città Nuova, 1995.

Sembra un libro che parla a dei monaci, in realtà è una descrizione della rinascita o risurrezione nello Spirito. Il linguaggio non è certamente moderno, ma il contenuto è sicuro e sostanzioso.

Il secondo è pure esso non tanto "moderno" in quanto a linguaggio, ma solido e nutriente quanto a contenuto:

LORENZO SCUPOLI, *Il Combattimento Spirituale*, Edizioni Paoline, 1992.

Se poi si volesse qualcosa di più approfondito, un manuale veramente completo per una guida medica nello Spirito si possono acquistare (se ci sono i soldi), i quattro volumi della *Filocalia*:

***La Filocalia***, Gribaudo, Torino.

Un "prontuario" più pratico per recuperare i "valori richiesti" per una piena vitalità nello Spirito Santo, è il capitolo settimo della Regola di S. Benedetto. Ha il vantaggio di essere breve e di indicare con precisione quale medicina è necessaria per ogni singolo "valore" da ristabilire e mantenere:

San Benedetto, ***La Regola***, Ed. San Paolo 1996, pagg. 83-91.

Ad ogni modo uno di tali "prontuari" non dovrebbe mancare nella tua biblioteca di cristiano cosciente e volente conoscere e crescere nell'assimilare il Dono di Dio: il Signore Gesù in te mediante l'opera attiva e dolce del Santo Spirito.

## ***La Farmacia***

Nella vita nello Spirito non sempre vi è una perfetta vitalità. Alcune molte necessitano delle "medicine" e soprattutto degli "alimenti integrativi", delle "vitamine", degli "energetici" a volte forti.

Ecco allora l'indicazione dell'ubicazione della "farmacia" ove c'è tutto quanto ti abbisogna per la salute di ogni giorno.

La "Farmacia" è sempre aperta. Il medico è sempre presente e ti invita:

*Lc 4,18-19, "Lo Spirito del Signore è sopra di me; per questo mi ha consacrato con l'unzione, e mi ha mandato per*

*annunziare ai poveri un lieto messaggio, per proclamare ai prigionieri la liberazione e ai ciechi la vista; per rimettere in libertà gli oppressi, e predicare un anno di grazia del Signore".*

**E ti invita:**

*Mt 11,28-30, "Venite a me, voi tutti, che siete affaticati e oppressi, e io vi ristorerò. Prendete il mio giogo sopra di voi e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per le vostre anime. Il mio giogo infatti è dolce e il mio carico leggero".*

**Difatti:**

*Mt 9,12-13, "Gesù li udì e disse: "Non sono i sani che hanno bisogno del medico, ma i malati. Andate dunque e imparate che cosa significhi: Misericordia io voglio e non sacrificio. Infatti non sono venuto a chiamare i giusti, ma i peccatori"*

**E le medicine sono tutte "mutuabili, anzi, gratis!**

*Ecco la Farmacia:*

**Resurrexit**



**Est Hic!**  
**CASSA CONTINUA**

## ***Medico di fiducia***

Non tutti i giorni si ha necessità di consultare un medico. Ci sono dei momenti nella vita che questi è indispensabile.

Momenti nei quali si ha il dovere di fare delle scelte. Momenti bui, di cattiva volontà, di umore nero, di sconforto, ecc. Cose ben note a tutti e che nella vita avvengono con frequenza.

In tali situazioni e a volte per prevenire tali stati di disagio "vitale", è necessario ricorrere al "medico", un Padre nello Spirito.<sup>43</sup> Non è facile trovare poiché la "Paternità" nello Spirito è un carisma. E' necessario, quindi, pregare il Signore che ci faccia dono di un tale "Padre o "Medico nello Spirito". Il Signore esaudisce sempre un tale desiderio.

E' il Signore che elargisce un tale dono:

*Fil 2,13, "E` Dio infatti che suscita in voi il volere e l'operare secondo i suoi benevoli disegni.*

poiché:

*Ef 2,10, "Siamo infatti opera sua, creati in Cristo Gesù per le opere buone che Dio ha predisposto perché noi le praticassimo".*

Tale dono per essere ricevuto esige due condizioni:

---

<sup>43</sup> Cfr. GIOVANNI PAOLO II, *Orientale Lumen*, n.13.

- vagliare l'autenticità del "medico e la sua professionalità"

- poi, la tua docilità e sottomissione al "medico" scelto:

"Prima di tutto, insieme con l'assoluta rinuncia conforme alla sacra rivelazione, scegli il tuo bene, cioè la sottomissione genuina e perfetta. Datti dunque cura di fare ricerche per trovare una guida, un maestro che non erra: e di ciò si avrà prova se è una persona che sottomette alla testimonianza della sacra Scrittura ciò che dice, e se la sua condotta è guidata dallo spirito - conforme ai suoi discorsi - se è elevato nel pensiero e umile nel sentire, se è dolce nei modi e se, quale maestro secondo Cristo, dice parole trasmesse da Dio.

Quando lo avrai trovato attaccati a lui anima e corpo come figlio affettuoso a un vero padre, e con tutto te stesso attendi ciò che viene da lui e segui i suoi precetti guardando a lui come al Cristo stesso e non a un uomo; getta lontano da te ogni incredulità e dubbio e, sì, certo, ogni superbia e desiderio della volontà propria. Così, con semplicità e senza ricercatezza, segui passo passo il maestro, tenendo salda, come uno specchio, per averne una chiara piena certezza, la somma ubbidienza senza esitazione verso il tuo iniziatore, la tua coscienza...

Non sei tu che devi assumersi il giudizio di chi comanda, ma lui; ed lui che è costituito tuo giudice, non tu... Non vi è nulla di più genuino di ciò che proprio a questa condotta - cioè la sottomissione - ..."<sup>44</sup>

---

<sup>44</sup> Cfr. *La Filocalia*, vol 4, pag 162.

## **ANNOTAZIONI del medico "personale"**

***la tua tendenza "patologica" ha varie manifestazioni:***

che tu sei portato a volere "guarire" singolarmente e quindi superficialmente. In realtà, la "malattia" è più profonda, coinvolge tutto il tuo essere, non una singola parte. E' il "cuore" che è malato, non funziona, sei cardiopatico e quindi tutto il tuo essere è soggetto ai vari squilibri, fisici, emotivi, spirituali:

*Ger 5,23-25, "Ma questo popolo ha un cuore indocile e ribelle; si voltano indietro e se ne vanno, e non dicono in cuor loro: "Temiamo il Signore nostro Dio che elargisce la pioggia d'autunno e quella di primavera a suo tempo, ha fissato le settimane per la messe e ce le mantiene costanti". Le vostre iniquità hanno sconvolto queste cose e i vostri peccati tengono lontano da voi il benessere".*

Tu non sei nemmeno in grado di capire la tua "malattia":

*Ger 17,9-14, "Più fallace di ogni altra cosa è il cuore e difficilmente guaribile; chi lo può conoscere? Io, il Signore, scruto la mente e saggio i cuori, per rendere a ciascuno secondo la sua condotta, secondo il frutto delle sue azioni. Come una pernice che cova uova da lei non deposte è chi accumula ricchezze, ma senza giustizia. A metà dei suoi giorni dovrà lasciarle e alla sua fine apparirà uno stolto". Trono di gloria, eccelso fin dal principio, è il luogo del nostro santuario! O speranza di Israele, Signore, quanti ti abbandonano resteranno confusi; quanti si allontanano da te saranno scritti nella polvere, perché hanno abbandonato la fonte di acqua viva, il Signore. Guariscimi, Signore, e io sarò guarito, salvami e io sarò salvato, poiché tu sei il mio vanto".*

Perciò devi accettare di sottoporti ad un "trapianto di cuore" se vuoi recuperare i "valori richiesti" sopra descritti.



Tali "valori" si manifesteranno nella tua vita se accetterai il "trapianto":

*Ez 11,19-21, "Darò loro un cuore nuovo e uno spirito nuovo metterò dentro di loro; toglierò dal loro petto il cuore di pietra e darò loro un cuore di carne, perché seguano i miei decreti e osservino le mie leggi e li mettano in pratica; saranno il mio popolo e io sarò il loro Dio. Ma su coloro che seguono con il cuore i loro idoli e le loro nefandezze farò ricadere le loro opere, dice il Signore Dio".*

Il "cuore nuovo" ti dà la possibilità di vivere in pienezza, di "sentire" diversamente:

*Fil 2,1-14, "Se c'è pertanto qualche consolazione in Cristo, se c'è conforto derivante dalla carità, se c'è qualche comunanza di spirito, se ci sono sentimenti di amore e di compassione, rendete piena la mia gioia con l'unione dei vostri spiriti, con la stessa carità, con i medesimi sentimenti. Non fate nulla per spirito di rivalità o per vanagloria, ma ciascuno di voi, con tutta umiltà, consideri gli altri superiori a se stesso, senza cercare il proprio interesse, ma anche quello degli altri. Abbiate in voi gli stessi sentimenti che furono in Cristo Gesù, il quale, pur essendo di natura divina, non considerò un tesoro geloso la sua uguaglianza con Dio; ma spogliò se stesso, assumendo la condizione di servo e divenendo simile agli uomini; apparso in forma umana, umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e alla morte di croce. Per questo Dio l'ha esaltato e gli ha dato il nome che è al di sopra di ogni altro nome; perché nel nome di Gesù ogni ginocchio si pieghi nei cieli, sulla terra e sotto terra; e ogni lingua proclami che Gesù Cristo è il Signore, a gloria di Dio Padre. Quindi, miei cari, obbedendo come sempre, non solo come quando ero presente, ma molto più ora che sono lontano, attendete alla vostra salvezza con timore e tremore. E` Dio infatti che suscita in voi il volere e l'operare secondo i suoi benevoli disegni. Fate tutto senza mormorazioni e senza critiche,*

Di "cuore nuovo", che non sia "cardiopatico", ve n'è solo uno: quello del Signore Gesù. Egli è l'unico "donatore" in grado di sostituire il tuo cuore:

*Mt 11,28-30, "Venite a me, voi tutti, che siete affaticati e oppressi, (cardiopatici) e io vi ristorerò. Prendete il mio giogo sopra di voi (sotto ponetevi al "trapianto") e imparate da me, che sono mite e umile di cuore, e troverete ristoro per le vostre anime (potrete recuperare la piena vitalità). Il mio giogo infatti è dolce e il mio carico leggero (il trapianto non è poi così doloroso come ti sembra e soprattutto non comporta nessun rischio di rigetto).*

### **Il tuo "cuore", che non funziona, a queste manifestazioni:**

L'io (l'io è la stessa realtà del tuo cuore cardiopatico) è "passato" perciò ha paura.

L'io è "chiuso" perciò è ansioso,

L'io è "solo" perciò è angosciato.

### **Di conseguenza:**

L'io è "aggressivo", accusa.

L'io è "difensivo," esclude.

L'io è diffidente, sopprime.

L'io tutto vuole, mai dona.

L'io vuol dominare ed è schiavo.

Vorrebbe disperatamente vivere solo e semina sempre "morte."

Ed è per questo che meno una persona va d'accordo con se stessa, più si sforzerà di fuggire se stessa. Per questo, dappertutto troviamo che sono proprio le persone più scisse e più scontente di sé ad impegnarsi a dimostrare che le situazioni in cui vivono vanno riformate e che persone

che hanno intorno devono cambiare; e intanto elaborano programmi di cambiamento del "sistema" esistente che a loro risulta insopportabile. Tutto questo affaccendarsi non ha mai prodotto risultati positivi degni di nota; a dire il vero, somiglia maledettamente al gioco dell'uomo nero, in cui la carta perdente non viene mai eliminata dal gioco, limitandosi semmai a cambiare di mano.

Chi intenda adoperarsi seriamente a districare un qualche problema della vita umana non può esimersi dal cominciare non dagli altri, ma da se stesso, andando a guardare nel proprio cuore se tutto è in ordine (cfr. Mt 7,3-5); e viceversa: potrà dire qualcosa di giusto solo chi abbia imparato a fare un po' d'ordine in se stesso.

La cosa più difficile nella nostra vita è perciò anche quella più necessaria: smettere di fuggire verso gli altri e accettare il momento inesorabile e tremendo della solitudine, che è l'unico in cui ci possiamo trovare faccia a faccia con noi stessi, senza finzioni e diversioni.

Per imparare a conoscere la verità della nostra vita, le voci degli altri devono essere messe a tacere. Quello che è determinante non è ciò che gli altri pensano o consigliano, lodano o criticano, ma ciò che si trova veramente dentro di noi.

Dentro di noi, sappiamo per esperienza, che c'è molta confusione, paura, angoscia. Ed è per questo che fuggiamo fuori.

Dentro di noi, e questo lo dobbiamo imparare, c'è la presenza del Signore Gesù, del suo Spirito, il quale ci guida all'ascolto dell'amore del Padre.

La tentazione di non affrontare la solitudine del proprio essere e in questa solitudine la Parola e l'amore del Signore, si tramuta facilmente in un impegno di "carità".

Vuoi andare dalla gente e parlare di Dio? - E che te lo garantisce? Non è che invece vorrai soltanto soddisfare la tua ambizione e metterti al centro dell'interesse della

gente? Probabilmente vuoi solo soddisfare la brama di potere dell'io, allora, osi chiamare Dio la tua ambizione?

Vuoi annunciare alla gente la vicinanza di Dio e predicarle il perdono e l'amore? - Non è, per caso, che vorrai soddisfare in realtà il tuo personale desiderio di amore nei tuoi ascoltatori e ambisci ad ottenere il loro favore e la loro approvazione? Non può essere che tu voglia semplicemente appagare il tuo estremo bisogno di amore mascherandolo da amore per il prossimo?

Pretendi di denunciare pubblicamente ingiustizia e ipocrisia, fariseismo e presunzione? - Ma che diresti se in realtà tu volessi solo sfogare la tua aggressività primitiva? - e non sarebbe possibile che dietro ciascuna delle tue intenzioni, che presenti come buone e nobili, ci fosse al contempo il tuo io?

Non può essere che, in generale, nella nostra capacità di compassione si celi una connivenza appena dissimulata con la crudeltà? Che non sappiamo provare amore, senza il segreto desiderio di possesso, approvazione e sadico annientamento? Che non riusciamo a provare entusiasmo e stima, senza essere capaci contemporaneamente di disprezzare e di calpestare gli altri? Che non possiamo dire di sì, senza insieme negarci, e che non siamo capaci di dare aiuto, senza una certa intima soddisfazione narcisistica?

E ora, tirando le somme: come ci sentiremmo se tutto ciò non fosse solo una speculazione ipotetica, ma rappresentasse regolarmente e senza fallo la realtà?

Un filantropo coscienzioso sarebbe alla disperazione. E il cristiano "impegnato", furioso di tanto ardire nel mettere in dubbio la sua buona coscienza!

**L'esito del "trapianto" che il tuo "medico" ti propone  
è per la vita, anzi la vita piena di gioia, eccola:**

La Carità tutto spera.

La Carità è paziente.

La Carità non è invidiosa.

Di conseguenza:

La Carità è benigna, non manca di rispetto.

La Carità non cerca il proprio interesse, non si adira.

La Carità non gode dell'ingiustizia, non tiene conto del male ricevuto.

La Carità non si vanta, non si gonfia.

La Carità si compiace della verità.

La Carità riversata dallo Spirito nei nostri cuori diffonde il "profumo di Cristo" e comunica vita perché:

*Rm 8,15-18, "E voi non avete ricevuto uno spirito da schiavi per ricadere nella paura, ma avete ricevuto uno spirito da figli adottivi per mezzo del quale gridiamo: "Abbà, Padre!". Lo Spirito stesso attesta al nostro spirito che siamo figli di Dio. E se siamo figli, siamo anche eredi: eredi di Dio, coeredi di Cristo, se veramente partecipiamo alle sue sofferenze (al trapianto del cuore) per partecipare anche alla sua gloria. Io ritengo, infatti, che le sofferenze del momento presente (cioè l'operazione del trapianto) non sono paragonabili alla gloria futura che dovrà essere rivelata in noi".*

Firmato,

*il tuo medico di fiducia:*

**Specialista nelle malattie di crescita:**

*ti conforma e ti trasforma nel Signore Gesù;*

**Specialista di immunologia:**

*conosce tutte le forme di "virus",  
ti difende dal maligno;*

***Specialista nel donarti la gioia della vita:***

*ti consola in ogni tua tribolazione:*

***il Santo Spirito!***

***Alleluja  
al Signore Gesù!!!***