

PURIFICAZIONE ATTIVA DEI SENSI ESTERNI

Conversazioni utili. – Tutto quanto può tornare ad utilità spirituale o materiale del prossimo e nostra è lecito, conveniente e consigliabile. Questo principio può trovare svariate applicazioni e può risolvere molti casi, specialmente durante le ricreazioni. Rallegrare il prossimo con una barzelletta di buon gusto può essere un eccellente atto di carità se si è saputo rettificare in tempo l'intenzione. Al contrario non ci permetteremo mai – neppure con il pretesto di consolare una persona offesa – di criticare il prossimo, proferire parole offensive per qualcuno, insinuare un sospetto, alimentare un'invidia o fomentare un rancore. Tra le persone che si dedicano agli studi un mezzo eccellente per evitare le conversazioni meno convenienti è quello di avviare il discorso su problemi scientifici ancora discussi e capaci di suscitare l'interesse e l'attenzione di tutti; si evitino, però, con cura, le discussioni troppo animate o le frasi poco riguardose nei confronti di coloro che tengono l'opinione contraria.

Conversazioni sante. – Sono quelle che hanno come fine immediato il profitto spirituale proprio o del prossimo. Non c'è nulla che conforti tanto un'anima, che la infervori per la virtù quanto la conversazione con persone animate da un sincero desiderio di santificarsi. L'intelligenza si illumina, il cuore si riscalda e la volontà prende sante ed energiche risoluzioni. È incalcolabile il bene che si può compiere con una parola discreta e con un consiglio opportuno dato ad un'anima agitata dalla tentazione o abbattuta dallo scoraggiamento. Con soavità e discrezione, senza rendersi pesante con una insistenza importuna, più nell'atteggiamento del discepolo che del maestro, l'anima che aspira alla perfezione procurerà di fomentare queste sante conversazioni, che tanto bene recano alle anime e tanto rallegrano il cuore di Dio.

Mortificazione dell'udito e della lingua. – Non basta astenersi dalle conversazioni sconvenienti, o fare di tanto in tanto qualche santo ed utile trattenimento spirituale. È necessario praticare anche la mortificazione positiva dell'udito e della lingua. Astenersi a volte dall'udire qualche melodia grata all'udito, un concerto radiofonico, una conversazione piacevole, ecc. per amore di Dio. Si proceda sempre per gradi, non esigendo dall'anima più di quanto può fare nella condizione in cui si trova. Certe ricreazioni innocenti, che forse sarebbero sconvenienti ad anime già progredite nella virtù, possono e devono essere permesse a quelle più imperfette. «In tutto occorre discrezione», diceva S. Teresa di Gesù. Osservare per alcuni istanti un rigoroso silenzio durante il giorno, se si tratta di persone secolari, e ogni volta che la regola lo prescrive, se si tratta di religiosi. Senza lo spirito di raccoglimento è impossibile la vita interiore nella virtù. Rinunciare a notizie o a curiosità non necessarie quando sia facile evitarle. Se non è possibile, si procuri di dimenticare prontamente ciò che si è udito, per rimanere in pace nella solitudine con Dio.

Tenere presenti questi avvisi di S. Giovanni della Croce:

«Il Padre pronunciò una parola, che fu il suo Figlio, e questa parola parla sempre in eterno silenzio e in silenzio dev'essere ascoltata dall'anima».

«Parla poco, e non intrometterti nelle cose riguardo alla quali non sei interrogato».

«Non lamentarti di nessuno; non chiedere nulla, e se sarà necessario chiedere, fallo con poche parole».

«Non contraddire. Non dire assolutamente parole indecenti».

«Bada di parlare in maniera da non offendere nessuno: e da non doverti vergognare se tutti venissero a sapere quello che hai detto».

«Ricava tranquillità spirituale pensando amorosamente a Dio; e quando sarà necessario parlare, fallo con la medesima tranquillità e pace».

«Conserva il silenzio su quello che Dio ti ha dato e ricordati del detto della Scrittura: il mio segreto è per me».

«Considerate come dovete essere nemici di voi stessi. Camminate secondo il santo rigore della perfezione e ricordatevi che Dio vi domanderà conto di ogni parola che avrete detto senza l'ordine dell'obbedienza».

«A nessuno, per quanto santo fosse, ha fatto del bene il trattare con la gente più dello strettamente necessario o più di quanto la ragione esigeva».

«È impossibile trarre profitto senza fare e soffrire tutto in silenzio».

«Per progredire nelle virtù, è importante tacere e operare, perché il parlare distrae e il piacere e l'operare raccolgono».

«Allorché una persona sa quello che hanno detto per il suo profitto, non è più necessario che continui a chiedere altre spiegazioni, ma deve metterlo in pratica in silenzio e con attenzione, umiltà, carità e disprezzo di sé».

«Sopra ogni cosa è necessario e conveniente servire Dio in silenzio, frenando cioè sia gli appetiti che la lingua, onde percepire soltanto parole di amore».

«Questo ho compreso: che l'anima la quale è molto incline a parlare e a conversare, è poco incline verso Dio. Infatti, quando lo è, subito con forza è trascinata dall'intimo a tacere e a fuggire da qualsiasi conversazione».

«Dio vuole che l'anima goda più di lui che qualsiasi altra creatura, per quanto notevole essa sia e per quanto faccia al caso suo».