

LA MEDITAZIONE NELLA TRADIZIONE SALESIANA DELLE ORIGINI

MANOSCRITTO BARBERIS DEL 1875 dal quaderno delle istruzioni ai novizi

La meditazione consta di tre parti, 1° preparazione, 2° meditaz. propriam. detta, o i punti della meditaz. e 3° Conclusione.

A. PREPARAZIONE:

1. PROSSIMA

- 1.1. Preparare la sera precedente i <punti> e fissare la grazia da chiedere nel Preludio.
- 1.2 Pensarvi brevemente prima di addormentarsi fissando l'ora della sveglia.
- 1.3 Ripensarvi appena svegliati.

2. IMMEDIATA:

- 2.1 Avanti il luogo ove si deve meditare, sostare un momento e mettersi alla presenza di Dio; fare un atto, se possibile anche esteriore, di Adorazione.

2.2 ORAZIONE PREPARATORIA.

2.3 – PRELUDI.

2.3.1 PRELUDIO STORICO: richiamare brevemente il fatto su cui si medita. (Si omette quando si mediti su verità teoriche).

2.3.2 PRELUDIO IMMAGINATIVO O COMPOSIZIONE DI LUOGO: immaginare il luogo ove si svolge il fatto; si supplisce, se si può, con altra immaginazione, quando la Meditazione non è su di un fatto.

2.3.3 PRELUDIO DI PETIZIONE: domandare la grazia in cui consiste il frutto della Meditazione.

B. CORPO DELLA MEDITAZ.

Per ogni punto:

1. ESERCIZIO DELLA MEMORIA

Richiamare le parti della materia da meditare e quasi scorrerle con l'occhio della mente.

2. ESERCIZIO DELL'INTELLETTO

Riflessioni: Fare propria, approfondendola, la materia della Meditazione. Applicazioni: Se ne traggono le conclusioni pratiche per la propria condotta e si prevedono i mezzi da usare.

Preparazione. Altra è remota, altra è prossima.

Preparazione remota a) Dicesi remota la preparaz. che si fa prima di trovarci nel luogo e nel tempo della meditaz. S. Ignazio prescrive ai suoi che già la sera antecedente ciascuno si prefigga i punti della medit. E sarebbe buona cosa che noi pensassimo già anche un istante andando a dormire al punto della meditaz. che faremo il domani, anche senza leggerli la sera antecedente noi possiamo dall'ordine della materia arguire il soggetto pel domani. Al mattino poi non divagarci nulla nulla; non chiacchierare né ridere; né far lo sbadato; ma nel levarci nel pulirci nel venire al luogo della meditaz. pregare o pensare cose buone¹.

Preparazione prossima. b) La preparazione prossima comprende tre atti.

1° Porci alla presenza di Dio. Se siamo in chiesa avanti al Sacramento non abbiamo a figurarci cosa astratta mentre abbiamo Dio realmente presente nel Suo Sacramento. Se non si è in chiesa ci immagineremo o meglio procureremo di ricordarci di essere avanti a quel Dio che dovrà giudicarci. E qui converrà fare atto di fede nella sua presenza di adorazione alla sua divina Maestà di pentimento per averlo già tante volte offeso epperciò esserci resi degni delle sue grazie, e persino indegni di stare alla sua presenza².

2° Fare la posizione del mistero, cioè prefiggerci il mistero che si occorre meditare, così in breve con una veduta generale³;

e questo bisogna porcelo avanti gli occhi sensibilmente; figurarci di vedere proprio co' nostri propri occhi presenti avanti a noi quelle persone o quelle azioni attorno a cui meditiamo; p. es. se si medita l'inferno figurarci di vederlo come gran fornace infuocata, e noi li presso sull'orlo per cadervi dentro; se qualche punto della passione, figurarci di veder Gesù sofferente da una parte; dall'altra i giudei ecc. Così molto più raramente vengono le distrazioni⁴.

Terza cosa che si deve fare nella preparazione si è di raccomandarci a Dio, alla B. V. angeli e santi che ci ajutino essi a far bene la meditazione. Tutte queste cose si possono fare brevemente quando si ha la pratica, in 3 minuti⁵.

I punti o corpo della meditazione

Finita la preparazione si deve venire al corpo della meditazione cioè a riflettere, o ponderare qualche mistero della nostra S.ta Religione o qualche punto della vita di N. S. G. Cr. In pratica ordinariamente dopo fatta la preparazione sia prossima si legge un punto nel libro poi ci soffermiamo alquanto a meditarvi sopra. Qui sta la parte più difficile della meditazione; poiché non è cosa tanto facile il tener la mente raccolta in quel momento; e poi non si sanno come occupar bene quei ritagli di tempo. Questo è quello che desidero più che tutto di spianarvi in quest'oggi. Gli scrittori ascetici dicono che vi son varii atti a fare che cioè bisogna applicare al punto di cui si fece lettura, l'intelletto, la memoria, la volontà, e la preghiera⁶.

1° **L'intelletto e la memoria** pensando al mistero stesso, e ripetendolo nella nostra mente, quasi recitando tra noi il punto udito a leggere, poi accrescerlo con notarne le circostanze. Cioè per sviscerare l'argomento perciò che riguarda l'intelletto e la memoria bisogna **immaginarsi presenti** al mistero e considerare, le persone, le azioni, le parole, che intervengono o si dicono ponderando quel mistero⁷. 1° Le persone p. es. Gesù Dio d'infinita maestà, sì grande, sì potente, eppure che patisce, che soffre; i giudei e carnefici, gente vile, abietta, i quali non pertanto osano maltrattare il datore d'ogni bene, così permettendolo Iddio per castigare i miei peccati; 2° Le azioni p. es. in Gesù in ricevere la flagellazione dandosi tutto umile, senza annoverarsi o lamentarsi; né Giudei che battono spietatamente, p. es. in Gesù che monta al Calvario, tutto piegato,

¹ Cf. IGNACIO DI LOYOLA, *Esercizi spirituali*, nn. 73.74.78.80.

² Cf. IGNACIO DI LOYOLA, *Esercizi spirituali*, n. 74.

³ Cf. IGNACIO DI LOYOLA, *Esercizi spirituali*, n. 102.

⁴ Cf. IGNACIO DI LOYOLA, *Esercizi spirituali*, nn. 112. 201.

⁵ Cf. IGNACIO DI LOYOLA, *Esercizi spirituali*, nn. 91. 104. 193 ecc.

⁶ Cf. IGNACIO DI LOYOLA, *Esercizi spirituali*, nn. 49-50.

⁷ Cf. IGNACIO DI LOYOLA, *Esercizi spirituali*, nn. 194-197.

insanguinato, curvo sotto il peso della croce; nei giudei che lo guardano con disprezzo, lo beffano, lo minacciano, nelle pie donne che piangono e vengono ad abbracciarlo, ad asciugargli i sudori, le parole p. es. a queste pie donne il Div. Salvatore tutto pieno di amorevolezza dice: *filae jerusalem, nolite flere super me...* ponderando parola per parola. Applicando in questo modo l'intelletto e la memoria difficilm. si avran distrazioni.

3. ESERCIZIO DELLA VOLONTÀ

Affetti: Sono i pii sentimenti (di adorazione, lode, amore, pentimento, suscitati in noi dalle riflessioni. - Si fanno lungo tutta la Meditazione, più specialmente in fine, Propositi: Pratici, particolari, relativi al presente, umili.

2° La **volontà** cioè far piegare la volontà a buoni proponimenti. Gli scrittori ascetici dicono che non bisogna cambiare tutti i giorni i proponimenti, chi vuol far troppo ottiene nulla; è da prefiggersi già prima il frutto che vogliam ricavare dalla meditazione e far vedere il proponimento su quel punto. Ciascuno, per nostra disgrazia, ha dei difetti, e specialmente un difetto dominante; poi s'accorge che specialmente manca d'una qualche virtù necessaria al suo stato. Or costui deve procurare ad ogni meditazione di far piegare la volontà a questo; considerando ad es. che G. Cr. patisce tanto per me voglio assolutam. emendarmi da questo o quell'altro vizio che furon cagione di dolori di Gesù.

Con tutte queste avvertenze però di applicare l'intelletto, la memoria, la volontà al mistero che si medita conviene alle volte che uno si trova arido e senza pensieri; allora non è da star li a far nulla; ma si preghi, anzi anche quando si avrebbe tra mano materia molto da meditare si preghi fervidissimamente per qualche istante, con affetti e sospiri e se pure questi mancano allora ricorreremo alla regola (che il P. Bruno lepidamente ci dava a Lanzo⁸: si faccia come faceva) di quel tale che quando non poteva tener bene la mente raccolta né meditare stava li con tutta umiltà, e figurandosi alla presenza del Signore diceva: Signore, che limosina *Giuvanin à le si*. Così il Signore non ci lascierà andar via vuoti dalla meditazione. E questo è un punto su cui insiste tanto S. Alfonso che si preghi ferventemente nella meditazione, si facciano affetti e sospiri; e come dice S. Ignazio, *colloquii*⁹ poiché dice, a che mi giova l'aver ponderato ben l'inferno ad es. e promesso di non volerci andare, perciò di non far più quelle tal opere cattive, se insieme non domando istantemente al Signore la grazia di star costantem. lontano da quelle cose? Noi possiamo seminare, ed erigere; ma la semente marcirà prima di nascere o non porterà frutto se G. C. non gli dà esso l'incremento.

Così adunque si applicano **l'intelletto, la memoria, la volontà e gli affetti** o preghiere ponderando il primo punto; intanto il lettore leggerà il secondo e si ripeteranno le stesse operazioni, così pure dopo il 3° e via dicendo. Ma per ottener proprio questa applicazione ci vogliono degli sforzi specialmente per coloro che sono novizi nell'arte del meditare. Avete udito dire le tante volte del raccoglimento di S. Luigi¹⁰, come cioè egli era sempre senza distrazioni; che anzi interrogato quanto tempo, in 6 mesi nelle preghiere e meditazioni fosse stato divagato confessò candidam. che tutto al più, mettendo insieme la durata di tutte le distrazioni che ebbe in que' sei mesi, avrebbero occupato il tempo che si mette a recitar l'Ave Maria. Alcuno dice: oh potessi anch'io esser così, oh che consolazione! Bisogna che sappiamo che S. Luigi per venire a questo punto si fece tanti e tantissimi sforzi da giovane. Si proponeva di voler meditare un'ora intiera senza pensar ad altro; se in quel tempo si divagava, ed egli a ricominciare, ed alcune volte durava buona parte della notte prima che ci riuscisse. Ma in questo modo si vinse.

Conclusione

COLLOQUIO

Discorso con Dio (o N. S. o la Vergine), in cui si chiedono grazie e si comunicano le cose proprie; può essere intercalato nella Meditazione; non deve mancare in fine.

PREGHIERA VOCALE Breve (Pater, Ave, Anima Christi,).

D. DOPO LA MEDITAZIONE

ESAME sullo svolgimento della Meditazione.

PRENDERE NOTA delle illustrazioni e mozioni avute.

Terza parte della meditaz. e la conclusione. Consiste in 3 atti 1° Prendiamo qualche buona risoluzione e cerchiamo il modo di metterlo in pratica, o come dice **S. Francesco di Sales**, facciamo il mazzetto spirituale. Il nostro santo insiste molto su ciò come sulla parte più importante della meditazione. Questo mazzetto spirituale sta nel cercare nel nostro cuore il difetto principale e proporre assolutam. di vincerlo; poi quali sono le virtù che più ci mancano, delle quali abbiamo più bisogno nel nostro stato; e procuriamo di ornarcene il cuore... come già dissi di sopra.

2° Ringraziare il Signore dei lumi che ci ha comunicati in quella meditazione.

3° Esaminiamoci un istante se abbiam fatto il possibile per far bene questa meditazione, se no domandiamo perdono a Dio promettendo maggior diligenza per l'avvenire.

Facendo in questo modo spero che anche noi potremo ottenere dalla meditazione quei frutti che vi ricavava un Luigi da Ponte, un Granata, un S. Bernardo, S. Luigi ecc. che cioè dopo di essa si sentivano tutti accesi d'amore pel Signore; non sentivano più gusto per nessuna cosa terrena, si mostravano pronti a fare qualunque cosa, anche la più difficile, anche a subire il martirio, per amore del Signore, o piuttosto di offenderlo fosse pure in cose piccolissime.

⁸ Si tratta del Padre Bruno della congregazione di San Filippo Neri, di cui si parla in MB v. 12, p. 475.

⁹ Cf. IGNATIUS OF LOYOLA, *Esercizi spirituali*, nn 53-54.

¹⁰ Il riferimento a San Luigi Gonzaga è costante nella tradizione salesiana delle origini. San Luigi venne scelto da Don Bosco, insieme a San Giuseppe e a San Francesco di Sales, tra i patroni principali della congregazione (cf. BOSCO G., *Costituzioni*..., cit., p. 111).