

# Tengano bene a mente... quelli che iniziano....

Educhiamo noi stessi anzitutto a partire da quel che siamo e in ciò che stiamo vivendo. «Determinarsi a battere il cammino dell'Orazione» è *cominciare* «a essere servi dell'amore», facendo «il possibile per staccarsi da tutto per meglio servire» (V 11, 1) a Dio che «è amore» (1Gv 4, 16). E tuttavia noi «*non vogliamo*» vederci «in possesso del vero amore perfetto» (V 11, 1). Questa è la nostra situazione: «siamo così avari e così lenti nel darci a Dio che non ci determiniamo mai a metterci nelle disposizioni per riceverLo» (*Ibid*).

«Chi comincia deve far conto di tramutare in giardino di delizie per il Signore un terreno molto ingrato, nel quale non germogliano che erbe cattive. Sradicare le erbe cattive e piantarne di buone è *lavoro di Dio* che supponiamo già fatto fin da quando l'anima si determina per l'orazione e comincia a praticarla». Noi iniziamo a determinarci a seguito dell'azione della Grazia, del *lavoro di Dio* che *sradica le erbe cattive e ne pianta di buone*.

La domanda è allora.... Quali erbe cattive sta sradicando Dio dal mio orto e quali buone sta piantando? Se siamo qui vuol dire che ci stiamo determinando a battere il cammino dell'Orazione. Significa che Dio in noi sta già facendo un buon lavoro. Per prima cosa, dunque... ringraziamo! E iniziamo allora dal confronto della nostra esperienza con quella di Teresa di Gesù:

## *Dio tolse a Teresa le erbe cattive ....*

1. **La falsa umiltà...** «credere che per umiltà non si debba far conto dei doni di Dio. Si cerchi invece di comprendere e di fissarci bene in mente che quei doni ci sono stati dati senza nostro merito, e che perciò bisogna essergliene riconoscenti. Non voler apprezzare ciò che si riceve, impedisce di stimolarci all'amore, essendo certo che quanto più un'anima si riconosce povera di per se stessa e ricca soltanto dei doni di Dio, più avanza in virtù, specialmente nella vera umiltà» (V. 10, 4).
2. **Il confidare in se stessi... non in Dio...** «avevo il torto di non porre in Lui ogni mia fiducia e di non diffidare abbastanza delle mie forze. Cercavo rimedi, usavo ogni diligenza, ma non riuscivo a persuadermi che ben poco si fa se non deponiamo ogni fiducia di noi stessi per riporla tutta nel Signore» (V. 8, 12).
3. **Le cattive abitudini...** Situazioni che riproduciamo nel nostro ambiente familiare, culturale, sociale e che sono opposte alla vita in Dio debilitano la persona: «Ormai la mia anima si sentiva stanca e voleva riposare, ma le sue perverse abitudini glielo impedivano» (V. 9, 1).
4. **Le tentazioni ... le occasioni...** «tutti si guardino da quei pericoli dai quali io non mi seppi guardare. [...] scongiuro chiunque a fuggire le occasioni pericolose, perché, messici in esse, non si può avere sicurezza, essendo molti i nemici che ci combattono, e troppo deboli le nostre forze per difenderci. [...] soddisfazioni e passatempi mondani ... leciti! [...] quando udivo qualcuno parlare bene e con unzione, mi nasceva per lui un affetto tutto particolare, senza che io lo procurassi né sapessi donde mi provenisse ... Se da una parte le prediche mi erano di grande consolazione, dall'altra mi erano pure di tormento, perché mi facevano vedere quanto fossi diversa da quella che dovevo essere» (V 8, 10.11.12).
5. **Mancanza di decisione... Dio o il mondo?...** «non godevo di Dio, né mi sentivo contenta col mondo» (V. 8, 29).
6. **Amicizie che distraggono da Dio..** «Di passatempo in passatempo, di vanità di occasione in occasione, cominciai a mettere di nuovo in pericolo la mia anima, la quale, guasta ormai per tante distrazioni, prese a vergognarsi di continuare con Dio quella particolare amicizia che deriva dall'orazione [...] È una specie di umiltà non fidarsi di sé e credere che Dio ci aiuterà mediante la compagnia dei buoni. Nella comunanza che ne deriva, la carità getta profonde radici» (V. 7, 1.22).

## *... e piantò erbe buone....*

1. **Grazie di Dio...** «Cominciò dunque il Signore a favorirmi di molte grazie sino ad elevarmi all'orazione di quiete e qualche volta a quella di unione» (V 4, 7) ... «fu per un tratto di divina

provvidenza non aver io trovato chi mi dirigesse, perché, incapace come sono di meditare, se mi avessero privata del libro, credo che fra tanti travagli e aridità non avrei potuto perseverare ... il libro mi consolava: mi serviva di compagnia e di scudo per ribattere gli assalti dei molti pensieri» (V 4, 9) ... «le mie risoluzioni approdano a ben poco. Però mi giovarono per quando mi misi al servizio di Dio, perché mi aiutarono a sopportare le terribili infermità che mi vennero, con quella grande pazienza che il Signore mi dette» (V 4, 9). ... «Indora le mie colpe e fa risplendere come mia la virtù che Egli stesso mi dona, costringendomi quasi a tenerla» (V 4, 10).

2. **Timor di Dio...** «in gran parte erano impregnati di amore, perché il pensiero del castigo non mi si presentava mai» (6, 4). «Fra le altre grazie il Signore mi ha fatto pur quella di non aver mai lasciato di confessare» (V 5, 10).
3. **Intendere come amare Dio...** «Mi fu di grande aiuto l'aver avuto da Dio la grazia dell'orazione, nella quale compresi cosa voglia dire amarlo. E poco dopo vidi nascere in me delle nuove virtù, benché non così forti da liberarmi del tutto da ogni difetto. Non dicevo male di alcuno, neppure in cose piccole, e fuggivo ogni sorta di mormorazione, convinta che non dovevo volere né dire delle altre quello che non volevo che dicessero di me. E mi attenevo a questa massima in qualunque occasione mi trovassi, benché alle volte non tanto perfettamente, specie se le occasioni erano molto gravi» (V 6, 3).
4. **Lasciare che Dio sia Dio...** «Ecco qui il nostro errore: non voler rimetterci in tutto nelle mani di Dio che sa meglio di noi quello che ci conviene» (V 6, 5).
5. **Non amare il mondo...** «Nulla mi soddisfa di ciò che non viene da Voi: tutto il resto mi è pesantissima croce. ... Voi sapete, o mio Dio, che a me non sembra di mentire» (V 6, 9).
6. **Il "castigo" ... la grazia di Dio...** «O Signore dell'anima mia, come esaltare i favori che in quegli anni mi avete fatto? Mentre più vi offendevo, più Voi mi disponevate con vivissimi pentimenti a ricevere altre grazie e favori. E quello era il castigo più raffinato e penoso che per me potevate adoperare, sapendo Voi, o mio Re, quello che più mi affliggeva. Sì, castigavate i miei peccati con l'abbondanza dei vostri doni! (V 7, 19).
7. **Esperienza della misericordia di Dio...** «Oh, come sopportate chi vi permette di stargli vicino! Che buon amico dimostrate di essergli, Signore! Come lo favorite, e con quanta pazienza sopportate la sua condizione aspettando che si conformi alla vostra! Tenete in conto ogni istante ch'egli trascorre in amarvi, e per un attimo di pentimento dimenticate le offese che vi ha fatto. [...] Se vi avvicinassero, diverrebbero buoni anche i cattivi, quelli cioè che non sono della vostra condizione» (V 8, 6)
8. **Presenza in noi e ... gratuità di Dio...** «mi sentivo invadere d'improvviso da un sentimento così vivo della divina presenza, da non poter in alcun modo dubitare essere Dio in me e io in Lui» (V. 10, 1)
9. **I tesori di Dio e con essi ... la forza...** «Se ci dà i suoi tesori [...] staccarsi dal mondo e disprezzarlo. Con quei doni abbiamo pure questa forza» (V. 10, 6).
10. **L'essere risoluti e coraggiosi nell'esserlo...** «Dio ... a un'anima ... dà di risolversi e il coraggio di procurarsi questo bene con tutte le sue forze. Se vi persevera, il Signore che non nega a nessuno il suo aiuto, andrà fortificando il suo coraggio» (V. 11, 4).

Fin qui "*il rendersi conto*". Anche solo un poco di coscienza farà sì che inizieremo ad attraversare, viaggiando, l'orazione. E non cesseremo mai di conoscerci perché avremo sempre Dio con noi.

«Ora a noi, come a buoni giardinieri, incombe l'obbligo di procurare, *con l'aiuto di Dio*, che quelle piante crescano: perciò innaffiarle affinché non inaridiscano, e cercare che producano fiori di deliziosa fragranza per ricreare il Signore. Allora Egli verrà spesso a riconfortarsi e trovare le sue delizie fra quei fiori di virtù» (V 11, 6). Questo significa mettersi «nelle disposizioni per riceverLo». Per agire così, ossia con *l'aiuto di Dio*, dobbiamo staccarci *dalle cose del mondo* (cfr. V 11, 2), ossia dall'aver fiducia nelle nostre forze. Ce lo ricorda Teresa: «avevo il torto di non porre in Lui ogni mia fiducia e di non diffidare abbastanza delle *mie forze*. Cercavo rimedi, usavo ogni diligenza, ma non riuscivo a persuadermi che ben poco si fa se non deponiamo ogni fiducia di noi stessi per riporla *tutta* nel Signore» (V 8, 12).

La persona, rendendosi conto della propria realtà, si addentra nel cammino dell'orazione cercando Dio. Teresa descrive l'orazione come un processo nel quale, agli inizi, il lavoro dell'orante risulta faticoso, per le difficoltà che comporta iniziare un processo di interiorizzazione e di comunicazione con Dio fino a godere dell'esperienza gratuita di Dio "che non si stanca di darsi.

Il primo momento è già stato descritto: si tratta di prendere coscienza di ciò che è la persona, della sua realtà e verità, sia in ciò che Dio ha tolto, sia in ciò che Dio dà per rafforzarla e le virtù che la accompagneranno in modo che nella battaglia possa difendersi e resistere alle battute d'arresto.

Teresa ci dice che non basta accontentarsi di possedere le virtù, occorre averne cura. Noi sappiamo dalla Tradizione che le virtù *naturali* si sviluppano con *l'esercizio* costante (Ascesi, - virtù *acquisite*) nello sforzo di perfezionarne il carattere naturale in un "fare a pugni" con la concupiscenza e la forza degli istinti. In questo "fare a pugni" ne escono irrobustite. Prudenza, giustizia, fermezza e temperanza (virtù *cardine*) richiedono però fede, speranza e carità (virtù *teologali* infuse) per questo loro esercizio e che l'uomo non sa darsi da sé. Posso ad esempio esercitare la forza che mi permette di essere giusto (esercitare la virtù della giustizia) perché è una forza naturale. Tuttavia non posso darmi la forza che consente di sperare perché questa è da Dio e di Dio, posso solo dispormi a riceverla (con l'orazione appunto), non me la ritrovo tra le mani.

L'uomo desidera continuamente per crescere l'infusione di qualcosa che nomina perché rivelato, senza conoscere realmente, continuamente sottratto alla sua "presa", mistero, e che gli viene in quei momenti che chiamiamo di orazione. In essa si dispone a ricevere il teologale, ciò che gli manca, che non è e non sarà mai suo.

Teresa ci offre la sua pedagogia affinché veniamo a conoscenza del processo dell'orazione che fa avanzare la persona lungo il cammino dello spirituale. Una cosa che non va dimenticata, i protagonisti di questo viaggio sono: l'uomo e Dio; il primo con propria disposizione e disponibilità; il secondo con quel tratto di amicizia che lo contraddistinguono sempre.

Per mantenere il nostro giardino (la vita) ben fiorito (le virtù) per Dio, è necessario "innaffiarlo" (la preghiera) continuamente.

### **Preparativi per il viaggio**

Al principio incontriamo maggiori difficoltà, si fa più fatica... perché, dice Teresa, gli oranti "... *devono faticare per raccogliere i sensi*<sup>1</sup>, *i quali, abituati a divagarsi, stancano assai*".<sup>2</sup> La difficoltà non sta nell'orazione, ma nella persona la quale, essendo rivolta verso l'esterno, non riesce a raccogliere i sensi. Come rimedio ed esercizio all'inizio, Teresa raccomanda: "*Bisogna che a poco a poco prendano l'abitudine di non far più conto di nulla, sia di vedere che di sentire ...*"<sup>3</sup>

Ci si deve disporre a "*stare in solitudine per ivi appartarsi e pensare alla vita passata: cosa che devono fare assai spesso tanto i principianti che i già progrediti ... La vita di Gesù Cristo dev'essere il soggetto delle loro meditazioni, e l'intelletto si stancherà*"<sup>4</sup>

Questo è ciò che possiamo fare, che è alla nostra portata... "*ben inteso con la grazia di Dio, senza la quale si sa che non si è capaci neppure di un buon pensiero. Questo è cominciare a cavare acqua dal pozzo, .... Almeno da parte nostra si cerchi d'attingerla, e si faccia il possibile per innaffiare il giardino*"<sup>5</sup>.

A volte, agli inizi, non si sa come procedere nel cammino. Si ha la sensazione di tornare indietro anziché crescere e migliorare. Senza dubbio, dice Teresa, tutto questo è buono perché costringe a riconoscere essere Dio a sostenerci, nonostante la difficoltà, anche se non siamo coscienti di come lo

---

<sup>1</sup> Vedere, annusare, ascoltare, gustare, toccare.

<sup>2</sup> V. 11,9

<sup>3</sup> V. 11,9

<sup>4</sup> V. 11,9

<sup>5</sup> V. 11,9

faccia. È Dio che inizia il lavoro col darsi a noi... *“Egli è tanto buono, che facendo noi il nostro dovere di solerti giardinieri, manterrà i fiori anche senza il soccorso dell’acqua e farà crescere le virtù. - Col nome di acqua intendo designare le lacrime, oppure, in mancanza di queste, la tenerezza e l’interno sentimento di devozione”*<sup>6</sup>.

Como en los inicios es lo más trabajoso, la experiencia del orante es cruda, porque no siente nada... piensa que no camina, avanza y viene la desilusión... Teresa dice... ¡¡¡es normal!! La sensación es:

L’inizio è il più difficile. L’esperienza è cruda perché non si sente niente ... ci si ritrova come impantanati e arriva la delusione ... dice Teresa ... è normale!! L’orante

- “... da molti giorni non prova altro che aridità, disgusto, insipidezza ...”<sup>7</sup>
- “... e un’estrema ripugnanza di andare al pozzo a cavare acqua? Se non pensasse di far piacere al Padrone del giardino ... abbandonerebbe ogni cosa ...”<sup>8</sup>
- “... accadrà<sup>9</sup> molte volte di non aver forza neppure di sollevare le braccia, cioè di formare un buon pensiero, intesi, come già siamo, che cavare acqua dal pozzo è lo stesso che lavorare d’intelletto.”<sup>10</sup>

**“Che deve fare colui che da molti giorni non prova altro che aridità, disgusto, insipidezza e un’estrema ripugnanza di andare al pozzo a cavare acqua”? Dice Teresa:**

- *“Dovrà rallegrarsi, consolarsi, e ritenere per nobilissima grazia poter lavorare nel giardino di così grande Imperatore ...”* (V. 11, 10)
- *“...non ha da ricercare la propria soddisfazione ma quella di Lui, lo lodi molto allora...”*<sup>11</sup>
- *“... lo aiuti a portare la croce ...”*<sup>12</sup>
- *“...ne tralasci l’orazione”*<sup>13</sup>
- *“disposto a non lasciar cadere Cristo sotto la croce, neppure se l’aridità dovesse durare sino alla morte”*<sup>14</sup>.
- *“Non v’è pericolo che il suo lavoro si perda, perché serve a un buon Padrone, i cui occhi sono sempre fissi su di lui. Non faccia conto dei cattivi pensieri”*<sup>15</sup>.
- *“Può fare molti atti per risolversi a servire molto il Signore, ad amarlo con più fervore, a rassodare e a far crescere le virtù...”*<sup>16</sup>
- *“S’immagini di trovarsi innanzi a Gesù Cristo, conversi spesso con Lui e cerchi d’innamorarsi della sua umanità tenendola sempre presente. Gli chieda aiuto nel bisogno, pianga con Lui nel dolore, si rallegri con Lui nella gioia, si guardi dal dimenticarlo nella prosperità, e questo non con preghiere studiate, ma con parole semplici, intonate ai suoi desideri e alle sue necessità.”*<sup>17</sup>

L’orante lungo il cammino si chiederà il perché della difficoltà nella preghiera. Dio conosce la persona e sa quanto Lo ama. Ma non così l’anima. Fa dunque *“così soltanto per nostro bene, affinché ci convinciamo che da noi non possiamo che ben poco. E se prima di darci i suoi tesori vuol farci toccare con mano la nostra miseria, è che essi sono molto eccellenti, e non vuole che ci accada come a Lucifero...”*<sup>18</sup>

Il grande male della persona che prega è discutere con Dio del perché della situazione in cui si trova, cosa troppo difficile da capire: *“Ringraziatene il Signore e abbiate fiducia nella sua bontà, che ai suoi amici non è venuta mai meno. Non vogliate indagare perché dia devozione a uno che lo serve da pochi giorni, e non a voi, che lo servite da molti anni. Persuadiamoci che è tutto per nostro bene - Egli ci conduca dove vuole, non essendo noi più nostri, ma suoi.*

---

<sup>6</sup> V. 11,9

<sup>7</sup> V. 11,10

<sup>8</sup> V. 11,10

<sup>9</sup> Accadrà, succederà ...

<sup>10</sup> V. 11,10

<sup>11</sup> V. 11,10

<sup>12</sup> V. 11,10

<sup>13</sup> V. 11,10

<sup>14</sup> V. 11,10

<sup>15</sup> V. 11,10

<sup>16</sup> V. 12, 2

<sup>17</sup> V. 12, 2

<sup>18</sup> V. 11,11

- È già grande il favore che ci fa nel permettere che bramiamo di lavorare nel suo giardino, vicino a Lui, Padrone del giardino, che ci è sempre dappresso!"<sup>19</sup>

Accade l'opposto quando non ci si fida di Dio..

Non potendo «più operare con l'intelletto», per esempio, le persone «se ne affliggono, sembra loro di non far niente, e non sono più capaci di sopportarsi. Invece è forse il tempo in cui, a loro insaputa, la volontà si perfeziona e prende forza. Si persuadano che Dio non dà importanza a queste cose: sembra ai nostri occhi che siano difetti, mentre in realtà non lo sono. Egli conosce la nostra miseria e la debolezza della nostra natura molto meglio di noi, e sa che essi non sono d'altro bramosi che di pensare a Lui e amarlo. È appunto questo che gli piace. L'afflizione che noi ci procuriamo non serve che a turbare l'anima ...» Quell'incapacità

- "...Il più delle volte ciò dipende da indisposizioni corporali. ...Siamo così miserabili che alle volte questa nostra povera anima deve sottostare alle vicissitudini del corpo"
- "I cambiamenti di stagione e i rivolgimenti degli umori fanno sì che molte volte l'anima non possa fare quel che vuole, e soffra in ogni maniera senza sua colpa"
- "Peggio se allora s'insiste a farle forza, perché il male dura più a lungo. Occorre discrezione: quando si vede che dipende da tali cause, si cerchi di non opprimere la povera anima, ma persuaderci di essere ammalati"<sup>20</sup>

La realtà umana non deve essere separata dall'orazione. Il corpo partecipa a questo momento e a questo processo, difficile e di lavoro, di disposizione alla preghiera e al rapporto con Dio. La comprensione di Teresa viene in aiuto alla consapevolezza di ciò che si sta vivendo. Molte volte, nella preghiera, anche se non lo vogliamo, non ci sarà la disposizione necessaria. Stanchezza, ottusità mentale, dolori muscolari, mal di testa, sonno, ecc ... influiranno nel cammino. È sbagliato? no!! È normale. Teresa suggerisce ...

- "persuaderci di essere ammalati. Forse converrà cambiare l'ora della meditazione, e magari per più giorni di seguito."
- "si faccia il possibile per meglio sopportare quest'esilio. Certo che è una gran croce, per un'anima che ama Dio, vedersi in queste miserie e non poter fare quello che vuole per colpa di un ospite così cattivo, com'è il corpo in cui vive!"<sup>21</sup>
- "... non è bene né tralasciare del tutto l'orazione né troppo tormentare l'anima con obbligarla a quello che non può"<sup>22</sup>
- "si ricorra ad altre opere esteriori, come all'esercizio della carità o alla lettura, anche se talvolta non si sarà disposti neppure per questo"<sup>23</sup>
- "l'anima serva il corpo per amore di Dio, affinché il corpo abbia poi a servire l'anima di più. Ci si distraiga santamente con qualche buona conversazione, ma buona per davvero, oppure si vada in campagna, sempre secondo il consiglio del confessore"<sup>24</sup>
- "L'esperienza è di grande importanza in ogni cosa, perché fa conoscere ciò che meglio conviene. Dio si può servire in tanti modi. Il suo giogo è soave, ed è sempre assai utile non trascinare l'anima a viva forza, come suol dirsi, ma guidarla a poco a poco e con soavità"<sup>25</sup>

Teresa vuol formare la persona perché possa vivere l'esperienza dell'orazione. Dà alcuni avvertimenti, offre di volta in volta criteri di discernimento:

- "...L'anima, quando è sopraffatta da inquietudini, distrazioni e pensieri importuni, non si preoccupi e nemmeno si affligga."
- "Se vuole avere libertà di spirito e non essere sempre in tribolazione, cominci a non aver paura della croce, e il Signore l'aiuterà a portarla: andrà innanzi con gioia, e tutto le sarà di profitto"

<sup>19</sup> V. 11, 12

<sup>20</sup> V. 11, 15

<sup>21</sup> V. 11, 15

<sup>22</sup> V. 11, 16

<sup>23</sup> V. 11, 16

<sup>24</sup> V. 11,16

<sup>25</sup> V. 11,16

- *“È chiaro che se il pozzo non dà acqua, noi non possiamo mettervela. Ma quando ne dà, è nostro dovere non trascurare d’attingerla perché in tal modo il Signore vuol moltiplicare in noi le virtù”<sup>26</sup>*

Al principio è necessario preservare gli atteggiamenti (virtù) necessari per continuare ad avanzare e camminare di bene in meglio. Quella di abbandonare il cammino è una tentazione costante. Seguiamo i consigli di Teresa:

**a. Di fronte allo scoraggiamento:**

- *“...cerchino di camminare con allegrezza e libertà di spirito, senza credere, come fanno alcuni, che tutta la devozione se ne vada appena si distraggono un poco”.*
- *“È bene diffidare di sé per non esporsi, né in poco né in molto, ad occasioni in cui sia facile offendere Dio: precauzione indispensabile fino a quando non abbiano acquistato molta e soda virtù;...”*
- *“Occorre discrezione in tutto”*

**b. Di fronte all’assenza di motivazioni:**

- *“bisogna avere grande confidenza, né mai soffocare i desideri ma<sup>27</sup> ...*
- *“nel darsi all’orazione i principianti non nutrano pensieri gretti...”<sup>28 29</sup>*

**c. Di fronte al raffreddarsi dell’amore al prossimo...**

- *“...si desidera che tutti si facciano spirituali. Desiderarlo non è certo cattivo, ma procurarlo potrebbe essere non buono, specialmente se non si procede con molta discrezione, e si agisce in modo da dimostrare che si vuol fare da maestri. Per fare un po’ di bene occorre avere sode virtù, altrimenti si finisce con essere di tentazione”<sup>30</sup>*
- *“È arte del demonio servirsi delle nostre buone qualità per autorizzare il male che ha intenzione di far commettere. Per piccolo che sia, quando il male viene commesso in una comunità, è sempre di gran danno, tanto più poi quando il male è grandissimo, come quello che facevo io. Così, nel corso di molti anni, soltanto tre si approfittarono dei miei consigli, mentre dopo, avendomi il Signore rafforzata in virtù, in soli due o tre anni giovai a molte, come dirò in altro luogo”<sup>31</sup>*
- *“Anche a prescindere da questo, vi è l’inconveniente che l’anima ne possa scapitare, perché la cosa a cui da principio si deve molto badare è di attendere alla propria esclusiva formazione, immaginandoci che non vi sia sulla terra altri che Dio e noi: considerazione molto utile”<sup>32</sup>*

**d. Di fronte alla superbia...**

- *... “un’altra tentazione che si presenta come le altre otto apparenza di zelo e di virtù, per cui bisogna conoscerle bene e procedere con molta precauzione. Consiste nell’inquietarsi per i difetti e i peccati che si vedono negli altri...”<sup>33</sup>*
- *“Procuriamo di vedere nel nostro prossimo nient’altro che le virtù e le buone opere, e di coprire i loro difetti con la considerazione dei nostri peccati”<sup>34</sup>*

Da ultimo due cose importanti da tener in conto agli inizi della vita di orazione.

**a. Compagno spirituale.**

- *“È necessario che i principianti indaghino dove ricavano maggior frutto. Perciò hanno bisogno di un direttore, e tale che sia di grande esperienza, per non cadere in molti errori e guidare l’anima senza comprenderla né lasciare che si*

<sup>26</sup> V. 11, 17

<sup>27</sup> V. 13, 1

<sup>28</sup> smorzare, spaventare, intimidire, spaventare ...

<sup>29</sup> V. 13, 7

<sup>30</sup> V. 13, 8

<sup>31</sup> V. 13, 9

<sup>32</sup> V. 13, 9

<sup>33</sup> V. 13,10

<sup>34</sup> V. 13, 10

*comprenda, dato che essa apprezzando il gran merito di essere soggiogata a un maestro, non osa dipartirsi da ciò che egli le comanda*<sup>35</sup>

**b. La conoscenza di sè è sempre necessaria.**

- *“La meditazione sul proprio conoscimento non si deve mai tralasciare, perché l'anima non sarà mai così gigante nelle vie dello spirito da dispensarsi dal tornare spesso a farsi bambina per succhiare il latte della prima età: cosa tanto importante da non doversi mai dimenticare, e che io forse ricorderò altre volte, non essendovi stato di orazione così sublime in cui non si debba sentire il bisogno di tornare spesso agli inizi. Il pensiero dei nostri peccati e della miseria della nostra natura è il pane che lungo il cammino dell'orazione si deve mangiare con tutti i cibi, anche con i più delicati, perché senza di esso non ci si può sustentare. Però lo si deve mangiare con discrezione ... perché Egli conosce meglio di noi il cibo che più ci conviene”*<sup>36</sup>

---

<sup>35</sup> V. 13, 14

<sup>36</sup> V. 13, 15