

Introduzione

Questa breve nota introduttiva, non ha alcuna pretesa di completezza o di originalità, ma si prefigge solo di aiutare il lettore a conoscere nelle sue grandi linee la persona di San Bernardo di Chiaravalle.

Bernardo di Chiaravalle, santo e dottore della Chiesa, nacque nel 1090 nel Castello di Fontaines-les-Dijon in Borgogna dal nobile Tescelino e da Aletta di Montbard, terzogenito di sette fratelli.

A otto anni circa, viene affidato alla scuola dei Canonici Regolari di Chatillon-sur-Seine che era, in quei tempi, una delle Istituzione più prestigiosi della Borgogna.

Nel 1107, il giorno della festa di S. Ambrogio, Aletta morì, e questa morte incise moltissimo sull'animo sensibile del giovane Bernardo, la cui pietà attinta dalla buona mamma terrena si orienterà e svilupperà con una tenerissima devozione verso la SS.ma Vergine Maria.

Tra la passione per lo studio, il fragore delle armi e le seduzioni del mondo, Bernardo sentiva con crescente insistenza la chiamata di Dio per la solitudine del chiostro, e dopo un periodo di lotta interiore, colpito dal richiamo del Crocefisso, decise di entrare nel monastero di Cîteaux fondato da San Roberto, abate di Molesme con San Alberico e Santo Stefano Harding nel 1098.

Bernardo fermamente convinto della bontà della propria scelta esercitò subito un fascino tale di attrazione che trenta, tra parenti e amici, entrarono con lui nel noviziato. Fin dal principio egli mise in evidenza quella sua straordinaria capacità di affascinare e di trascinare le anime che sarà più tardi riconosciuta come una sua personale caratteristica.

La fedeltà per amore alla pratica austera della vita monastica e le salde virtù che rifulgevano nel suo comportamento esemplare, decisero il santo abate Stefano Harding, a sceglierlo nel 1115, a soli 25 anni, quale abate di una nuova comunità: Chiaravalle alla quale egli si prodiga per 38 anni sino alla morte.

E Chiaravalle diventa davvero tutta una luce. Da quella valle, Bernardo fa scaturire una fonte di grazia che irrorà tutta la cristianità. Lì, dopo il lavoro e stremato dalla penitenza, compone le sue opere piene di fiducia e di dolcezza, i suoi trattati di dottrina e di contemplazione, le sue dichiarazioni d'amore alla Madonna.

La sua familiarità con Maria gli permette di cogliere il segreto della Madre, mite ed umile come il Figlio; e lo porta gradualmente a ricopiare in sé i tratti dei discepoli di Cristo e dei figli di Maria. Le sue opere attestano il suo immenso amore per la Vergine, e di Maria disse cose bellissime ed altissime. Ed così che Bernardo può passare alla storia come *l'amabile cantore della amabilità* di Maria.

Egli non desidera che la vita contemplativa, ma Vescovi e Papi lo chiamano a sostenere dispute, a intraprendere predicazioni. Per difesa della Chiesa più volte dovrà uscire dal suo amato monastero, ma Bernardo ne soffre terribilmente; da un prolungato esilio scrive ai suoi monaci: *"La mia anima sarà triste finché non potrà tornare tra voi e non voglio trovare conforto che presso di voi"*.

Le altre vie sono piene di pericoli: il sentiero della virtù non ne conosce. Credete alla mia esperienza: quel sentiero il cui ingresso sembra difficile, diventa poi tanto più gradevole e allegro. Fin da questa vita voi riceverete il centuplo di beni spirituali, e, se non vi siete attaccati, anche di quelli temporali".

Dai suoi scritti: Trattati, Sermoni, Lettere, abbiamo estratto alcuni pensieri con il desiderio che possano aiutare ancora oggi le anime ad amare Dio come insegna S. Bernardo: *"La misura di amare Dio è di amarlo senza misura"*, e a *"innalzare l'amore del prossimo al valore di perfetta giustizia, la cui condizione è di amarlo puramente in Dio"*.

Leggi adagio questo piccolo libro, medita con calma queste considerazioni sono le parole di un padre, di un maestro di vita e di spiritualità.

Pensieri

1. *Io sono la via, la verità e la vita* (Gv 14,4). La via è l'umiltà, che conduce alla verità: la prima, l'umiltà, è la fatica; l'altra, la verità, è il frutto della fatica. Ma come faccio a sapere – dirai tu – che il Signore, quando dice genericamente "Io sono la via" intende alludere all'umiltà? Sta a sentire dove lo dice più chiaramente: *imparate da me che sono mite ed umile di cuore* (Mt 11,29).

2. Quanto grande è la gloria data all'umiltà se anche la superbia stessa desidera rivestirsene perché non abbia a cadere nel disprezzo.

3. Il superbo scusa il suo peccato, l'umile se ne accusa, consapevole che Dio non giudica due volte lo stesso peccato e che, se saremo capaci di giudicare noi stessi, non saremo giudicati.

4. Buon fondo è l'umiltà sulla quale ogni edificio spirituale, che vi è costruito, si sviluppa in tempio di Dio. Per mezzo dell'umiltà non pochi riuscirono ad espugnare le porte delle città nemiche. Quale virtù infatti al pari di questa ha tale forza da abbattere la superbia dei demoni e la tirannia degli uomini?

5. *Venite a me, voi tutti che siete affaticati e oppressi* (Mt 11,28). "Venite", dice. Dove? Da me, dalla verità. Per dove? Attraverso l'umiltà.

6. La virtù preminente delle persone pie è l'umiltà, ma quella vera, quella che sa tenersi lontana dalla menzogna e dalla disobbedienza.

7. È buona la strada dell'umiltà, perché attraverso di essa si cerca la verità, si acquista la carità, si partecipa ai frutti della sapienza.

8. Quattro sono le cose che conferiscono la vera umiltà: la scarsa importanza attribuita alle buone opere, l'abitudine alla modestia, il confronto con chi è migliore, il giudizio del Creatore.

9. Ma è poca cosa essere soggetto a Dio, se non lo si è anche ad ogni umana creatura per Dio, sia nell'abate, quale capo, sia ai priori da lui costituiti. Io dico di più: assoggettarsi agli uguali e agli inferiori: *Così infatti conviene che noi adempiamo ogni giustizia* (Mt 3,15). Vai anche da chi ti è inferiore, se vuoi essere perfetto nella giustizia. Onora l'inferiore, inchinati davanti al più giovane.

10. Come piace a Dio quell'anima in cui l'umiltà aggiunge pregio alla verginità e la verginità adorna l'umiltà.

11. Guarda alla terra, per conoscere te stesso. Essa ti darà la tua vera immagine, perché terra sei e in terra ritornerai.

12. Il nardo è una pianta umile che purifica il cuore: affinché sia chiaro che viene designata con il nome di nardo l'umiltà, il cui profumo e la cui bellezza hanno trovato grazia presso Dio.

13. Applicatevi all'umiltà che è fondamento e custodia della virtù seguitene le tracce perché essa sola può farvi salvi.

14. Se saremo trovati umili germoglieremo anche noi come gigli e fioriremo in eterno davanti al Signore.

15. L'umiltà è la virtù per mezzo della quale l'uomo, per una esatta conoscenza di se stesso, si svilisce al suo proprio cospetto.

16. Bisogna amare Dio per lui stesso in base a una duplice ragione: perché nulla può essere amato con maggiore giustizia e perché nulla può essere amato con maggiore profitto.

17. La ragione e la giustizia naturale stimolano l'uomo a darsi tutto a Colui dal quale a ricevuto tutto.

18. Chi confida nel Signore non perché buono con lui ma perché è assolutamente buono, è colui che ama veramente Dio in nome di Dio e non in vista di se stesso.

19. Più l'anima ama Dio, in maggior misura non cerca come ricompensa del suo amore nient'altro che lo stesso Dio; o se cerca qualcos'altro, ama certamente questo non Dio.

20. Ama dunque il Signore Dio tuo con tutto e pieno affetto del cuore, amalo con tutta la vigilanza e circospezione della ragione, amalo anche con tutte le forze, tanto da non temere neppure di morire per amor suo.

21. La misura di amare Dio è amarlo senza misura.

22. Mio Dio, mio Salvatore, ti amerò... nella mia misura, che sarà certo minore di quella giusta, ma che certamente non mancherà di raggiungere il limite delle mie possibilità.

23. Devo veramente amare molto colui per il quale esisto, vivo e ragiono.

24. Non lasciarti attrarre dalle lusinghe, non lasciarti sedurre dalle cose fallaci, non lasciarti scuotere dalle ingiurie, questo è amare con tutto il cuore, con tutta l'anima, con tutte le forze.

25. Il tuo amore sia anche forte e costante senza cedere alla paura, né soccombere alla fatica.

26. Chi ama Dio è tanto più vicino a lui quanto più lo ama; tanto più lontano fino all'assenza quanto meno lo ama.

27. Cibo veramente dolce e soave è la carità, che solleva gli uomini affaticati, dà forza ai deboli, gioia a chi è nella tristezza.

28. Buon cibo è la carità che, servito in mezzo alla tavola di Salomone, con il profumo (Ct 1, 1-2) delle varie virtù che da esso emana, quasi fragranza di essenze di erbe di ogni genere (Ct 3,6), sazia chi ha fame, allieta chi sfama.

29. IL primo cibo, dunque, è quello dell'umiltà, un cibo che purifica con la sua amarezza; il secondo è quello della carità, un cibo che consola con la sua dolcezza; il terzo è il cibo della contemplazione, solido e forte (Hebr 5,14).

30. Ognuno di voi che, non solo sopporta le infermità dei fratelli, sia corporali che morali ma inoltre, se gli è lecito, se gli è possibile, li aiuta con i suoi servizi, li conforta con le parole, li indirizza con i consigli, e se non può far questo a causa della disciplina, per lo meno non cessa di venire incontro ai deboli con la preghiera: chiunque, dico, tra di voi opera tali cose, spande veramente un buon odore tra i fratelli, e un odore di ottimi unguenti.

31. La virtù della discrezione, senza il fervore della carità, resta inerte e il fervore veemente, non temperato dalla discrezione, corre al precipizio. Perciò è da lodare colui al quale non manca nessuno dei due.

32. Ma se riuscirai a sottomettere tutto al regno della carità, farai del bene anche a coloro che ti odiano, pregherai per quelli che ti perseguitano e ti calunniano, studierai di essere in pace con coloro che odiano la pace.

33. Ma perché tu abbia un cuore che si rattrista per le miserie altrui, bisogna che prima riconosca la miseria tua in modo da trovare nella tua anima quella del tuo prossimo, e apprenda dall'intimo di te stesso come soccorrerlo, sul esempio del Salvatore, che volle soffrire per poter compatire.

34 Chi vuol avere la carità abbia un cuore puro, una buona coscienza, una fede sincera.

35. Ognuno deve amare il prossimo come se stesso, al fine d'indurre, con le buone opere, o con il sapere, o con l'autorità correttiva, tutti quelli che può ad adorare Iddio.

36. E in realtà come si potrebbe amare puramente il prossimo, se non lo si amasse in Dio? Ma non lo si può amare in Dio, se non si ama Dio. Occorre quindi che prima sia amato Dio, perché si possa amare in Dio anche il prossimo.

37. La fonte della vita è certo la carità e non si può dire che un'anima viva quando non si disseta ad essa.

38. La carità nasce, cresce, si consolida, giunge a perfezione.

39. La misericordia è infatti un sentimento che non è regolato dalla volontà e non è soggetto alla ragione, a meno che uno non se la trascini appresso con uno slancio volontario; è la misericordia stessa a soggiogare da sé con un moto irresistibile gli animi ben nati obbligandoli a compassionare gli afflitti.

40. Ciascuna anima si valuta dal grado di carità che possiede, in maniera tale, per esempio, che è grande quando ha una grande carità, piccola quando ne ha poca e se non ne affatto è nulla.

41. Leva il tuo pensiero più in alto, se puoi, e Dio ne sarà glorificato. Dio non è determinato da forma: è la forma stessa. Non è una tendenza dell'animo: egli è la pienezza di ogni desiderio. Non è un essere composito: è assolutamente semplice.

42. Come mi ami, Dio mio, amore mio! Come mi ami, ricordandoti ovunque di me, sollecito ovunque per la salvezza del misero e del povero, non solo contro gli uomini superbi, ma anche contro gli angeli sublimi. Tu giudichi in cielo e in terra coloro che mi nuocciono, sconfiggi chi mi combatte; ovunque vieni in aiuto, ovunque assisti, ovunque stai alla mia destra, perché io non sia smosso. Queste cose canterò al Signore nella mia vita, le canterò al mio Dio finché esisto.

43. La massima scienza è conoscere Dio.

44. Chi brucia di fervore, se non chi medita la carità di Dio?

45. Devi credere che non puoi ottenere il perdono dei peccati se non per la misericordia di Dio; che non puoi fare alcuna opera buona se non sei assistito da Dio stesso; infine che non potrai meritare la vita eterna con le tue opere, se egli non te la desse come dono gratuito.

46. Qualunque sia quindi la mia colpa, egli non può volere la vendetta, così come non vuole né può perdere la sua bontà.

47. Pensa a Dio tuo creatore, pensalo come benefattore, pensalo padre, pensalo Signore.

48. Dio ha voluto che tutto fosse per lui, così anche noi vogliamo che né noi stessi né alcun'altra cosa sia stata o sia se non per lui, solo cioè per la sua volontà e non per il nostro piacere.

49. Cos'è Dio? Egli è la volontà onnipotente, la forza e la benevolenza infinita, la luce eterna, la ragione immutabile, la suprema beatitudine. Egli crea le anime per comunicare loro la propria vita. Le forma alla bontà, le guida alla saggezza, le irrobustisce nella virtù, le visita per consolarle, le illumina perché lo conoscano, le conserva per l'immortalità, le colma di felicità.

50. La vita di Cristo è per me una regola di vita, la sua morte è il mio riscatto dalla morte. La prima ha edificato la mia vita, quest'altra ha distrutto la mia morte.

51. In Cristo Gesù c'è la sorgente di tutte le virtù e di tutte le scienze.

52. Tutto quel po' di sapienza e di virtù che credi di avere, attribuisilo a Cristo, virtù e sapienza di Dio.

53. Impara, o cristiano, da Cristo come tu debba amare Cristo. Impara ad amare con dolcezza, con prudenza, con forza; con dolcezza per non essere allettati, con prudenza, per non essere ingannati, con forza, per non essere oppressi dalle cose del mondo.

54. Per non essere trascinato dalla gloria o dai piaceri della carne ti diventi dolce, più di tutte queste cose, Cristo sapienza; per non essere sedotto dallo spirito di menzogna e di errore, splenda ai tuoi occhi Cristo verità; per non venir meno nelle avversità, ti conforti Cristo, forza di Dio.

55. Viviamo perciò all'ombra di Cristo noi che camminiamo nella fede e ci nutriamo della sua carne per avere in noi la vita. La carne di Cristo è infatti vero cibo.

56. Per la grande mansuetudine che si loda in te, noi corriamo dietro a te, o Signore Gesù, sentendo dire che non disprezzi il povero, e che non hai orrore del peccatore.

57. Illumina i miei occhi, o Signore, affinché sappia che cosa è gradita davanti a te in ogni tempo e sarò sapiente. Non ricordarti dei peccati della mia gioventù e delle mie ignoranze, e sarò giusto. Conducimi nella tua vita, e sarò santo.

58. Sulla montagna delle montagne di Dio, che è il Cristo vi furono queste due cose: la somma della sofferenza e la ricchezza della santità.

59. Il giogo di Cristo è anche un peso, un peso addirittura insopportabile, se manca l'unione con lo spirito di Cristo.

60. Amico dolce, consigliere prudente, aiuto forte. A lui mi affido sicuro, perché vuole salvarmi, lo sa fare e lo può.

61. In te sola, o Maria, il re ricco, anzi ricchissimo (Cristo) si fece povero, l'eccelso si fece piccolo e inferiore agli angeli; il vero Dio e vero Figlio di Dio si è incarnato.

62. *E il nome della vergine era Maria* (Lc 1,27). Diciamo qualche cosa su questo nome che viene interpretato "stella del mare" (S. Girolamo, Libro dei nomi, p.14) e che bene si adatta alla Vergine Madre ... Essa viene paragonata a una stella, perché, come la stella emette il suo raggio senza corrompersi, così, senza infrangere la sua integrità, la Vergine partorì il Figlio. Il raggio non diminuisce lo splendore della stella, il Figlio non toglie l'integrità della Madre.

63. Tu, chiunque tu sia, che nell'instabilità continua della vita presente, ti accorgi di essere sballottato tra le tempeste più che camminare sulla terra, tieni ben fisso lo sguardo al fulgore di questa stella, se non vuoi essere spazzato via dagli uragani.

64. È lei quella nobile stella nata da Giacobbe (Num 24,17), il cui raggio illumina l'universo intero... riscaldando le menti più che non i corpi, alimenta le virtù e inaridisce i vizi.

65. Se insorgono i venti delle tentazioni e ti incagli tra gli scogli delle tribolazioni, guarda alla stella, invoca Maria. Se sei spinto qua e là dalle onde della superbia, dell'ambizione, della calunnia, dell'emulazione, guarda la stella, invoca Maria.

66. Se l'ira, l'avarizia, la concupiscenza della carne scuotono con violenza la navicella del tuo spirito, guarda a Maria.

67. Se, turbato per l'enormità dei tuoi peccati, confuso per la bruttezza della tua coscienza, atterrito per la paura del giudizio di Dio, cominci a precipitare nel baratro della tristezza e nell'abisso della disperazione, pensa a Maria

68. Nei pericoli, nelle angustie, nelle perplessità, pensa a Maria, invoca Maria. Maria sia sempre sulle tue labbra e nel tuo cuore: e per impetrare il soccorso della sua preghiera, non dimenticare i suoi insegnamenti.

69. Seguendo i suoi esempi non ti smarrirai; invocandola non perderai speranza; pensando a lei non cadrai nell'errore. Appoggiato a lei non scivolerai; sotto la sua protezione giungerai a destinazione; e così sperimenterai in te stesso quanto giustamente sia stato detto: *E il nome della vergine era Maria.*

70. Veneriamo, dunque, Maria con tutto l'impeto del nostro cuore, con tutti gli affetti e i desideri dell'anima nostra, perché tale è la volontà di colui che ha disposto che ogni cosa ci venga per mezzo di Maria.

71. *L'uomo Cristo Gesù* è realmente il fedele e onnipotente *mediatore tra Dio e gli uomini* (Tim 2,5), ma ... per la maestà divina che abita in lui ... è necessario un mediatore presso questo

Mediatore, nessuno più utile a noi di Maria. (Maria viene introdotta come mediatrice presso il mediatore, per facilitare il nostro incontro con Cristo: “Era conveniente che tutti i due sessi cooperassero alla nostra redenzione”).

72. Sappiamo ora quale è la verga che nasce dalla radice di Iesse (Is 11,1-2) e quale il fiore su cui riposa lo Spirito Santo: la Vergine madre di Dio è la verga, il fiore è il Figlio suo. È senza dubbio un fiore il Figlio della Vergine un fiore *candido e vermiglio, scelto fra mille* (Ct 5,10).

73. O Vergine, verga sublime, a quale altezza innalzi la tua santa cima! fino a colui che siede sul trono fino al Signore di ogni Maestà. Non fa meraviglia, perché hai ben profonde le radici dell’umiltà. O vera pianta celestiale, più preziosa di tutte! più santa di tutte! O vero albero di vita, che solo sei degno di portare il frutto della salute.

74. Signora nostra, mediatrice nostra, avvocata nostra, riconciliaci con il tuo Figlio, raccomandaci a Lui, a Lui presentaci. O benedetta, fa’ per la grazia che hai trovato (Lc 1,30), per la prerogativa che hai meritato, per la misericordia che hai generato, che Colui che per tuo mezzo si è degnato di farsi partecipe della nostra infermità e della nostra miseria, ci faccia altresì, per le tue preghiere, partecipi della sua gloria e beatitudine, Gesù Cristo, tuo Figlio, nostro Signore, che sopra ogni cosa è benedetto nei secoli (Rm 9,5).

75. La beata Vergine fu dunque forte nel proposito, temperante nel silenzio, prudente nel chiedere, spiegazioni, giusta nel riconoscere (la grandezza di Dio).

76. In una sola cosa ella non ebbe mai, né prima né dopo, altra creatura simile a lei: l’aver avuto la gioia della maternità insieme con l’onore della verginità... Questo è il privilegio di Maria... Privilegio singolare, ma anche sempre inenarrabile.

77. Gettiamoci ai piedi di Maria, fratelli miei, e prostriamoci con immensa devozione davanti a lei. Teniamola stretta e non lasciamola fino a quando non ci avrà benedetto, poiché ella è potente. Come che sta tra la rugiada e l’aia (Gdc 6, 36-40), come la donna tra il sole e la luna, così Maria è stata posta tra Cristo e la Chiesa. (La luna è anche simbolo della Chiesa e Bernardo invita tutti i membri della Chiesa a gettarsi ai piedi di Maria).

78. *Una donna vestita di sole* (Ap 12,1). Avvolta interamente dalla luce come da un abito (Sal 103,2). Probabilmente l’uomo carnale non capisce nulla di tutto questo: si tratta di un argomento spirituale che a lui sembra senza senso. Ma non sembra così all’Apostolo che raccomandava: *Rivestitevi del Signore Gesù Cristo* (Rm 13,14).

79. Qualunque sia l'offerta che ti prepari a fare a Dio, ricordati di affidarla a Maria, affinché per lo stesso canale attraverso il quale la grazia giunse sino a noi, ritorni a Dio, largitore di ogni grazia.

80. Questi sono Pietro e Paolo, i due grandi luminari che Dio collocò nel corpo della sua Chiesa come duplicata luce dei suoi occhi. Questi mi sono stati dati per maestri e mediatori a cui io mi posso consegnare sicuramente, perché mi manifestano il cammino della vita, e con la loro mediazione potrò salire a quel mediatore che venne a pacificare, per il suo sangue le cose che stanno nel cielo e quelle che stanno sulla terra.

81. Ti sei ingannato, Tommaso santo... se tu speri di vedere il Signore stando separato dal collegio degli apostoli... La verità si trova in mezzo della comune disciplina.

82. I giusti sono come alberi che piantati in questo mondo in mezzo alla Chiesa, debbono produrre duraturi frutti di vita.

83. Maddalena cessò di piangere solo quando vide Gesù con gli occhi e non aveva voluto consolarsi nella parola del Signore, facendo più conto della esperienza che non della fede. Ma l'esperienza può ingannare. Viene dunque rimandata alla conoscenza più sicura che viene dalla fede... *Non toccarmi* (Gv 20,17)... non fidarti di questo ingannevole senso; appoggiati sulla Parola, abituati alla fede.

84. La fede non può sbagliare, la fede che abbraccia le cose invisibili non sente la povertà del senso e va oltre i confini dell'umana ragione, il corso della natura e i termini della esperienza.

85. La fede purificherà l'occhio che l'impietà aveva turbato, l'obbedienza riaprirà l'occhio che la disobbedienza aveva reso cieco.

86. Uomo di fede è colui che non a se stesso crede, né in sé spera, reputandosi un vaso di nessun valore, ma sa rinunciare alla sua vita per custodirla nella vita eterna.

87. Fratelli finché siamo quaggiù sosteniamo la nostra fede, e se non ci è possibile vedere le meraviglie riservate a noi nell'altra vita, contempliamo almeno quelle che per noi sono state fatte in terra.

88. L'uomo di fede affronti virilmente la lotta in questo mondo, e con animo forte sopporti qualunque persecuzione.

89. Sii saldo nella fede, dignitoso nella maestà, e dimostrerai di imitare Iddio.

90. Impara, o uomo. a obbedire; impara, o terra, a sottometterti, impara, o polvere, a condiscendere.

91. L'obbedienza è la chiave di Davide, *che apre e nessuno può serrare* (Ap 3,7; Is 45,3), in quanto ci apre i più riposti misteri divini e ci pone vicino a Dio.

92. L'obbedienza è il patibolo (della croce) in quanto chi vuol essere perfetto in essa è come inchiodato a quel patibolo e costretto a far cose opposte alla sua volontà.

93. L'obbedienza è l'altare di bronzo sotto al quale è scavata una fossa in cui arde di continuo un fuoco. La fossa è il simbolo dell'umiltà, il fuoco della carità.

94. Tre cose rafforzano e rendono stabile l'obbedienza: l'umiltà, il disprezzo del mondo e la costanza.

95. Colui che umilmente pratica l'autentica obbedienza ha imparato a non disprezzare neppure le cose minime, mentre ha imparato allo stesso tempo a dedicare la massima cura alle cose effettivamente importanti.

96. L'obbedienza è la signora delle virtù, la virtù principale che la S. Scrittura loda spesso sopra tutte le altre.

97. Prega per me, figlio mio, fratello e compagno, e tu, chiunque sia, che avanzi con me nel viaggio verso il Signore. Prega l'onnipotente che corrobora il mio stesso viaggio, in modo che il mio cammino non sia quello della superbia

98. La superbia ~ infatti il più grave dei peccati; ed esso si manifesta quando dei beni ricevuti si usa come se fossero originari in noi e dopo aver ricevuto il beneficio ci si arroga la gloria.

99. È necessario dunque avere tutte le due cognizioni, che cosa tu sia e ciò che sei non lo devi a te stesso, sì da evitare di non gloriarti inutilmente.

100. Il superbo non avendo coscienza di come sia terribile cadere nelle mani del Dio vivente, esplode facilmente in espressioni di malizia per giustificare i suoi peccati.

101. Due cose sono necessarie perché l'occhio interiore sia veramente puro: la carità nell'intenzione e la verità nella scelta.

102. Non può sgorgare un limpido ruscello da una fonte torbida né, da uno spirito impuro un puro pensiero.

103. I fiori sono preziosi per la bellezza, per il profumo, per la speranza del frutto cioè per una triplice qualità. Dio considera anche te un fiore, e in te si compiace se trova la bellezza di una vita onesta, la fragranza di una buona fama, il desiderio rivolto al premio futuro. Infatti il frutto dello spirito è la via eterna.

104. Vi sia, l'animo virile nel proposito di perseveranza, vi sia una castità verginale nella continenza, e la semplicità e l'umiltà del bambino nella coscienza.

105. In noi non venga trovata soltanto la pratica esteriore perché vale poco ma ci sia la pietà utile a tutto, e l'esercizio interiore.

106. Veda poi l'anima mondana, veda e intenda che tutte le gioie di questo mondo finiscono nel pianto.

107. Questa è infatti la via della vita: la prova di oggi. È la via della gloria, la via della città dove devi abitare, la via del Regno...

108. Desidero che tu non chiuda gli occhi sul tuo comportamento nelle sventure. Rallegrati, se sai sopportarle con fermezza e se sai compatire quelle degli altri; è un segno di cuore retto.

109. Il rinnovamento interiore consiste in queste tre disposizioni: proposito retto, sentimento puro, ricordo del bene operare grazie al quale la memoria rifulge ben consapevole di sé.

110. Abbi la fede, abbi la pietà, abbi la sapienza, quella dei santi che è il timor di Dio, ed avrai quel che ti appartiene, avrai l'intero fondo paterno... La virtù è il fondo più prezioso.

111. Manca di tutto chi pensa che non gli manchi nulla.

112. Si deve fuggire l'oziosità, madre di frivolezze, matrigna delle virtù.

113. Cercare e aver gusto per le cose terrene, è una gobba dell'anima e, al contrario, meditare e desiderare le cose di lassù è rettitudine.

114. L'uomo spirituale, fa precedere tre considerazioni ad ogni sua opra: primo se essa è lecita, poi se è conveniente, infine se è utile. Secondo la concezione cristiana, è conveniente solo quel che è lecito, e utile solo quel che è conveniente e lecito.

115. Le realtà che stanno sopra di noi, non possono essere insegnate con la parola, ma rivelate dallo Spirito. Quel che la parola non riesce ad esprimere, lo cerchi la considerazione, lo chiedi la preghiera, lo meriti la vita, l'ottienga la purezza.

116. Se nella tua attività non agirai in unità di spirito, essa non sarà accetta a Dio.

117. Non vi sviolate nelle esteriorità, indugiando sulle vanità e follie del secolo, ma, tornando entro di voi, penetrate nel vostro cuore, dove senza dubbio è il regno di Dio. E che cos'è questo regno? La sana e libera volontà dell'uomo, che si conforma talmente alla volontà di Dio.

118. Non perdetevi nella sollecitudine per il corpo, che è eredità destinata ai vermi, ma concentratevi nella sollecitudine per l'anima, ch'è fatta a immagine di Dio.

119. Affrettatevi dunque a divenire poveri in ispirito e mancanti di beni, sì che il Signore sia sollecito di voi.

120. impara a pregare Dio, impara a sollevare il cuore insieme con le mani, impara a dirigere al cielo gli occhi supplichevoli e a presentare per ogni necessità la tua faccia degna di misericordia al Padre della misericordia.

121. E a chi vuole pregare è comandato di entrare nella camera, per tenere il segreto. Questa è una misura di cautela, perché a quelli che pregano pubblicamente l'umana lode non porti via il frutto dell'orazione e ne renda vano l'effetto.

122. Non solo occorre tener conto del luogo, ma anche del tempo quando si vuole pregare. Il tempo del riposo è più comodo e più adatto, specialmente quando il sonno della notte produce un profondo silenzio. Allora l'azione è più libera e più pura: *Alzati nella notte, quando cominciano i turni delle sentinelle, effondi come acqua il tuo cuore davanti al Signore tuo Dio* (Lam 2,19).

123. Come sale segreta nella notte l'orazione, alla presenza di Dio solo e del santo angelo che la riceve per presentarla all'altare del cielo!

124. La preghiera sta nella purezza e nel desiderio del cuore, non nell'abbondanza di parole: infatti una cosa è la lunga preghiera, un'altra il sentimento costante.

125. Colui che prega si trova libero da ogni spirito d'inganno, parla apertamente e con purezza, libero da ipocrisia e con ciò scopre per intero la sua piaga al medico, in modo ch'essa possa esser risanata.

126. Se qualcuno vuole arrivare alla contemplazione deve necessariamente esercitarsi prima nelle opere buone.

127. Ma è necessario che vi sia un sostegno reciproco fra preghiera e buone opere, per cui dice Geremia: *Leviamo al Signore i nostri cuori con le nostre mani* (Gr 3,4).

128. I tre ostacoli che intorpidiscono l'occhio dell'intelligenza e lo escludono dalla contemplazione della vera luce sono: le tenebre dei peccati, il ricordo dei peccati, la preoccupazione per l'attività terrena.

129. Perciò chiunque voglia fissare il suo occhio interiore nella contemplazione di Dio, è necessario che prima egli lo purifichi da questo triplice male. E sappia che c'è un triplice rimedio a questa triplice malattia: la prima malattia si cura con la confessione, la seconda con la preghiera, la terza con il silenzio.

130. Dopo il pasto, si prende una bevanda, che aiuta la digestione e ammorbidisce quei cibi che erano asciutti. Questa bevanda, che rallegra l'anima è la preghiera.

131. Dopo il cibo e la bevanda affinché il malato guarisca completamente, bisogna accordargli la tranquillità e il sonno, cioè il gusto della contemplazione.

132. Talvolta il Cristo si serve della contemplazione per visitare l'anima: non in modo da infondervi tutto, ma in modo di offrire un po' del gusto di Sé; non per adempiere un desiderio, ma per attirare un sentimento.

133. L'uomo di Dio in preghiera ha davanti a sé una sacra immagine, o della natività di Gesù, o di Gesù che viene allattato, o che insegna, o che muore, o che risorge o che sale al cielo; e qualunque di queste cose venga presa in considerazione, necessariamente accende nell'animo l'amore per le virtù, disorienta i vizi della carne, schiaccia le turpi lusinghe, calma gli appetiti smodati.

134. Colui che prega, per la grande devozione che prova nei confronti di Dio è sicuro che quel che egli intende ottenere pregando è già suo, e perciò comincia a ringraziare così come Gesù nostro Signore dice: *"o Padre, h ringrazio perché mi hai sempre ascoltato"* (Gv 11,41-42).

135. La domanda di grazia è un ampliamento della preghiera, allorché si prega per aver forza, tanto per sé quanto per gli altri.

136. L'implorazione è un tipo di intensa preghiera rivolta al cielo, quando cioè l'uomo, non ritenendo di essere in sé nulla, in una circostanza disperata scongiura il cielo.

137. Gli angeli si nutrono della visione divina, s'inebriano di dolcezza, si saziano d'amore.

138. Agisci sempre con riflessione: gli angeli sono presenti ovunque tu possa venir a trovarti. In qualsiasi rifugio, in ogni angolo di questo mondo, anche nel più nascosto, abbi rispetto del tuo angelo custode.

139. Fratelli miei considerate gli angeli, vostri intimi amici, fateli oggetto di un'assidua considerazione e stabilite un dialogo devoto con loro che vi assistono e confortano giorno e notte.

140. Gli angeli custodi vegliano ora sui nostri passi; e appena saremo giunti al termine della vita ossia conclusasi la fase terrena, essi ci solleveranno ancora sulle loro mani.

141. Dio *manderà in tuo soccorso i propri angeli* (Sal 90,11) ... Gli angeli dunque li manda il sommo Dio: i suoi angeli, quegli spiriti così sublimi e beati, strettamente a lui congiunti, tra i membri più intimi nella famiglia del Padre.

142. Ogni volta che sentirai avvicinarsi qualche prova o incombere la minaccia delle tribolazioni, invoca la tua sentinella, la tua guida, il protettore che Dio ti assegnò per il tempo del bisogno e dall'afflizione.

143. Gli angeli sono soliti essere presenti a coloro che pregano e compiacersi di coloro che sollevano le mani pure in orazione, gli angeli gioiscono nell'offrire a Dio, in soave gradimento a Lui, il sacrificio di preghiere sante (Ef 5,2).

144. Vi sono gli Angeli e gli Arcangeli che ci assistono, ma Dio ci è più vicino, perché non solo ci è accanto, ma è in noi.

145. L'Angelo sta in noi per suggerire il bene, non per operarlo; per esortarci al bene, non per attuarlo, Dio invece è dentro di noi per muoverci al bene, per infonderlo o meglio ancora è lui stesso che si infonde in noi e partecipa con noi, in modo che si può affermare senza timore che egli fa un solo spirito con il nostro.

146. L'Angelo pertanto è con l'anima, Dio è nell'anima. L'Angelo sta nell'anima come un compagno, Dio vi sta come la vita.

147. La virtù si acquista nella pace, si mette alla prova nelle tribolazione, si celebra nella vittoria.

148. La virtù è grande e rara davvero quando tu, anche se compi grandi cose, non ti reperi grande, e quando la tua santità, nota a tutti, a te solo è nascosta.

149. Il mondo è pieno di spine; ve ne sono in terra, e nell'aria, ve ne sono nella tua carne. Vivere tra queste e non restare offesi è effetto della divina potenza, non della tua forza.

150. Non è veramente una piccola prova di virtù conservarsi buono tra i cattivi, e mantenere il candore dell'innocenza e la soavità dei costumi tra i maligni, soprattutto se ti mostri pacifico con quelli con odiano la pace, e amico con i nemici.

151. La virtù sta nel mezzo tra i vizi, e quindi ha bisogno di una accurata potatura, non solo, ma di una circoncisione. Altrimenti c'è da temere che stretta tutt'intorno e rosa dai vizi, mentre tu non te ne accorgi essa languisce poco a poco, e se quelli aumentano viene soffocata.

152. Non può la virtù crescere di pari passo con i vizi. Perché essa prosperi... devi togliere le cose superflue perché nascano quelle salutari... Sia potata la cupidigia e sarà rinforzata la virtù.

153. Sappiamo che è grazie ai nostri digiuni, alle vigilie, alla continenza e alle opere di misericordia e alle altre esercizi di virtù, che il nostro uomo interiore si rinnova di giorno in giorno, poiché il proposito incurvato dalle preoccupazioni terrene, a poco a poco dal basso risorge verso l'alto e il sentimento, che langue per i desideri della carne, gradatamente si irrobustisce all'amore dello spirito; e la memoria, ch'è insozzata dalla bruttura delle vecchie opere, resa candida dalle nuove e buone azioni di giorno in giorno, gioisce di più.

154. La perseveranza aggiunge vigore alle forze, dà compimento alle virtù, nutre il merito, fa da tramite al premio. È la sorella della pazienza, la figlia della costanza, l'amica della pace, il nodo in cui si stringono le amicizie, il legame di tutti quelli che hanno uguale sentimento, il baluardo della santità.

155. Come una piccola goccia d'acqua entro una grande quantità di vino sembra perdere per intero la sua natura... come un ferro messo al fuoco e reso incandescente si spoglia della sua forma originaria... come l'aria percorsa dalla luce del sole assume il fulgore della luce... così nei santi sarà necessario che ogni sentimento umano in una certa ineffabile maniera si dissolva e trapassi a fondo nella volontà di Dio.

156. Piacere a Dio dovunque e in tutto.

157. Nella misura in cui conosciamo, almeno in parte, la felicità che i santi ricevono come ricompensa, potremo poi sforzarci di mettere i nostri passi sulle loro tracce con una più grande attenzione

158. Che cosa può offrire la figura di questo mondo che passa, che possa uguagliare la bellezza di quell'anima che, spoglia del vecchio uomo terreno si è rivestita dello splendore di quello che è del cielo, adorna di ottimi costumi come di monili, più pura ed eccellente dell'etere, più splendida del sole?

159. Risplende bene chi è acceso dal proprio fuoco interiore.

160. Infatti tutte le cose che quelle che splendono agli occhi del corpo sembrano vili brutte, paragonata alla bellezza interiore di un'anima santa.

161. Se avverti gli aculei delle tentazioni, guarda il serpente di bronzo piantato sul legno della croce e succhia non tanto le ferite quanto le mammelle del Crocifisso. Egli ti farà da madre e tu sarai figlio.

162. Dentro di noi c'è un castello nemico: è la nostra volontà, le mura di questo sono l'ostinazione, la torre è la superbia, le armi sono i cattivi pensieri, le scorte sono i cattivi compiacimenti.

163. Chi di noi è disposto a cacciar fuori il diavolo dal suo cuore, a lottare contro i propri vizi e concupiscenze, affinché nel suo corpo mortale non regni il peccato, ma vi regni Gesù, adesso con la sua grazia e in eterno con la sua gloria?

164. Signore Gesù, toglì tutto ciò che di scandaloso si trova nel tuo regno, che è l'anima mia... L'avarizia, infatti, rivendica in me la sua dimora, la presunzione brama di tenermi soggiogato; la superbia vuole regnare in me; la lussuria... la calunnia, l'invidia, l'ira si combattono tra di loro dentro di me.

165. Dobbiamo apprezzare in proposito una benigna disposizione da parte della Provvidenza, la quale permette talvolta che siamo occupati nel respingere certe prolungate tentazioni in modo che non ci colga alla sprovvista qualche pericolo maggiore. In altri casi invece ce ne libera alla svelta onde permetterci di affrontare quelle prove che Egli sa si riveleranno ancor più meritorie.

166. Ogni volta che pecchiamo nasciamo dal diavolo.

167. *La vita dell'uomo sulla terra è tutta una tentazione* (Gb 7,1). E allora se la nostra esistenza è talmente piena di pericoli da poter essere definita una prova incessante, abbiamo bisogno della più vigilante prudenza e preghiera continua, per non cadere.

168. Opponiamoci con fermezza all'Avversario poiché Dio, vedendoci disposti a resistere, sarà al nostro fianco; e quando avremo trionfato non mancherà di ricompensarci con la massima generosità.

169. La coscienza è un vaso incontaminato e incrollabile, atto a conservare i segreti, chiuso ad ogni insidia, inattaccabile da qualsiasi violenza, impermeabile ad ogni occhio e ad ogni mano, fatta eccezione però allo Spirito che scruta anche le profondità di Dio (1Cor 2,10).

170. Quale sicurezza nella vita quando la coscienza è pura!

171. La buona coscienza è la maggior ricchezza. Che cosa v'è in terra di più dovizioso e di più dolce? Che cosa di più tranquillo e di più sicuro? La buona coscienza non teme i danni materiali, le parole ingiuriose, i tormenti del corpo, dato che la stessa morte anziché rovesciarla la innalza.

172. Cerca di conoscerti per godere tra le inevitabili difficoltà il conforto della coscienza, e ancor più per sapere quel che ti manca.

173. La tua forza è la sicurezza della buona coscienza... rivestiti di questa forza, te ne supplico, perché essa è gioia per il signore.

174. Il proposito dei monaci è di ricercare non la Gerusalemme terrena, ma quella celeste.

175. Lì (nel monastero) ci si occupa di Dio, si rispetta e si garantisce la continenza, si custodisce la disciplina, si attende alle sante letture. Il silenzio è ininterrotto e il perenne riposo da ogni chiasso di faccende mondane obbliga a meditare sulle cose del cielo.

176. Il santo luogo è accessibile e aperto ai soli piccoli figli di Cristo, di cui è detto: *Ecco io c i figli miei* (Is 8,18) con me, solo per celebrare le lodi di Dio e i voti sacri, e vien custodito con il debito zelo e la debita riverenza.

177. La fatica, l'oscurità, la povertà volontaria, queste sono le insegne dei monaci, queste sono il mezzo per nobilitare la vita monastica.

178. Nel paradiso del chiostro dev'esserci l'albero della scienza del bene e del male, cioè la discrezione: ma al suo posto, vale a dire nei superiori. Quanto a coloro che sono soggetti, sta al contrario scritto: *Chiunque lo tocchi morrà* (Gen 2,16-17) Giacché a chi sta subordinato a qualcun altro non è lecito il prender delle decisioni, bensì solo ubbidire.

179. Fratelli miei... la vostra mortificazione è diuturna tra molti digiuni, lavoro incessante e lunghe veglie, senza contare le pene interiore di ciascuno, come quelle derivanti dalla compunzione del cuore... Io fate per amor di Colui che vuole morire per voi... Egli saprà accrescere la vostra consolazione.

180. Cos'altro significa "mangiare il corpo e bere il sangue" (di Gesù) se non prendere parte al suo sacrificio e imitare quel genere di vita che egli condusse sulla terra?

181. Ciò che nel momento presente è una tribolazione effimera e leggera crea in noi un momento eterno di gloria di una sublimità senza paragone, perché ci volgiamo a guardare non ciò che è visibile, ma ciò che non lo è.

182. Chi di voi non ha sperimentato molte volte la gioia di una buona coscienza, chi non ha gustato il sapore della castità, dell'umiltà, della carità... Quando cerchiamo la gioia in queste cose, sicuramente cerchiamo la gioia nel Signore.

183. Ma vi è anche una certa bellezza razionale dell'anima e una sua immagine spirituale, e questa è eterna, perché è immagine dell'eternità.

184. Quanto più l'anima ama Dio, non cerca come ricompensa del suo amore, nient'altro che lo stesso Dio.

185. L'anima cerca il Verbo, ma se prima è stata cercata dal Verbo.

186. È un gran bene cercare Dio, io non lo considero secondo, a nessuno dei beni dell'anima. È il primo tra i doni.

187. O anima santa, resta sola, per riservare te stessa soltanto a Dio. Fuggi il pubblico, fuggi gli stessi parenti, separati dagli amici e dagli intimi, perfino da quello che ti serve. Non sai che hai uno sposo verecondo, che non vuole farti dono della sua presenza davanti agli altri? Ma con la mente, ritirati dunque, con l'intenzione, con la devozione, con lo spirito, non con il corpo.

188. L'anima cerca il Verbo per accettarne la correzione, per essere illuminata nella sua conoscenza, per trovare un appoggio per la sua virtù, per riformarsi nella sapienza, per conformarsi a Lui ed essere più bella, unirsi a Lui ed essere feconda, godere di lui ed essere nella gioia.

189. Tu non cercheresti affatto se prima non fossi stata cercata.

190. Sei amata... sei stata cercata. L'una e l'altra cosa che ti è dolce constatare ti hanno dato l'ardire e hanno cacciato il timore.

191. L'amore è causa della ricerca, la ricerca è frutto dell'amore e ne dà anche la certezza.

192. Senza dubbio la preghiera è il mezzo più conveniente per cercare Dio e più facile per trovarlo.

193. Parecchie cose che pure non sono proibite finiscono per essere dannose perché impediscono decisamente il cammino verso la penitenza.

194. Cercare il regno di Dio e invocarlo contro la tirannia del peccato è lo stesso che assuefarti al giogo del pudore e della sobrietà, anziché lasciar regnare il peccato nel tuo corpo mortale.

195. Le lacrime dei penitenti sono il loro vino, giacché il dolore della contrizione è per essi sapore di grazia, gusto d'indulgenza, giocondità della riconciliazione, sanità dell'innocenza riacquistata, soavità della coscienza tornata serena.

196. Alla penitenza sono necessarie tre cose: l'astinenza, attraverso la quale è domata la superbia; la frequenza della S. Scrittura, frutto della quale l'anima si nutre rinvigorendosi; l'orazione, con la quale si proteggono le virtù.

197. Il fuoco del vasaio mette a prova il vaso di argilla e la tribolazione fa distinguere i veri penitenti.

198. Chi infatti si pente davvero non respinge la durezza della penitenza, ma accoglie pazientemente nel silenzio della sua coscienza, tutto quello che gli viene imposto in ragione della sua colpa.

199. La penitenza (sacramento) ha cinque parti, tutte necessarie: la contrizione del cuore, la confessione orale, la mortificazione della carne, il mutamento del modo d'agire, la perseveranza nella virtù.

200. Ogni volta che noi sopportiamo qualcosa di grave, dobbiamo bere con gioia quel calice che il Signore ci passa.

201. Allontanare da te la confessione, il solo rimedio che ti rimane dopo il peccato, è covarti nel tuo intimo il fuoco piuttosto che scuoterlo da te.

202. È un buon ornamento dell'anima la confessione che netta il peccatore e rende ancora più netto il giusto.

203. Senza confessione il giusto è giudicato ingrato e il peccatore è considerato addirittura morto.

204. Non appena uno si pente, già allora la misericordia divina lo precorre: ma quella misericordia non entrerà nella sua anima se non lo aiuterà la verità della sua confessione.

205. Esaminiamo la nostra condotta e le nostre inclinazioni e ponderiamo attentamente tutti i pericoli.

206. Se non vogliamo più peccare... se vogliamo santamente vivere in Cristo è necessario che sopportiamo la persecuzione.

207. L'anima in grazia di Dio purifica la propria carne dalla putridine dei vizi, quando rinnega per mezzo della continenza i piaceri del mondo.

208. Il cuore dell'uomo che ancora si diletta a peccare e non vuole cambiare la propria misera attitudine con un proposito migliore, viene, dai propri vizi reso incapace di ricevere la grazia.

209. Le vere ricchezze, dunque, non sono i beni di questo mondo, ma le virtù, che la coscienza porta con sé per essere ricca in eterno

210. Due, infatti, sono i mali che da soli o massimamente militano contro l'anima: l'amore delle vanità del mondo e l'amore smodato di se stesso.

211. Le menti pacifiche riescono a rendersi superiori alle perturbazioni dei vizi e al tumulto delle umane faccende.

212. Come la luce splende invano davanti agli occhi ciechi o chiusi, così l'uomo carnale non percepisce le cose dello Spirito di Dio.

213. Lo Spirito Santo rifugge dalla finzione, perché è Spirito di verità.

214. La grazia dello Spirito Santo opera in noi in un certo modo: (genera) il pentimento e con ciò libera dai peccati; la devozione, e con ciò risana le ferite; l'amore, e con ciò rivela le cose divine.

215. Senza dubbio la vita di verginità è una vita angelica, e coloro che non sposano né sono sposati saranno come gli angeli di Dio.

216. Parlare di una vergine è parlare di umiltà; se non puoi dunque imitare la verginità dell'umile, imita l'umiltà della vergine.

217. Alla purezza sono necessarie tre cose: l'integrità dell'azione, la semplicità dell'intenzione, la costanza della devozione.

218. La purezza fa ottenere tre cose: lo spirito di libertà, la gioia della sicurezza, la fermezza della carità.

219. Fino a quando, dunque, la misera, insipiente, cieca e del tutto stupida carne va dietro alle cose transitorie e cerca consolazioni caduche, anzi, desolazioni, più che consolazioni, rischiando di venire condannata come indegna di quella gloria, e destinata piuttosto ad essere tormentata per l'eternità?

220. Cerca o uomo di capire il piano di Dio e riconosci che è un piano di sapienza e di misericordia.

221. La perfezione consiste nel ardere e risplendere della carità.

222. Chi non si cura di progredire di virtù in virtù, sappia bene, chiunque egli sia, che è fermo... anzi addirittura retrocede, poiché nelle vie dello spirito non andare avanti equivale ad andare indietro.

223. Il nostro profitto consiste nel non illuderci mai di essere arrivati, ma nel protenderci sempre in avanti, nello sforzarci senza sosta verso il meglio, mettendo le nostre miserie davanti agli occhi della divina misericordia.

224. Quanto sei ricco nella misericordia, quanto magnanimo nella giustizia e munifico nella grazia, o Signore Dio nostro... Tu ti prendi cura con liberalità degli umili, giudichi con rettitudine gli innocenti e salvi, con la tua misericordia, i peccatori.

225. In quale vaso, soprattutto, sarà riversata la grazia? Se la fiducia contiene la misericordia e la pazienza la giustizia, quale altro recipiente potremo noi presentare, che sia idoneo a raccogliere la grazia? Si tratta di un balsamo purissimo che esige un vaso solido. E quale vaso più puro e più solido di un cuore umile?

226. Custodisci la Parola di Dio in modo che scenda nel profondo della tua anima e si trasformi nei tuoi costumi. Nutriti di questo bene e ne trarrà delizia e forza la tua anima.

227. Il Signore ascolta chi l'ascolta e parla a chi gli parla.

228. Sii semplice, non soltanto senza inganno e senza frode, ma anche senza lasciarti prendere dalla molteplicità delle occupazioni, affinché tu possa conversare con colui la cui voce è dolce e il cui volto è leggiadro (Ct 2,14).

229. Conserva le parole del Signore allo stesso modo che conservi il cibo del tuo corpo. Esse infatti sono pane vivo e cibo della mente.

230. La Parola di Dio deve essere immessa, in certo modo, nelle viscere dell'anima tua, trasformarsi nei tuoi affetti e nei tuoi costumi. Mangia questo cibo salutare e s'impingerà nella gioia l'anima tua.

231. Fa' ciò che il Signore Gesù comanda nel Vangelo, fa' ciò che comanda nella Legge e nei Profeti, fa' ciò che comanda per mezzo dei ministri della Chiesa: sottomettiti ai tuoi superiori, suoi rappresentanti... Così anche tu sarai del suo popolo beato che Egli ha scelto quale sua eredità.

232. Chiunque voglia davvero piacere a Dio, deve risplendere in castità e carità.

233. Non posso contenere la gioia che sento perché la Divina Maestà non disdegna di abbassarsi e stare in familiare e dolce compagnia con noi esseri vili, e perché il Sommo Dio non ricusa di contrarre matrimonio con un'anima in esilio né si rifiuta di mostrarle l'affetto di uno sposo posseduto dall'amore più ardente.

234. Quando la diletta anima sarà purificata, lo Sposo contrarrà con essa un matrimonio spirituale ed essi saranno due, non in una sola carne, ma in un solo spirito, secondo il detto dell'Apostolo: *"Colui che è unito con Dio è un solo spirito"* (1Cor 6,17).

235. Cosa significa godere la Parola? È ineffabile! È possibile avere questa esperienza, ma non parlarne... O tu, che sei curioso di sapere cosa significhi godere la Parola, non preparare a ciò il tuo orecchio, bensì la tua mente.

236. Felice colui il cui pensiero – questa è la nostra parola dirige tutte le sue azioni alla giustizia, in modo che l'intenzione sia sana e l'opera retta.

237. Felice colui che ordina le passioni del suo corpo per la giustizia, in modo che tutto ciò che patisce lo patisce per il Figlio di Dio.

238. Affinché la nostra santificazione sia perfetta studiamoci d'avere non soltanto l'umiltà di cuore, ma anche la mansuetudine e affabilità.

239. Prepara dunque i rivi della grazia divina, abbatti gli argini dei pensieri terreni e superbi, conformati al Figlio dell'uomo, e non al primo uomo Adamo, perché la sorgente della grazia non sale al cuore dell'uomo carnale e terreno.

240. L'uomo è in Dio dall'eternità, in quanto dall'eternità è amato da Dio.

241. Quando ti senti preso dal torpore, dall'accidia o dal tedio, non perdere la fiducia, né desistere dall'applicarti alle cose spirituali; va in cerca di una mano che ti aiuti.

Brani estratti dal 'de Laude Militiae' da aggiungere ai
“ Pensieri di San Bernardo ”

1. Di che cosa può avere timore colui al quale il vivere è Cristo e il morire un guadagno? Vive fiducioso e volentieri per Cristo; ma ancor più desidera annientarsi ed essere con Cristo: questa è infatti la cosa migliore.

2. Ogni qual volta, tu, combattendo nella cavalleria profana, ti getti nella mischia, hai da temere di uccidere te stesso nell'anima, mentre uccidi il tuo nemico nel corpo, oppure hai da temere forse tu di essere ucciso dallo stesso nemico insieme nel corpo e nell'anima.

3. Che cosa muove alle guerre e accende i contrasti, se non una collera irragionevole, la frenesia di vanagloria, oppure la brama di ricchezze terrene? Per motivi di tal genere non vale di certo la pena né di uccidere né di essere uccisi.

4. Se avessi la volontà di uccidere un altro e ti accadesse invece di essere ucciso, morirai come omicida.

5. Non perché il corpo perisce, l'anima muore; al contrario, invece, “l'anima che ha peccato, morirà ”.

6. Infelice sarebbe la vittoria con la quale tu hai la vittoria su un uomo, ma soccombi al peccato, e invano ti vanterai di averlo sconfitto, mentre, al contrario, proprio tu sei sopraffatto dall'ira e dall'orgoglio.

7. Il pericolo o la vittoria del cristiano si valutano dalla disposizione del cuore e non dalla fortuna ... Se il motivo per cui si combatte è buono, il risultato della battaglia non potrà essere cattivo, così come non sarà giudicato buono l'esito di un combattimento intrapreso quando non sarà preceduto da una buona causa e da una intenzione giusta.

8. Vengano, quindi, senza indugio disperse le nazioni che vogliono la guerra e siano scacciati coloro che ci minacciano e siano sbaragliati dalla città del Signore tutti gli operatori di iniquità che tentano di rapinare le inestimabili ricchezze del popolo cristiano riposte in Gerusalemme, di profanare le cose sante e di possedere per diritto di eredità il santuario del Signore.

9. O vergine di Israele (Gerusalemme), tu eri caduta e non c'era alcuno che ti risollevasse. Sorgi ormai, scuotiti dalla polvere, o vergine, schiava figlia di Sion. Alzati, ti dico, e sta' ritta in piedi e contempla la gioia che ti viene dal tuo Dio. "Non sarai più chiamata derelitta e la tua terra non sarà più chiamata deserto, perché il Signore si è compiaciuto in te e la tua terra verrà ripopolata. Volgi i tuoi occhi intorno e guarda: tutti costoro si sono radunati e sono venuti a te". Questo è l'aiuto che ti è stato inviato dal Santo.

10. Ci intratterremo brevemente sui costumi e sulla vita dei cavalieri di Cristo ... innanzi tutto ivi non manca la disciplina né si disprezza l'obbedienza ... Essi (i Cavalieri del Tempio) vanno e ritornano secondo il parere del loro superiore, indossano ciò che viene dato loro né si procurano altrove abito e cibo. E nel vestire e nel mangiare si guardano da tutto ciò che è superfluo accontentandosi solo del necessario ... abitano tutti nella medesima casa e secondo le stesse consuetudini, in povertà personale, solleciti di mantenere l'unità dello spirito nel vincolo della pace. Potresti affermare che tutta la comunità sia un cuore solo e un'anima sola ... Tra loro non si fanno preferenze; ci si affida al migliore e non al più nobile per natali. Fanno a gara nel rendersi onore a vicenda, si aiutano reciprocamente nelle fatiche per realizzare così la legge di Cristo.

11. Poi quando scocca l'ora della battaglia, i cavalieri (di Cristo) si armano interiormente con la fede, e all'esterno non di oro ma di ferro, affinché, corazzati e non imbellettati, incutano terrore ai nemici, piuttosto che provocarne l'avidità. Vogliono cavalli gagliardi e veloci, non di colori sgargianti e di doviziosi finimenti: poiché pensano alla battaglia e non alla parata, alla vittoria e non alla gloria, impegnati più a incutere paura che meraviglia. Pertanto si ordinano e si schierano in battaglia senza furore o impetuosità, come per precipitosa leggerezza, ma con guardinga prudenza e con ogni precauzione e previdenza, così come si narra facessero i nostri padri. Come autentici Israeliti affrontano tranquilli il combattimento.

12. I cavalieri (di Cristo) ardono per la casa di Dio di quel medesimo zelo del quale ferveva lo stesso antico loro Condottiero, quando brandendo nella sua santissima mano non la spada, ma la frusta ricavata da funicelle, entrò nel Tempio scacciò i mercanti, sparse a terra le monete dei cambiavalute e sradicò i banchi dei venditori di colombe, giudicando sommamente indegno che la casa della preghiera avesse un rapporto incestuoso con attività mercantesche.

13. Essi (i cavalieri di Cristo) rendono onore al Tempio di Dio a gara, con continui e sinceri atti di ossequio, immolandovi senza interruzione e con animo devoto non più carni di animali secondo il rito antico ma pacifiche offerte, quali sono la carità fraterna, l'obbedienza devota, la povertà volontaria.

14. Queste cose accadono (*con la presenza dei cavalieri di Cristo a difesa dei pellegrini che si recono al Tempio*) a Gerusalemme e il mondo intero ne rimane colpito. Le isole le ascoltano, i popoli lontani prestano attenzione e rimbalzano da Oriente ad Occidente come torrente che inonda di gloria i popoli e come fiume impetuoso che allietta la città di Dio.

15. La corte celeste esulta, secondo la testimonianza del Salvatore, più per un peccatore pentito che per molti giusti che non hanno bisogno di penitenza, in quanto la conversione di un peccatore e di un malvagio giova senza alcun dubbio a quanti avevano ricevuto nocumento dalla sua precedente condotta di vita.

16. Salve, o Terra promessa, che una volta dispensavi latte e miele ai tuoi abitanti e che ora distribuisce al mondo intero i rimedi della salvezza e il nutrimento della vita!

17. “Si dicono di te cose degne di gloria, o città di Dio!”. E allora anche noi diremo qualche parola a lode e gloria del tuo nome: Betlemme, la casa del pane, a ristoro delle anime sante, dove apparve per la prima volta, quando la Vergine lo partorì, il Pane vivo disceso dal cielo.

18. Chi ha rinvenuto la vita nelle parole di Cristo, non cerca più quel che è della carne e appartiene alla schiera dei beati che non hanno veduto e hanno creduto.

19. A Nazareth viene attribuita l'interpretazione di fiore, in cui è vissuto quel Dio bambino che era nato in Betlemme, così come il frutto si sviluppa nel fiore, affinché il profumo del fiore precedesse il sapore del frutto e il nettare santo potesse essere infuso dalle narici dei Profeti alla

bocca degli Apostoli e ristorasse del suo intenso sapore i cristiani, rimanendone appagati gli ebrei di un impercettibile profumo.

20. Del resto, Natanaele aveva percepito il profumo di questo fiore che sopravanzava in soavità ogni aroma e perciò domandò: “Può venire da Nazareth qualcosa di buono?”. Ma, non pago del solo profumo, seguì Filippo che gli aveva risposto: “Vieni e guarda”. Anzi fu talmente conquiso da quella squisita soavità e reso ancora più avido da tanto profumo di gustare il sapore del frutto, che, sulle orme di quello stesso profumo, egli si adoperò di giungere senza indugio, desideroso di godere quello che aveva appena pregustato e di gustare personalmente ciò che da lontano aveva odorato.

21. Davide si riferisce al monte degli Ulivi quando afferma: “Tu salverai uomini e animali, o Signore, così come hai moltiplicato la tua misericordia, o Dio”; ma nello stesso salmo fa menzione altresì della valle del giudizio soggiungendo: “Che non mi venga sopra il piede dell’orgoglio né mi smuova la mano dell’empio” e rivela di avere terrore di quel precipizio quando in un altro salmo implora, pregando: “Trafiggi le mie carni con il tuo timore: ho tremato dinanzi ai tuoi giudizi”.

22. “Abbi pietà della tua anima e sarai accetto a Dio”. Pertanto colui che è cattivo con se stesso, con chi sarà buono?

23. E, infine, quale fiume (*il Giordano*), è più eminente di questo se si pensi che la Trinità stessa se lo è dedicato mediante la sua presenza visibile? Nel Giordano il Padre è stato ascoltato, lo Spirito Santo è stato veduto, il Figlio è stato battezzato.

24. Sale, quindi, sulla croce ..., offrendosi al mondo a servizio del mondo, e, con il viso scoperto e con la fronte nuda, realizzando la giustificazione dei peccati, come non arrossì per l’ignominia di quella morte infamante e severa, così non inorridì per la condanna, pur di strapparci dall’eterno disonore e restituirci alla gloria.

25. Né c’è da stupirsi: di che cosa avrebbe dovuto arrossire? Egli che così ci lavò dai peccati, non di certo come lava l’acqua che conserva le lordure, ma come il raggio del sole che asciuga e si mantiene puro? È, allora, la sapienza di Dio che si estende dappertutto in forza della sua purezza.

26. Peccando, l’uomo ha perduto la vita e ha trovato la morte, come Dio aveva preannunziato e come era anche giusto che l’uomo morisse se avesse peccato.

27. Ora se la conseguenza del peccato è la morte e la morte il debito del peccato, quando Cristo rimette il peccato e muore per i peccatori, è chiaro che le conseguenze del peccato vengono annullate e il debito viene saldato.

28. Se dunque rimettere i peccati è possibile all'Onnipotente, è possibile a lui solo, contro il quale si è peccato, ebbene beato l'uomo al quale Dio non imputerà il peccato. Sappiamo, pertanto, che il Cristo, per la potenza della sua divinità, ha potuto liberarci dai peccati.

29. Donde apprendiamo che egli ha annientato la morte? Da questo, che l'ha subita senza averla meritata.

30. Come allora egli potrebbe richiederci di nuovo un prezzo che ha già saldato per noi? Egli, che ha distrutto le conseguenze del peccato dandoci in dono la sua giustizia, ha saldato il debito della morte e così ci ha ridato la vita.

31. Come distrutta una volta la morte, ritorna la vita, così, una volta cancellato il peccato, ritorna la giustizia.

32. Ma come ha potuto morire colui che era Dio? Per il fatto che egli era anche vero uomo.

33. E come la morte di quest'uomo ha potuto valere per quella di un altro? Per il fatto che era anche giusto.

34. In quanto era uomo, poté morire; in quanto era giusto, non aveva ragione di morire.

35. Il peccatore non basta a saldare per un altro peccatore il debito della morte, poiché ognuno muore per sé solo.

36. "Ma, – potresti chiedere –, che giustizia è mai questa, che un innocente muoia per un criminale?". Questa non è giustizia, ma misericordia. Se fosse giustizia, Cristo non sarebbe morto gratuitamente, ma per debito.

37. "Ma anche se il giusto può, senza ingiustizia, pagare per il peccatore, come è ammissibile che addirittura uno solo possa pagare per molti? Sembrerebbe equo che la morte di uno valesse per la salvezza di uno solo". A tale quesito può rispondere l'Apostolo: "Come a causa di uno solo, tutti

gli uomini sono stati colpiti dalla condanna, così per la giustizia di uno solo, tutti sono ammessi alla giustificazione che dà la vita. Come per la disobbedienza di un solo uomo, tutti sono stati costituiti peccatori, così per l'obbedienza di uno solo, tutti saranno costituiti giusti”.

38. La carità che discende dal Padre ..., non viene mai meno nell'anima dei figli perfetti.

39. Cristo in quanto Dio ha potuto rimettere i peccati, e in quanto uomo morire e poiché era giusto morendo saldare il debito della morte, e così da solo poté bastare per la giustizia e la vita di tutti, dal momento che il peccato e la morte da uno solo si trasmisero a tutti.

40. È stato anche previsto che, differito l'incontro con la morte, Cristo si degnasse di vivere per qualche tempo come uomo tra gli uomini, per spingerli, attraverso incisivi e autentici insegnamenti, verso le realtà invisibili, per dare fondamento alla fede attraverso la testimonianza dei miracoli, per fornire norme morali con i suoi esempi.

41. La morte (di Cristo), dunque, ci ha liberati dalla morte, la sua vita dall'errore, la sua grazia dal peccato. La sua morte ha vinto in forza della sua giustizia, poiché, questo Giusto, pagando per ciò che non aveva mai sottratto, ha recuperato a buon diritto ciò che aveva perduto. La sua vita ha raggiunto il suo scopo in forza della sua saggezza, che rimane il modello e lo specchio della nostra vita. E, infine, la sua grazia, come è stato rilevato, ha rimesso i nostri peccati in forza di quella potenza che realizza tutto ciò che vuole.

42. Se “la legge dello spirito di vita in Cristo Gesù ci ha liberato dalla legge del peccato e della morte”, perché continuiamo ancora a morire e non, invece, siamo stati subito rivestiti di immortalità? Semplicemente perché si compisse la verità di Dio. “Poiché – infatti – Dio ama la misericordia e la verità”, è necessario, come Dio stesso aveva predetto, che l'uomo muoia, ma è pure necessario che l'uomo risorga dalla morte, perché Iddio non dimentichi la sua pietà. Dunque la morte, sebbene non mantenga su di noi il suo dominio per sempre, tuttavia permane temporaneamente in noi per la verità di Dio, così come il peccato, pur non essendo padrone del nostro corpo mortale, tuttavia non è totalmente assente in noi.

43. Come è dolce per i viandanti, dopo le pesanti fatiche di un lungo viaggio, dopo tanti pericoli passati per terra e per mare, riposarsi là dove sanno che il loro Signore si è riposato! Immagino che per la gioia non avvertano più la fatica del viaggio e non tengano in nessun conto le spese sopportate, ma come coloro che hanno, infine, la ricompensa del loro travaglio e il premio

della gara, “essi gioiscono intensamente – secondo l’espressione della Scrittura – “d’aver trovato il Sepolcro”.

44. Betfage, un villaggio di sacerdoti, racchiude il mistero della confessione e del ministero sacerdotale. Significa casa della bocca. Infatti sta scritto: “La parola è vicina, sulla tua bocca e nel tuo cuore”. Ricordati che tu hai queste parole non nel cuore soltanto o sulla bocca, ma nell’uno e nell’altra. La parola nel cuore del peccatore produce una salutare contrizione, mentre la parola sulla bocca allontana il falso pudore che impedisce la confessione obbligatoria. Dice, infatti, la Scrittura: “C’è un pudore che conduce al peccato e c’è un pudore che porta alla gloria”.

45. Se qualcuno si vergogna di confessare la causa stessa della sua vergogna, un tale pudore provoca il peccato e vanifica la gloria che viene dalla coscienza; questo inopportuno pudore blocca la porta delle labbra e impedisce al male di uscire, proprio quando la compunzione tenta di espellerlo dalla profondità del cuore.

46. Esiste un pudore buono che ti fa arrossire di peccare o di aver peccato e, anche se non è presente alcun giudice umano, con tanta maggior vergogna temi lo sguardo di Dio e degli uomini, quanto più e con maggiore verità sai che Dio è oltremodo più puro degli uomini, e che tanto più il peccatore arreca offesa a Dio quanto più è noto che a lui è assolutamente estraneo ogni peccato. Un tale pudore allontana il peccato, procura la gloria, poiché esso o non ammette il peccato, o, se è già entrato, lo mortifica con la penitenza e lo espunge con la confessione.

47. I sacerdoti, ministri della parola, abbiano grande sollecitudine per vigilare su questi due punti, e cioè infondere nel cuore dei peccatori la parola del timore e della contrizione, ma senza incutere paura al punto da allontanarli dalla confessione, in modo che aprendo i cuori, non chiudano le labbra.

49. (I sacerdoti) non assolvano il peccatore pentito, senza che si sia confessato, poiché “con il cuore si crede per la giustizia, ma con la bocca si fa la confessione per la salvezza”.

50. Chiunque ha la parola sulle labbra e non nel cuore, è un furbo o un vanesio; chiunque, invece, l’ha nel cuore e non sulle labbra, è orgoglioso o vile.

51. Betania, il villaggio di Maria e di Marta, dove Lazzaro venne risuscitato, nella quale sono ricordati i modelli di due generi di vita, la mirabile clemenza di Dio verso i peccatori e insieme la virtù dell'obbedienza con i frutti della penitenza.

52. Voi (cavalieri di Cristo) basterete a custodire fedelmente e sicuramente questo celeste deposito, se non confiderete mai nella vostra destrezza e nella vostra forza, ma soltanto nell'aiuto di Dio, ben sapendo "che l'uomo non sarà sostenuto dalla sua forza", e ripetendo con il Profeta: "Il Signore è il mio sostegno, il mio rifugio, il mio liberatore", e ancora: "Riporrò in te il mio coraggio, perché Iddio è il mio difensore; il mio Dio con la sua misericordia mi verrà dinanzi", e infine: **"Non a noi, o Signore, non a noi, ma solo al nome tuo da' gloria"**, affinché sia benedetto in tutte le cose colui che addestra le vostre mani alla battaglia.