



## L'umiltà del cuore e della vita

**S**e vuoi progredire nel cammino della perfezione, non tenerci troppo a certi punti di onore. Non puoi mettere d'accordo il punto di onore con il tuo profitto spirituale. Se vuoi avanzare nella virtù distaccati dal tuo onore, né credere di essere obbligato a difenderlo. Se ci tieni all'onore del mondo, difficilmente sopporterai le umiliazioni.

Tieni presente la massima di Santa Teresa: *«Si ottiene di più in un solo giorno col disprezzare per amore di Dio ogni propria dignità, che non in dieci anni coltivandola»*.

L'attaccamento all'onore è una catena che nessuna forza può rompere. Solo Dio può spezzarla, ma Egli vuole essere coadiuvato da te con preghiere e sforzi. Calpesta i tuoi punti di onore e offrirai a Dio un graditissimo sacrificio.

Non preoccuparti di chi vuol toglierti l'onore. La radice della reputazione è la bontà della vita e finché questa sarà in te, può sempre riprodurre l'onore che le è dovuto. Metti la tua reputazione nelle mani di Dio: non c'è posto più sicuro. Gli

spiriti elevati e coloro che aspirano alla virtù non si curano degli onori. Un granello di umiltà vale più di una montagna di onore!

Se sarai animato da vera umiltà non ti preoccuperai del giudizio degli altri sul tuo conto; riterrai anzi che essi, per quanto pensino male di te, pensino sempre troppo bene, né attribuirai gli affronti alla loro cattiveria ma ai tuoi demeriti.

Ben dovremmo vergognarci di tenerci tanto al nostro punto di onore quando Dio si è sottomesso al disprezzo e alla condanna degli uomini! Come puoi dire di amare Gesù se non sai sopportare un disprezzo per amor suo che ne ha sofferti tanti per te? Come non potrai amare i disonori vedendo Gesù disprezzato? Non cercare la ragione degli oltraggi. Che ragioni c'erano perché Gesù venisse crocifisso?

Se sarai disprezzato per causa di Gesù, rallegrati, poiché sarai suo vero discepolo e la tua infamia si tramuterà in gloria (cf. Mt 5,11).



Caro amico, **non trascurare l'umiltà del cuore.** Sforzati di combattere i più piccoli difetti e, sentendoti debole, non ti vanterai delle virtù che eserciti. Trema per la tua debolezza e conserverai con umiltà il bene in cui sei forte.

Sérviti delle virtù che hai per riflettere su quelle che ti mancano, e delle virtù che non possiedi per

custodire umilmente quelle che hai. Umiliati per il dono che non hai, per non insuperbirti di quello che hai. Piangerai quello che sei, solo quando avrai potuto sentire interiormente quello che non sei.

Dio permette che tu abbia difetti, pur possedendo delle virtù, perché dal bene che cerchi e non riesci a raggiungere impari a conservare nell'umiltà quello che possiedi. Se non ti meravigli della tua debolezza sei sulla via della vera umiltà. Se ti mostri umile per il bene che fai, se ti confessi di essere peccatore e ti difendi quando vieni corretto delle tue colpe, la tua umiltà è solo un pretesto per ricevere onore.

Non crederti santo se fai cose grandi, poiché se la protezione divina ti abbandona, cadi senza forze proprio in quelle cose delle quali ti gloriavi.

Le cose grandi che credi di fare, le riterrai minime se le confronterai con gli esempi dei santi. **Se trascurerai l'umiltà del cuore perderai l'integrità del corpo.** Il veleno della libidine nasce dalla radice della superbia, mentre l'umiltà della mente custodisce la castità della carne.

Non gonfiarti per la tua scienza e non voler essere un dottore arrogante. Se non sarai umile, la gloria della tua scienza accecherà l'occhio della tua fede. Dio sopporta più facilmente l'umile che pecca per debolezza di colui che superbamente contempla le cose sublimi.

### **Sii semplice di cuore, ma ricco di spirito.**

Esprimi liberamente il tuo pensiero, ma nel modo più rispettoso, per non guastare con espressioni superbe quello che rettamente puoi aver pensato. *Vedi che il tuo zelo non sia superbia e la tua umiltà non sia paura.*

Se stai in piedi guarda di non cadere, la tua caduta sarebbe tanto più grave quanto più eri virtuoso prima di cadere (cf 1Cor 10,12) come l'acqua confluisce nelle valli, così la grazia dello Spirito Santo scende sugli umili. Come la superbia è il principio di ogni peccato, così l'umiltà è il principio di ogni virtù; la superbia è vuota, l'umiltà è fruttuosa; la superbia conduce alla perdizione, l'umiltà è segno di predestinazione; la superbia è stoltezza, l'umiltà è grande sapienza. Con l'umiltà sconfiggerai il principe di questo mondo. Un atto di umiltà, per il demonio, è come il cenno di raccogliere una pietra per un cane ringhioso.

L'umiltà è custode della virtù, il vento della superbia porta via ciò che la virtù ha radunato. Chi accumula virtù, senza umiltà, è come se offrisse polvere al vento.

Caro amico, per giungere alla fede è necessario accogliere la luce con umiltà. Essa è la salvaguardia della fede, la superbia ne è il tarlo roditore.

**L'umiltà è madre e maestra di tutte le virtù.**

**Frutto dell'umiltà è il timore di Dio. Dove c'è umiltà, ivi c'è carità. Il più piccolo atto di umiltà vale più delle visioni e delle rivelazioni.**

Se sarai grande per le tue opere, cerca di esserlo ancor più nell'intimo della tua anima per l'umiltà del cuore. Semina sempre senza voltarti indietro. E quando avrai compiuto tutto il bene che ti sarà possibile, di' a te stesso «Sono un servo inutile; ho fatto quello che dovevo fare» (Lc 17,10).

Se non avrai l'umiltà del cuore, il luogo non varrà a nulla per la tua santificazione. Agli angeli superbi e ribelli non è servita l'abitazione del cielo.

Impara l'umiltà direttamente da Gesù: Egli «pur essendo uguale a Dio, spogliò se stesso assumendo la condizione di servo» (Fil 2,7). Compi il bene ma nel nascondimento «e il Padre tuo che vede nel segreto ti ricompenserà» (Mt 6,4). Gesù a Nazaret nascondeva la sua divinità, e tu che virtù hai da nascondere?

La vera umiltà, più che frutto di tanti e raffinati ragionamenti, è un dono di Dio. Chiedi insistentemente nella preghiera al Signore questo dono.

***Signore Gesù, concedimi il dono dell'umiltà, simile a quella dei piccoli, perché sia fatto degno di essere annoverato nel numero dei tuoi eletti ai quali riveli la conoscenza del Padre*** (cf Mt 11,25-27).

a cura di Padre Franco