

SAN FRANCESCO DI SALES

Filotea

Indice dei contenuti

Prima parte: Introduzione alla vita devota: Contiene consigli ed esercizi necessari per condurre l'anima dal primo desiderio della vita devota fino alla ferma risoluzione di abbracciarla	1
DESCRIZIONE DELLA VERA DEVOZIONE	3
CARATTERISTICHE ED ECCELLENZA DELLA DEVOZIONE	7
LA DEVOZIONE SI ADATTA A TUTTE LE VOCAZIONI E PROFESSIONI	11
NECESSITA' DI UN DIRETTORE SPIRITUALE PER ENTRARE E PROGREDIRE NELLA DEVOZIONE	13
SI DEVE COMINCIARE DALLA PURIFICAZIONE DELL'ANIMA	17
PRIMA PURIFICAZIONE: DAL PECCATO MORTALE	21
SECONDA PURIFICAZIONE: DAGLI AFFETTI AL PECCATO	23
COME FARE LA SECONDA PURIFICAZIONE	25
Prima Meditazione: LA CREAZIONE	27
Seconda meditazione: IL FINE PER IL QUALE SIAMO CREATI	31
Terza Meditazione: I BENEFICI DI DIO	35
Quarta Meditazione: IL PECCATO	39
Quinta Meditazione: LA MORTE	43
Sesta Meditazione: IL GIUDIZIO	47
Settima Meditazione: L'INFERNO	51
Ottava Meditazione: IL PARADISO	53

Nona Meditazione: ELEZIONE E SCELTA DEL PARADISO	55
Decima Meditazione: L'ELEZIONE E LA SCELTA DELLA VITA DEVOTA	59
COME FARE LA CONFESSIONE GENERALE	63
PROMESSA PER IMPRIMERE NELL'ANIMA IL PROPOSITO DI SERVIRE DIO, A CONCLUSIONE DEGLI ATTI DI PENITENZA	65
CONCLUSIONE DELLA PRIMA PURIFICAZIONE	69
BISOGNA LIBERARSI DALL'AFFETTO AL PECCATO VENIALE	71
BISOGNA LIBERARSI DALL'AFFETTO ALLE COSE INUTILI E PERICOLOSE	75
OCCORRE LIBERARSI DALLE CATTIVE INCLINAZIONI	77
Seconda parte: Contiene consigli per l'elevazione dell'anima a Dio per mezzo dell'Orazione e dei Sacramenti	79
NECESSITA' DELL'ORAZIONE	81
BREVE METODO DI MEDITAZIONE e, in primo luogo, LA PRESENZA DI DIO	85
SECONDO PUNTO DELLA PREPARAZIONE: L'INVOCAZIONE	89
TERZO PUNTO DELLA PREPARAZIONE: LA PRESENTAZIONE DEL MISTERO	91
TERZO PUNTO DELLA PREPARAZIONE: LA PRESENTAZIONE DEL MISTERO	93
TERZA PARTE DELLA MEDITAZIONE: AFFETTI E PROPOSITI	95
LA CONCLUSIONE E IL MAZZETTO SPIRITUALE	97
CONSIGLI MOLTO UTILI SULLA MEDITAZIONE	99
LE ARIDITA' CHE CI AFFLIGGONO NELLE MEDITAZIONI	103
ESERCIZIO DEL MATTINO	105

L'ESERCIZIO DELLA SERA E L'ESAME DI COSCIENZA	107
IL RACCOGLIMENTO SPIRITUALE	109
LE ASPIRAZIONI, LE GIAGULATORIE E I BUONI PENSIERI	113
COME ASCOLTARE LA SANTA MESSA	121
GLI ALTRI ESERCIZI PUBBLICI E COMUNI	125
BISOGNA ONORARE E INVOCARE I SANTI	127
COME VA ASCOLTATA LA PAROLA DI DIO	129
COME VANNO ACCOLTE LE ISPIRAZIONI	131
LA SANTA CONFESSIONE	135
LA COMUNIONE FREQUENTE	139
COME BISOGNA FARE LA COMUNIONE	143
Terza parte: Contiene molti consigli per l'esercizio delle virtù	147
LA SCELTA NECESSARIA NELL'ESERCIZIO DELLE VIRTU'	149
CONTINUAZIONE DEL MEDESIMO DISCORSO SULLA SCELTA DELLA VIRTU'	155
LA PAZIENZA	159
L'UMILTA' ESTERIORE	165
L'UMILTA' INTERIORE	169
L'UMILTA' CI FA AMARE L'ABIEZIONE	175
COME VA CONSERVATO IL BUON NOME PRATICANDO L'UMILTA'	179
LA DOLCEZZA VERSO IL PROSSIMO E IL RIMEDIO CONTRO L'IRA	185
LE OCCUPAZIONI VANNO AFFRONTATE CON ATTENZIONE, MA	191

SENZA PRECIPITAZIONE E FRETTA ECCESSIVA

L'OBBEDIENZA	195
LA NECESSITA' DELLA CASTITA'	199
CONSIGLI PER CONSERVARE LA CASTITA'	203
LA POVERTA' DI SPIRITO OSSERVATA NELLE RICCHEZZE	207
COME DEVE ESSERE PRATICATA LA POVERTA REALE RIMANENDO RICCHI DI FATTO	211
L'AMICIZIA E, PRIMA DI TUTTO, LA CATTIVA E LA FRIVOLA	217
LE PASSIONCELLE (I FLIRTS)	221
LE VERE AMICIZIE	225
LA DIFFERENZA TRA LE VERE AMICIZIE E QUELLE FUTILI	229
CONSIGLI E RIMEDI PER COMBATTERE LE CATTIVE AMICIZIE	233
QUALCHE ALTRO CONSIGLIO A PROPOSITO DELLE AMICIZIE	237
GLI ESERCIZI DELLA MORTIFICAZIONE ESTERIORE	241
LE CONVERSAZIONI E LA SOLITUDINE	247
IL BUON GUSTO E IL SENSO DELLA MISURA NEL VESTIRE	251
SUL PARLARE E IN PRIMO LUOGO COME SI DEVE PARLARE DI DIO	255
L'ONESTA' NELLE PAROLE E IL RISPETTO DOVUTO ALLE PERSONE	257
I GIUDIZI TEMERARI	261
LA MALDICENZA	267
ALTRI CONSIGLI SUL PARLARE	273
PASSATEMPI E DIVERTIMENTI E, IN PRIMO LUOGO, QUELLI LECITI E LODEVOLI	277

I GIOCHI PROIBITI	279
I BALLI E I PASSATEMPI LECITI MA PERICOLOSI	281
QUANDO E' PERMESSO GIOCARE E DANZARE	285
BISOGNA ESSERE FEDELI NELLE GRANDI E NELLE PICCOLE OCCASIONI	287
BISOGNA ESSERE GIUSTI E RAGIONEVOLI	291
BISOGNA ESSERE GIUSTI E RAGIONEVOLI	295
I DESIDERI	299
CONSIGLI PER GLI SPOSATI	303
L'ONESTA' DEL LETTO MATRIMONIALE	311
CONSIGLI ALLE VEDOVE	317
UNA PAROLA ALLE VERGINI	323
Quarta parte: Contiene i consigli opportuni contro le tentazioni più correnti	325
NON BISOGNA LASCIARSI SCORAGGIARE DALLE CHIACCHIERE DELLA GENTE	327
E' NECESSARIO FARSI CORAGGIO	331
LA NATURA DELLE TENTAZIONI E LA DIFFERENZA TRA SENTIRE LA TENTAZIONE E ACCONSENTIRE AD ESSA	333
DUE BEGLI ESEMPI IN PROPOSITO	337
INCORAGGIAMENTO ALL'ANIMA CHE SI TROVA NELLE TENTAZIONI	341
IN CHE MODO LA TENTAZIONE E LA DILETTAZIONE POSSONO ESSERE PECCATO	343
RIMEDI PER LE TENTAZIONI GRAVI	347

BISOGNA RESISTERE ALLE PICCOLE TENTAZIONI	349
COME RIMEDIARE ALLE PICCOLE TENTAZIONI	351
COME FORTIFICARE IL CUORE CONTRO LE TENTAZIONI	353
L'AGITAZIONE	355
LA TRISTEZZA	359
LE CONSOLAZIONI SPIRITUALI E SENSIBILI E COME BISOGNA COMPORTARSI CON ESSE	363
LE ARIDITA' E LE STERILITA' DELLO SPIRITO	371
UN ESEMPIO NOTEVOLE, A CONFERMA E CHIARIMENTO DI QUANTO E' STATO DETTO	377
Quinta parte: Contiene esercizi e consigli per rinnovare l'anima e confermarla nella devozione	383
OGNI ANNO BISOGNA RINNOVARE I BUONI PROPOSITI PER MEZZO DEI SEGUENTI ESERCIZI	385
CONSIDERAZIONI SUL BENEFICIO CHE DIO CI HA FATTO CHIAMANDOCI AL SUO SERVIZIO, SEGUENDO LA PROMESSA INDICATA NELLA PARTE PRIMA AL CAPITOLO VENTI	387
ESAME SUL PROGRESSO FATTO DALLA NOSTRA ANIMA NELLA VITA DEVO	391
ESAME DELLO STATO DELLA NOSTRA ANIMA NEI CONFRONTI DI DIO	393
ESAME DEL NOSTRO STATO NEI CONFRONTI DI NOI STESSI	397
ESAME DELLO STATO DELLA NOSTRA ANIMA NEI CONFRONTI DEL PROSSIMO	399
ESAME SUGLI AFFETTI DELLA NOSTRA ANIMA	401
AFFETTI DA COMPIERE DOPO L'ESAME	403

CONSIDERAZIONI ADATTE A RINNOVARE I BUONI PROPOSITI	405
PRIMA CONSIDERAZIONE: IL VALORE DELLE NOSTRE ANIME	407
SECONDA CONSIDERAZIONE: IL PREGIO DELLE VIRTU'	409
TERZA CONSIDERAZIONE: L'ESEMPIO DEI SANTI	411
QUARTA CONSIDERAZIONE: L'AMORE DI GESU CRISTO PER NOI	413
QUINTA CONSIDERAZIONE: L'AMORE DI DIO PER NOI	415
AFFETTI GENERALI SULLE PRECEDENTI CONSIDERAZIONI E CONCLUSIONE DELL'ESERCIZIO	417
I RICORDI DA CONSERVARE DOPO QUESTO ESERCIZIO	419
RISPOSTA A DUE OBIEZIONI CHE POSSONO ESSERE MOSSE A QUESTA INTRODUZIONE	421
TRE ULTIMI E IMPORTANTI CONSIGLI PER QUESTA INTRODUZIONE	423

DESCRIZIONE DELLA VERA DEVOZIONE

Mia cara Filotea, tu vorresti giungere alla devozione perché sai bene, come cristiana, quanto questa virtù sia accetta a Dio: ma, siccome i piccoli errori commessi all'inizio di qualsiasi impresa, ingigantiscono con il tempo e risultano, alla fine, irreparabili o quasi, è necessario, prima di tutto, che tu sappia che cos'è la virtù della devozione. Di vera ce n'è una sola, ma di false e vane ce ne sono tante; e se non sai distinguere la vera, puoi cadere in errore e perdere tempo correndo dietro a qualche devozione assurda e superstiziosa.

Arelío dava a tutti i volti che dipingeva le sembianze e l'espressione delle donne che amava; ognuno si crea la devozione secondo le proprie tendenze e la propria immaginazione. Chi si consacra al digiuno, penserà di essere devoto perché non mangia, mentre ha il cuore pieno di rancore; e mentre non se la sente di bagnare la lingua nel vino e neppure nell'acqua, per amore della sobrietà, non avrà alcuno scrupolo nel tuffarla nel sangue del prossimo con la maldicenza e la calunnia. Un altro penserà di essere devoto perché biascica tutto il giorno una filza interminabile di preghiere; e non darà peso alle parole cattive, arroganti e ingiuriose che la sua lingua rifilerà, per il resto della giornata, a domestici e vicini. Qualche altro metterà mano volentieri al portafoglio per fare l'elemosina ai poveri, ma non riuscirà a cavare un briciolo di dolcezza dal cuore per perdonare i nemici; ci sarà poi l'altro che perdonerà i nemici, ma di pagare i debiti

non gli passerà neanche per la testa; ci vorrà il tribunale. Tutta questa brava gente, dall'opinione comune è considerata devota, ma non lo è per niente. Ricordi l'episodio degli sgherri di Saul che cercano Davide? Micol li trae in inganno mettendo nel letto un fantoccio con gli abiti di Davide, e fa loro credere che Davide è ammalato. Così molti si coprono di alcune azioni esteriori, proprie della santa devozione e la gente crede che si tratti di persone veramente devote e spirituali; ma se vai a guardar bene, scopri che sono soltanto fantocci e fantasmi di devozione. La vera e viva devozione, Filotea, esige l'amore di Dio, anzi non è altro che un vero amore di Dio; non un amore genericamente inteso. Infatti l'amore di Dio si chiama grazia in quanto abbellisce l'anima, perché ci rende accetti alla divina Maestà; si chiama carità, in quanto ci dà la forza di agire bene; quando poi è giunto ad un tale livello di perfezione, per cui, non soltanto ci dà la forza di agire bene, ma ci spinge ad operare con cura, spesso e con prontezza, allora si chiama devozione. Gli struzzi non possono volare, le galline svolazzano di rado, goffamente e rasoterra; le aquile, le rondini e i colombi volano spesso, con eleganza e in alto. Similmente i peccatori non riescono a volare verso Dio, ma si spostano esclusivamente sulla terra e per la terra; le persone dabbene, che non possiedono ancora la devozione, volano verso Dio per mezzo delle buone azioni, ma di rado, con lentezza e pesantemente; le persone devote volano in Dio con frequenza, prontezza e salgono in alto. A dirlo in breve, la devozione è una sorta di agilità e vivacità spirituale per mezzo della quale la carità agisce in noi o, se vogliamo, noi agiamo per mezzo suo, con prontezza e affetto. Ora, com'è compito della carità farci praticare tutti i Comandamenti di Dio senza eccezioni e nella loro totalità, spetta alla devozione aggiungervi la prontezza e la diligenza. Ecco perché chi non osserva tutti i Comandamenti di Dio non può essere giudicato né buono né devoto. Per essere buoni ci vuole la carità e per essere devoti, oltre alla carità, bi-

sogna avere grande vivacità e prontezza nel compiere gli atti. Siccome la devozione si trova in grado di carità eccellente, non soltanto ci rende pronti, attivi e diligenti nell'osservare tutti i Comandamenti di Dio; ma ci spinge inoltre a fare con prontezza e affetto tutte le buone opere che ci sono possibili, anche se non cadono sotto il precetto, ma sono soltanto consigliate o indicate. Come un uomo guarito di recente da una malattia, cammina quel tanto che gli è necessario, piano piano e trascinandosi un po', così il peccatore, guarito dal suo peccato, cammina quel tanto che Dio gli comanda, trascinandosi adagio adagio fino a che non giunga alla devozione. Allora, da uomo completamente sano, non soltanto cammina, ma corre e salta nella via dei Comandamenti di Dio e, inoltre, prende di corsa i sentieri dei consigli e delle ispirazioni celesti. In conclusione, si può dire che la carità e la devozione differiscono tra loro come il fuoco dalla fiamma; la carità è un fuoco spirituale, che quando brucia con una forte fiamma si chiama devozione: la devozione aggiunge al fuoco della carità solo la fiamma che rende la carità pronta, attiva e diligente, non soltanto nell'osservanza dei Comandamenti di Dio, ma anche nell'esercizio dei consigli e delle ispirazioni del cielo.