

Regole comuni degli Ascritti all'Istituto della Carità¹

I. - NATURA E CARATTERE DELL'ASCRIZIONE

1. - Non vi è cosa in questa pia associazione, che obblighi sotto peccato. Ognuno farà quel bene che nelle seguenti regole viene proposto, liberamente, e in quella misura che stimerà egli stesso.

2. - Ogni Ascritto può uscire dall'ascrizione, ogniqualvolta gli piaccia, dandone però avviso scritto al suo Decurione o al Prefetto dell'ascrizione.

3. - Quando la Società propone qualche buona opera da fare, nessuno è obbligato a farla, ma rimane sempre libero di farla o no, secondo la disposizione del suo animo.

4. - Tutti gli Ascritti si propongono di dare esempio della più perfetta subordinazione a tutte le legittime autorità ecclesiastiche e politiche.

1. La prima edizione di queste regole fu pubblicata dallo stesso Rosmini a Novara, presso la Tipografia Vescovile di P. Alberto Iberris, nel 1842. Alle *Regole* fece seguire le *Massime di perfezione cristiana adatte ad ogni condizione di persone*, un *Metodo di meditare*, che era un compendio e semplificazione della *Ottava lezione spirituale*, che spiegava appunto la meditazione, un *Metodo per esaminare la propria coscienza* ed una breve *Appendice*.

Una seconda edizione venne fatta ad Intra nel 1896, e quindi una terza leggermente ritoccata e riordinata con l'aggiunta di titoletti che dividevano le Regole in capitoli, venne fatta a Rovereto nel 1929.

II. - FINE DELL'ISTITUTO DELLA CARITÀ

5. - Ogni Ascritto deve considerare, che il fine dell'Istituto della Carità, a cui appartiene, non è l'acquisto di alcun bene temporale, oppure meramente intellettuale, ma è l'acquisto del *bene morale*, per il quale s'intende la purità della coscienza e la vera e solida virtù insegnata da Gesù Cristo.

6. - La virtù insegnata da Gesù Cristo è contenuta nei due precetti della Carità: «*Amerai il Signore Dio tuo con tutto il cuore, con tutta la tua anima e con tutta la tua mente. Questo è il più grande e il primo dei comandamenti. E il secondo è simile al primo: Amerai il prossimo tuo come te stesso. Da questi due comandamenti dipendono tutta la Legge e i Profeti*» (Mt 22,37-40).

III - MEZZI PER RAGGIUNGERE IL FINE DELL'ISTITUTO

7. - L'Ascritto, che si propone di seguire questa santa legge di carità, non ha un fine diverso da quello che hanno tutti gli altri fedeli di Cristo fratelli suoi; ma coll'ascrizione all'Istituto della Carità, oltre i mezzi comuni, egli acquista certi *mezzi speciali* dai quali, desiderandolo, viene aiutato a praticare con perfezione la carità.

8. - Il *primo mezzo* consiste nella speciale comunicazione a tutti i meriti, preghiere e buone opere, che vengono operate in tutta la Società della Carità, come pure nella partecipazione del tesoro delle sacre Indulgenze, delle quali è stata arricchita dal Sommo Pontefice Gregorio XVI, e che sono più sotto elencate.

9. - Il *secondo mezzo* consiste nella amicizia cristiana, che ogni Ascritto intende stringere con tutti i membri della Società, e che considererà come cari compagni nel servizio del Signore, e negli aiuti scambievoli che ad una cristiana amicizia conseguono.

10. - Il *terzo mezzo* consiste nella particolare cura e direzione spirituale, che gli Ascritti possono ricevere dai Superiori religiosi della

Società, qualora la desiderino, proprio in forza della speciale unione che insieme li aduna.

11. - Il *quarto mezzo* consiste nel maggior numero di opere buone che, associati insieme, potranno fare al loro prossimo.

IV. - ALTRI MEZZI E PRATICHE UTILI E NECESSARIE

12. - Vi sono poi alcune cose lodevoli, facendo le quali gli Ascritti opereranno secondo lo spirito della Società a cui appartengono e queste sono principalmente le seguenti:

13. - I. Che ogni Ascritto, potendo, intervenga con diligenza alle funzioni della propria parrocchia, sia premuroso verso il proprio parroco e si tenga pronto anche ad assisterlo, dove può, cooperando (in modo interamente umile e subordinato) al fine del ministero parrocchiale, che è la salvezza eterna dei parrocchiani e in generale la carità verso i medesimi;

14. - II. Che procuri di fare ogni giorno un po' di meditazione sulle eterne verità, di udire la S. Messa, di esaminare la propria coscienza, e di leggere qualche brano del Vangelo, o del libro dell'Imitazione, o di qualche altro che tratti di materie spirituali;

15. - III. Che frequenti con devozione i Santi Sacramenti della Penitenza e dell'Eucaristia;

16. - IV. Che procuri di fare annualmente i santi Esercizi Spirituali.

17. - Questi sono altrettanti *mezzi* utili per ottenere la virtù cristiana, ma la virtù stessa ne è il *fine*.

18. - Ogni Ascritto si studi dunque di rendersi esempio di virtù agli altri cristiani, mostrandosi loro veramente casto, sobrio, temperante, umile, non invidioso, non iracondo, benigno, compassionevole, sincero, leale, elevato e generoso in tutti i suoi sentimenti, come

deve essere il vero cristiano. Si sforzi l'Ascritto di praticare queste bellissime virtù prima nella propria famiglia e poi verso tutti egualmente gli uomini, ed infine in particolare verso i suoi confratelli membri dell'Istituto della Carità.

V. - DOVERI VERSO LA PROPRIA FAMIGLIA

19. - In quanto alla propria famiglia egli amerà di osservare le cose seguenti:

I. Ben lontano dal rendersi causa della minima discordia o dispiacere in famiglia, egli si comporterà come un angelo di pace e un ministro di puro amore, ponendo ogni sforzo per temperare il proprio carattere alla dolcezza e a rendersi paziente e compiacente nelle cose oneste, preferendo gli altri a se stesso, e cedendo volentieri anche quando è da parte sua la ragione, senza tuttavia mancare a quella fermezza che un padre di famiglia, o un marito, deve mostrare, quando vi è interessato il buon ordine e il bene dei suoi soggetti;

20. - II. Cerchi di controllare in se stesso le affezioni naturali, informandole colla *carità universale*, per la quale si amano gli uomini per Dio in Gesù Cristo suo Figlio;

21. - III. Sia sollecito, nel modo più conveniente al posto che occupa in famiglia, nel cooperare al bene spirituale degli altri membri; ma specialmente i genitori ascritti procurino di rendersi modello di diligenza nell'educare cristianamente la propria prole.

VI. - DOVERI VERSO TUTTI GLI UOMINI IN GENERALE

22. - Verso di tutti gli uomini indistintamente l'Ascritto si diriga secondo le seguenti norme:

I. Non ponga mai ostacolo a ciò che di bene altri propongono di fare, ovvero fanno; ma anzi si trovi sempre dalla parte di quelli che opi-

nano per il bene, pronto a fare egli stesso o a cooperare ad ogni buona azione ed impresa, di cui dalla divina Provvidenza gli venga presentata occasione;

23. - II. Non voglia solamente fare il bene, ma voglia anche farlo bene; perciò nell'esercizio delle buone opere non solo usi sempre dei mezzi *intemerati*, ma segua ancora l'*ordine* della carità;

24. - III. Ami il lavoro, dia esempio di attività, impiegando bene il suo tempo in quelle cose che raccomandò S. Paolo ai Filippesi: «*In conclusione, fratelli, tutto quello che è vero, nobile, giusto, puro, amabile, onorato, quello che è virtù e merita lode, tutto questo sia oggetto dei vostri pensieri*» (Fil 4,8).

VII. - DOVERI SPECIALI VERSO I CONFRATELLI DELL'ISTITUTO

25. - Fra di loro poi gli Ascritti:

I. Si considerino come condiscipoli nella scuola di Gesù Cristo e procurino di trattarsi con familiarità e semplicità evangelica, usando sempre i dovuti riguardi a quelli che fossero rivestiti di qualche autorità ecclesiastica o politica;

26. - II. Intervengano alle riunioni a cui fossero invitati dal Prefetto dell'Ascrizione e procurino di cooperare per le opere di carità che fossero in essa proposte, non meno col consiglio che con quei mezzi che si trovassero in loro potere;

27. - III. Qualora l'Ascrizione abbia un suo proprio oratorio o chiesa, dimostrino premura che essa venga officiata con decoro, fornendone volentieri i mezzi, ed intervengano quanto possono alle funzioni che vi si celebrano, soprattutto agli uffici per i confratelli defunti;

28. - IV. Conservino speciale relazione di cristiana amicizia col Superiore della Casa dell'Istituto a cui sono ascritti, e col Prefetto

dell'Ascrizione.

VIII. - DEL SODALIZIO INTERNO FRA CONFRATELLI

29. - Se alcuni degli Ascritti bramano unirsi insieme al fine di esercitare stabilmente qualche buona opera speciale, questa unione si chiama *Ristretto* o *Sodalizio*.

I sodalizi debbono essere comunicati al Prefetto della Congregazione ed approvati dal Preposito Generale.

È desiderabile, che sia prima di tutto formato il sodalizio dell'Oratorio, i cui membri hanno per scopo:

1° di aver cura del culto divino che si esercita nell'Oratorio della Congregazione;

2° di visitare gl'infermi della Società;

3° d'intervenire ai funerali degli Ascritti, o almeno di suffragarne le anime;

4° di recitare giornalmente qualche preghiera per ottenere a tutti i loro confratelli ascritti una buona morte.

IX. - INDULGENZE CONCESSE AGLI ASCRITTI DELL'ISTITUTO DELLA CARITÀ

La Santità di N. S. Papa GREGORIO XVI, con Breve del 26 marzo 1832, concesse a tutti i membri dell'Istituto della Carità le Indulgenze che seguono, nella forma consueta della Chiesa e prescritta dalla Santa Sede Apostolica:

1. Indulgenza plenaria per tutte le principali feste del Signore, e della B. V. Maria, e per quelle dei Ss. Apostoli Pietro e Paolo;
2. Indulgenza plenaria due volte il mese in giorno da scegliersi ad arbitrio;
3. Indulgenza plenaria *in articulo mortis*.

Colle Lettere Apostoliche poi del 20 settembre 1839, che incominciano: *In sublimi militantis Ecclesiae solio*, avendo approvato solennemente l'Istituto della Carità, egli concedette indulgenza plenaria in tutte le feste del Signore e di Maria Vergine, della S. Croce, di S. Michele Arcangelo, dei Ss. Apostoli e di Tutti i Santi a tutti i membri dell'Istituto stesso, che veramente pentiti, confessati e comunicati, visiteranno una pubblica chiesa ed ivi pregheranno per la concordia dei principi cristiani, l'estirpazione delle eresie e l'esaltazione della S. Chiesa: è similmente in articolo di morte, ricevendo i Sacramenti della Confessione e della Comunione, o non potendo, invocando il nome di Gesù colla bocca, o almeno col cuore.

***Massime di perfezione cristiana
adatte ad ogni condizione di persone.***

.....

Metodo di meditare

*Se la tua legge non fosse la mia gioia,
sarei perito nella mia miseria.*

Sal 118,92

PREPARAZIONE REMOTA

1. - La sera prima leggi una o due volte, attentamente, la materia della meditazione destinata al domani; e prevedi qual frutto ne potrai ricavare secondo il bisogno presente dell'anima tua.

2. - Andato a riposare, prima di prender sonno, ritorna colla mente su ciò che hai letto.

3. - Nello svegliarti la mattina, offri a Dio il tuo cuore e le tue azioni; quindi, allontanando ogni altra idea, rifletti innanzi a chi ti stai per mettere, rappresentandoti Dio come tuo Signore e Padre, Maestro, Giudice ecc; e sforzati d'eccitare in te affetti analoghi al frutto che desideri trovare nella meditazione.

PREPARAZIONE PROSSIMA

1. - *Preghiera* - Considera con fede viva, che sei alla presenza di Dio, e che egli vede tutte le tue azioni. Fa' quindi la preghiera di preparazione, per esempio:

Mio Signore e mio Dio! Io credo fermamente che tu sei qui presente, e che ti degni di occuparti di me. Io sono indegno di ricorrere a te; confidando tuttavia pienamente nella tua paterna bontà, ti prego di concedermi la grazia d'impiegare quest'ora, forse l'ultima di mia vita, a tua gloria e a mia sal-

vezza.

2. - *Preludi*. Basta l'impiegarvi due o tre minuti.

Nel primo rappresentati alla mente, come se lo vedessi con i tuoi occhi, il luogo in cui avvenne il fatto che vuoi meditare, o Gesù Cristo che t'insegna quella verità che stai per considerare.

Nel secondo chiedi il frutto della meditazione: *Dio mio! concedimi la grazia di ben capire il soggetto di questa meditazione, e come sia per me importante. Illumina il mio intelletto, muovi la mia volontà, e fa' ch'io riporti per frutto di questo santo esercizio ...* (esprimi qui il frutto proposto, per esempio l'orrore del peccato, la pazienza, o tale altra virtù che brami ottenere).

MEDITAZIONE

Consiste nell'esercizio della memoria, dell'intelletto e della volontà¹.

I. - La *memoria*. Proponiti tutta la materia da meditare facendoti questa domanda: - Quale verità, o quale mistero devo considerare? - Esponi allora questa verità, o questo mistero, come se lo raccontasti ad un'altra persona, ma: - 1° brevemente, quantunque con tutte le circostanze che l'accompagnano, per esempio: chi, qual cosa, quando? ecc. - 2° Sarà sovente ottima cosa il fare un atto di fede su questa medesima verità.

II - L'*intelletto* da principio considera; quindi fa l'applicazione.

1. - Rifletti su ciò che devi credere e operare, riguardo alla verità proposta; quali motivi di utilità, di necessità, di giustizia vi trovi, quali danni ne possono risultare qualora non te ne curi; cerca quale avviso daresti in questa materia al migliore amico, o ciò che vorresti

1. Sono i tre momenti che nella "*Lectio divina*" vengono chiamati: *lectio, meditatio, contemplatio*. [Ndr].

aver fatto in punto di morte. Interroga voi stesso: - Quale istruzione trovo io nella verità, o nel mistero presente, per correggere la mia vita? - Fanne esatta ricerca, e una volta trovatala, passa alla considerazione di alcuni motivi, o di alcune conseguenze atte a far decidere la tua volontà, come se volesti persuadere un'altra persona a metterla in pratica.

2. - È spesso utile il fare brevemente qualche *applicazione generale*, considerando quale condotta si tenga dalla maggior parte degli uomini riguardo a questa verità, e quale sia il tuo giudizio intorno a tale condotta. Siffatto giudizio l'applicherai a te stesso, se ti ritrovi nel novero di queste persone.

3. - Nell'*applicazione particolare*, ricerca ben bene qual valore tiene una verità così importante per la tua salvezza, quale è quella che mediti; se sei abituato a regolarti secondo ciò che ella insegna, oppure se la trascuri; osserva in che cosa l'hai trascurata e quanti danni te ne siano derivati. Riconosci la tua negligenza, i tuoi falli. Esamina la causa e prevedi ciò che per l'avvenire dovrai fare od evitare.

III. La *volontà*, che ha la consuetudine di tener dietro alla persuasione dell'*intelletto*, eccita santi affetti secondo la varietà della materia, della disposizione dell'anima e dei moti dello Spirito Santo. I seguenti affetti verranno sovente a proposito: 1° di confusione e di dolore; 2° di diffidenza di se stesso; 3° di confidenza nella divina bontà e nei meriti di Gesù Cristo; 4° di ringraziamento; 5° d'offerta di se stesso; 6° di sacrificio di quanto impedisce o ritarda la santità o perfezione del proprio stato; 7° di rassegnazione in Dio per fare, o soffrire, o perdere ciò che a lui piacerà; 8° di preparazione ad incontrare avversità che si prevedono o si temono possibili ad accadere.

4. - La volontà fa risoluzioni ferme e seri proponimenti, fondati sopra motivi ragionevoli. È necessario però di discendere al particolare, per esempio: *lo fuggirò la tale occasione, io praticherò la tale virtù, in tale incontro, con tali mezzi, ecc.*

5. - Andrai facendo colloqui, quando ti sentirai inclinato a farne, soprattutto verso la fine della meditazione. Il colloquio è un trattamento familiare e rispettoso con Dio, nel quale noi lo lodiamo, gli rendiamo grazie, e gli domandiamo qualche favore, prendendo ora la qualità di figli, ora quella di servi, ora di amici, ecc. Il colloquio può ancora indirizzarsi a Gesù Cristo, alla S. Vergine, ed a qualunque altro Santo. Finirai con un Pater ed Ave.

VERIFICHE DOPO LA MEDITAZIONE

1. - Esamina brevemente il buono o cattivo successo della tua meditazione, e la causa di quest'ultimo:- considera quali lumi hai avuto e quali proponimenti hai fatto.

2. - Offri a Dio le tue risoluzioni, ringrazialo, o chiedigli perdono, ed implora il soccorso della Ss. Vergine; o di qualche altro Santo.

3. - È bene il notare in breve per scritto i principali lumi ricevuti, ed i proponimenti formati.

Osservazioni.

1. - È bene fermarti su quei punti della meditazione, in cui provi una particolare divozione, finché ne sarai pienamente soddisfatto. Usa questa santa pratica per rinforzarti in qualche virtù, o per estirpare qualche vizio.

2. - Sarà anche bene l'ascoltare qualche volta in silenzio ciò che il Signore vorrà farti conoscere, e pregarlo con queste parole del Profeta: *Ascolterò con il cuore quanto dice il Signore.*

3. Scegli quella positura del corpo in cui spera di ricavare il frutto desiderato della meditazione; ma nell'esercizio della volontà, quando ti tratti in pii affetti, è conveniente lo stare con maggior rispetto, che quando non fai altro che considerare od esercitare

l'intelletto.

TAVOLA DEL METODO PRECEDENTE

Preparazione remota	<ol style="list-style-type: none">1. Preparare la materia.2. Ripassarla prima d'addormentarsi,3. ed alla mattina appena svegliato.	
Preparazione prossima	<ol style="list-style-type: none">1. Presenza di Dio.2. Preghiera di preparazione.3. Preludi.	
Meditazione	1. La memoria propone la materia da meditarsi.	
	2 L'intelletto	<ol style="list-style-type: none">1 La considera.2. L'applica generalmente.3. L'applica particolarmente.
	3. La volontà	<ol style="list-style-type: none">1. Si esercita in pii affetti.2. Fa proponimenti.3. Si trattiene in santi colloqui.
Verifiche	<ol style="list-style-type: none">1. Esame.2. Rendimento di grazie.,3. Notare brevemente per scritto.	

ESEMPIO

Il paragone seguente dimostra che tutti sanno meditare e che il metodo proposto è conforme al procedere naturale dello spirito umano.

Un negoziante viene a sapere per mezzo di un amico o d'una corrispondenza, che alcune merci sono in vendita (ecco la materia della meditazione che si sente e si legge). Rientrando quindi in se stesso, raccogliendosi, figurandosi pure di vedere la cosa coi propri occhi (ecco la preparazione prossima, i preludi), richiama alla sua mente, che tali merci aventi tali qualità sono in vendita nel tal luogo (ecco la memoria).

Può quindi, se gli piace, considerare attentamente le qualità di queste merci, i differenti usi che se ne possono fare, i motivi atti ad indurlo all'acquisto, il felice esito che ne seguirà, il guadagno che starà per ottenere (ecco l'intelletto il quale considera). Riflette che molti altri negozianti hanno già approfittato d'una così bella occasione, che il guadagno è stato grandissimo e si sente internamente mosso a lodarli (ecco l'applicazione generale). Può considerare che per sua colpa è stato negligente nel conoscere più presto quest'occasione e approfittarne, quantunque egli avesse danaro o se ne potesse procurare presso dei suoi amici; considera quali perdite gli siano state cagionate da questa negligenza e come arrecherà rimedio al male, come spianerà gli ostacoli, se ve ne sono e quali mezzi impiegherà (ecco l'applicazione particolare).

Si confonde alla vista della sua negligenza, se ne pente, propone di porvi riparo senza indugio e conclude di impiegare tal somma di danaro a comperare tale quantità di merci, in tale occasione, in tal tempo (ecco l'applicazione particolare, gli affetti ed i proponimenti spiegati minutamente). Espone le sue risoluzioni ad un protettore o ad un amico (sarà questo il colloquio); e potrà infine esaminare, se abbia riflettuto bene su di questo affare e confermare le sue determinazioni (e questi saranno le verifiche).

Proponiti al posto di questo affare, una verità di salute eterna, segui il procedere del negoziante, implorando la grazia di Dio e mediterai bene.

ANNOTAZIONE

Benedetto XIV colla sua Costituzione *Quemadmodum*, del 16 dicembre 1746, a tutti quelli che si impegneranno ad insegnare, od imparare il modo di fare meditazione, ogni qualvolta lo faranno e pentiti si comunicheranno, concesse 7 anni d'indulgenza e 7 quarantene.

A quelli che in questo si eserciteranno assiduamente, e similmente pentiti dei loro peccati s'accosteranno alla S. Comunione, in un giorno da eleggersi una volta al mese ad arbitrio di ognuno, concesse l'indulgenza plenaria, la quale dichiarò potersi applicare alle anime del purgatorio.

Il medesimo Pontefice, e colla stessa Costituzione *Quemadmodum*, a quelli i quali almeno per un quarto d'ora in tutti i giorni, e durante tutto il mese, si tratterranno a fare meditazione e pentiti dei loro peccati e confessati s'accosteranno alla S. Comunione, concesse pure una volta al mese, in giorno da eleggersi ad arbitrio, indulgenza plenaria, applicabile alle anime del purgatorio.

Esercizio dell'esame di coscienza

DELL'ESAME GENERALE QUOTIDIANO

Questo *Esame* è molto raccomandato ed usato dai Santi, come mezzo importantissimo a *purificare* l'anima, camminare verso la perfezione, ed *assicurare* la propria salvezza.

L'anima si *purifica* conoscendo le radici interiori dei nostri vizi per reciderle; notando le *occasioni esteriori* delle nostre cadute per fuggirle; e dolendoci dei nostri *peccati* e *difetti*, onde nascono i *propositi* e le *diligenze* per *emendarli*. Tutto ciò si ottiene grazie a questo esame, poiché le *radici* interiori dei vizi si svelano, vedendo peccati e mancanze, nei quali ordinariamente e frequentemente cadiamo, il che non può ottenere chi non s'esamina; come colui che stando abitualmente fuori di casa sua, non sa quello che in essa si fa. Le *occasioni esteriori* si avvertono per evitarle, notando colla riflessione le volte che in quelle intoppiamo, per non tornar di nuovo ad urtarvi. Di questa cautela sono privi coloro che non s'esaminano, né osservano con riflessione le cause ed occasioni delle loro cadute; laonde altre e molte volte senza riguardo tornano ad urtare in quelle ed a ricadere. Il *dolore* dei peccati ed i *propositi* e le *diligenze* per emendar-sene si risvegliano in questo esame con la considerazione della loro bruttezza e malizia, e di tutti gli altri mali che apportano con sé.

Verso la *perfezione* si cammina ripulendo continuamente l'anima dall'immondezza dei vizi, estirpando le loro radici, affinché non tornino a pullulare, piantandovi le virtù e coltivandole in modo che ogni giorno vengano maggiori, più belle e più libere da imperfezione. Il che tutto si fa con questo esame, simile ad una scopa con cui ogni giorno si netta l'anima abitata da Dio, e ad un utensile con cui in questo giardino di sue delizie ogni giorno si estirpano le erbe cat-

tive e si piantano, coltivano e perfezionano le buone.

La *salvezza* si assicura con lo stare sempre in grazia di Dio; e se per sventura l'uomo la perde, con il cercarla e ricuperarla senza ritardo. Il che si fa con l'atto di contrizione, che è una delle parti, e molto principale, di questo esame. Quando non apportasse altro bene che questo, il farlo come si deve due volte al giorno, od almeno una volta alla sera prima di coricarsi, questo stesso sarebbe un bene inestimabile, perché molti per mancanza di contrizione si sono perduti, mettendosi a dormire la sera in peccato e trovandosi la mattina nell'inferno.

Quale cristiano in cui vive la fede, sapendo di essere in cattivo stato, oserà, non dico di mettersi a dormire, ma di stare un'ora sola senza uscir da quello almeno per mezzo della contrizione, mentre la morte lo può cogliere all'improvviso, come ha fatto di tanti? Chi, sapendo che il ladro o il suo nemico capitale sta in casa, si metterà a dormire spensieratamente senza procurare prima di cacciarlo via? Questo ladro, questo nemico è il peccato mortale e con lui il demone, che abitano l'anima di colui che peccò; coll'atto di contrizione può, se vuole, cacciarli fuori, ricuperando insieme la grazia e l'amicizia di Dio perduta, e sarebbe pazzia il non farlo subito senza dilazione.

Per conseguire tutto quanto detto sopra sono necessari gli aiuti efficaci della divina grazia; e questi si ottengono proprio con tale esame per mezzo del rendimento di grazie e della preghiera, che ne sono due parti, e come due chiavi con cui si apre la fonte delle divine misericordie, affinché senza impedimento scorra a noi con abbondanza.

La formula di questo esame generale contiene cinque punti:

- I. Posti con molta riverenza davanti a Dio nostro Signore, rendergli grazie per tutti i benefici che ci ha fatti, sia generali (come quelli della creazione, conservazione, redenzione e vocazione

alla S. Chiesa) che particolari e propri nostri; e così allo sterro modo per gli infiniti mali fisici e spirituali, dai quali ci ha preservati o liberati.

- II. Chiedere a Dio la grazia di riconoscere i nostri difetti e peccati di quel giorno, di dolerci con tutto il cuore sia di quelli come degli altri di tutta la nostra vita, e di proporre di non tornar più a cadere in quelli né in altri.
- III. Passare col pensiero di ora in ora, di luogo in luogo, di occupazione in occupazione, riconoscendo quello che in quel giorno abbiamo fatto di male con pensieri, parole ed opere, e similmente quello di bene.
- IV. Rendere grazie a Dio per il bene, e con umiltà e confidenza chiedergli perdono per il male commesso.
- V. Dolerci di cuore dei peccati, e proporre l'emendazione e, per suscitare una perfetta contrizione con cui deve terminare l'esame, considerare quanto è buono in sé Dio, quanto buono è stato con noi per i benefici che ci ha fatti, quanto cattivi siamo stati con lui per i peccati coi quali l'abbiamo offeso e dire col figliol prodigo: *Padre, ho peccato contro il Cielo e contro di te; non sono più degno di esser chiamato tuo figlio: ma a me Signore spiace di averti offeso, perché so chi sei e perché ti amo sopra ogni cosa: e propongo fermamente, con la tua grazia, di non volervi mai più offendere.* Si dirà poi il *Pater noster* ecc.

DELL'ESAME PARTICOLARE QUOTIDIANO DELLA COSCIENZA

I buoni desideri o propositi, che nella preghiera e negli altri esercizi spirituali l'anima sente, se non si mettono in pratica, sono come fiori che non maturano e rimangono senza frutto. Poiché però tali propositi ordinariamente hanno oggetti universali, e l'esecuzione ed azione non può essere se non di cose singolari; è necessario che vi

sia uno speciale esercizio totalmente pratico ed esecutivo, che mirando alle singole cose proposte, si occupi tutto nella esecuzione di quelle. Ma poiché l'eseguire è in sé più difficile che il proporre, e il demonio suole porre nelle esecuzioni nuovi impedimenti ed aggiungere nuove difficoltà, conviene che la materia di questo esercizio sia una cosa sola, affinché fatta convergere a ciò l'attenzione, la sollecitudine e le altre forze dell'anima, meglio e più brevemente si possa realizzare la sua esecuzione.

Questo esercizio speciale è l'*esame particolare* che insegnò S. Ignazio; la cui materia od il cui compito è di sradicare dall'anima alcun *vizio o difetto particolare*, o piantare in essa alcuna *virtù particolare*. Quanto ai vizi, ciascuno deve cominciar da quello che in lui più predomina. o vince; e superato questo, passare ad un altro, è poi ad un altro finché, superati in qualche modo già tutti, sembra giunto il tempo di occupare questo esame per piantare le virtù, anch'esse ad una ad una, conformemente all'ordine che tengono per utilità o dignità.

La formula di quest' esame particolare si riduce a quattro punti:

- I. La mattina, tra le prime cose, mi proporrò efficacemente di non cadere sino a mezzogiorno in quel peccato o difetto sopra il quale mi esamino, chiedendo a Dio grazia per ciò.
- II. Metterò durante il giorno una particolare diligenza per non cadere. E se per inavvertenza o per fiacchezza cado, mi alzerò subito con dolore e con proposito di non cadere più; come il cavallo generoso, che se intoppa o cade, subito si alza e corre con maggior lena. E per memoria della caduta farò un segno, con cui io m'intenda, senza che se ne accorgano gli altri. E tutte le volte che io cadrò, farò la stessa cosa. Si potrebbero appuntare queste cadute nella corona o in altra cosa simile che uno porta con sé per questo effetto.
- III. A mezzogiorno procurerò di esaminarmi e vedere quante volte

sono caduto; annotandole in un foglio, chiederò perdono a Dio con dolore di quelle, facendo un nuovo proposito sino alla notte; per il resto di quel giorno camminerò con particolare attenzione per non cadere. E se cadrò, farò la stessa cosa della mattina.

- IV. La sera mi esaminerò di nuovo come ho fatto a mezzogiorno e con gli stessi atti; avendo poi annotato nello stesso foglio le cadute pomeridiane, le confronterò con quelle della mattina. Similmente farò nei giorni seguenti, paragonando le cadute di un giorno con quelle d'un altro, e poi quelle di una settimana con quelle d'un'altra, e quelle d'un mese con quelle d'un altro. E se vedo che vado facendo profitto, ne renderò grazie a Dio; e se invece no, non per questo mi perderò d'animo, ma dovrò adoperarmi con maggior efficacia; per riportarne più sicuramente la vittoria, oltre il chiederlo a Dio con fermezza, m'imporrò qualche penitenza e lo farò ogni volta che cado.

Chi non potrà fare questo esame due volte al giorno, lo faccia almeno una volta la sera insieme coll'esame generale. E la pratica prescritta per sradicare un vizio si ha proporzionalmente da osservare per piantare una virtù.

DELLA CONFESSIONE GENERALE

Quando si sa, o prudentemente si teme che alcuna delle confessioni passate non sia stata fatta bene per difetto d'integrità, o di dolore, o di proponimento, la confessione generale di tutto quel tempo è necessaria. E sebbene non sia necessaria quando tutte le confessioni passate si possono giudicar buone, è però utilissimo il farla almeno una volta di tutta la vita; ed a chi l'avesse già fatta, dall'ultima generale; e ciò specialmente in tempo dei santi Esercizi, quando per

una maggior consapevolezza dei peccati, maggiore è il dolore. Ma non deve l'Esercitante trattare di quella, finché il Padre Spirituale non l'avvisi, al fine di non disturbare coi suoi esami gli altri esercizi, ed così non s'impedisca il totale intento che con questi si pretende.

Vita Cristiana in quattro parole: Fare, Tacere, Patire, Pregare

FARE con diligenza gli obblighi del proprio stato.

PATIRE volentieri le tribolazioni interne ed esterne, che Iddio in qualsivoglia modo ci manda.

TACERE i difetti del prossimo, i disgusti ricevuti, ciò che ridonda in propria lode e reputazione, e tutte le parole oziose.

PREGARE Iddio Padre nostro celeste incessantemente; invocare nelle fatiche, nelle tentazioni, nel principio, nel fine delle nostre opere Gesù e Maria; domandarne ogni grazia nei loro doni, e particolarmente l'aumento della fede, speranza e carità per sé e per tutti gli altri.

Orazione di S. Tommaso d'Aquino per il conseguimento della virtù

O Dio onnipotente, che conosci tutte le cose, e sei senza principio e senza fine, datore di ogni bene, che conservi e ricompensi ogni virtù, concedimi di stabilirmi sopra il solido fondamento della fede, di proteggermi sotto lo scudo inespugnabile della speranza, e di adornarmi colla veste nuziale della carità. Fa' che io viva sottomesso a te per la giustizia, che mi guardi colla prudenza dalle insidie del diavolo, che mi tenga colla temperanza sulla diritta via, che tolleri pazientemente colla fermezza le avversità.

Concedimi, che del bene che io ho ne faccia parte a chi non ne ha e il bene che mi manca umilmente lo ricerchi da chi lo ha; che con sincerità riconosca le colpe da me commesse, e di buon animo sopporti il male che mi accade di dover soffrire; che io non abbia invidia

del bene del prossimo, e dei beni da te distribuiti ma sempre ti renda grazie; che io osservi sempre la modestia e buona regola nel vestire, nel camminare, nel muovermi; che tenga a freno la lingua dai vani discorsi, i piedi dai passi inutili, gli occhi dagli sguardi curiosi e gli orecchi dalle superflue novità; che io porti la fronte per umiltà dimessa, e la mente sollevata alle cose celesti; che disprezzando i beni transitori, te solo desideri; che io renda onore ai Santi, e te degnamente lodi; che io vada sempre avanti crescendo nel bene, e porti a termine le buone opere con una santa fine.

Semina, o Signore, in me le virtù, affinché io sia devoto nelle cose di Dio, provvido nei doveri verso il prossimo, e non sia di peso a nessuno nei bisogni del mio corpo. Dammi, o Signore, una fervente contrizione, una sincera confessione ed una perfetta soddisfazione. Degnati di ordinare il mio cuore sicché io faccia quello che conviene, e che sia a me di merito, e di edificazione al prossimo. Concedimi che non mi piacciono mai quelle azioni che si fanno per stoltezza, e sempre rifugga da quelle che si eseguono con accidia; che non m'affretti a cominciare prima del tempo le cose che devo fare, né abbandoni quelle già intraprese prima di condurle al loro termine. Così sia.