



UNIVERSITÄTS-
BIBLIOTHEK
PADERBORN

Universitätsbibliothek Paderborn

Introdvttione Alla Vita Divota

François <de Sales>

Venetia, 1658

Della Tristezza. Cap. 12.

urn:nbn:de:hbz:466:1-9981

Se voi potete scuoprire la vostra inquietudine à colui, che guida l'anima vostra, ò almeno à qualche confidente, e diuoto amico, non dubitate punto, che non restiate subito quieta, percioche la communicatione de' dolori del cuore fa l'istesso effetto nell'anima, che fa il cauar sangue al corpo di colui; che hà vna febre continua; questo è il rimedio de' rimedij auisar il suo figlio: Se tu hai qualche male nel cuore, dillo incontinentemente al tuo Confessore, ò ad alcuna buona persona, e così co'l conforto, ch'egli ti darà potrai leggiermente portare il tuo male.

Della tristezza. Cap. XII.

L *A tristezza secondo Dio, dice San Paolo, opera la penitenza per la salute; la tristezza del mondo opera la morte.* La tristezza dunque può essere buona, e cattiuu, secondo i diuersi effetti, ch'essa fa in noi. E vero, che ne fa più de' cattiuu, che de' buoni, perche non ne fa, che due buoni, cioè la misericordia, e la penitenza, e ne fa sei cattiuu, cioè angoscia, accidia, sdegno, gelosia, inuidia, & impatienza; ilche hà fatto dire al Sauiou: *La tristezza ne uccide molti, e non vi è punto di profitto in essa.* Percioche per due buoni ruscelli, che vengono dalla fontana della tristezza, ve ne sono sei molto cattiuu.

L'inimico si serue della tristezza per esercitare le sue tentationi verso li buoni; perche come procura di far rallegrare i cattiuu

nel loro peccato, così cerca d'attristar i buoni nelle loro buone opere, e come non può procurar il male, se non facendolo parer aggradeuole, così non può sturbar il bene, se non facendolo parere disaggradeuole. Il maligno si compiace nella tristezza, e malinconia, perche egli è tristo, e malinconico, e lo farà in eterno, onde vorrebbe, ch'ogn'vno fosse come lui.

La cattiuu tristezza turba l'anima, la mette in inquietudine, causa timori disordinati, disgusta nell'oratione, addormenta, & opprime il ceruello, priua l'anima di cōsiglio, di resolutione, di giudicio, e di coraggio, & abbatte le forze: in somma è come vn duro inuerno, che leua ogni beltà alla terra, e fa stupidi tutti gl'animali; perche toglie ogni soauità dell'anima, e la rende debole, & quasi impotente in tutte le sue facultà.

Se mai vi accadeste, Filotea, d'essere affalita da questa maluagia tristezza, praticate i rimedij seguenti. *E alcun di voi, che sia tristo?* dice S. Giacomo, *faccia oratione.* L'oratione è vn sourano rimedio; perche essa inalza lo spirito in Dio, ch'è la nostra vnica gioia, e consolatione, ma nel pregare, vsate affetti, e parole siano interiori, ò esteriori, che tendino alla confidenza, & amor di Dio, ò come: O Dio di misericordia; ò mio ottimo Dio; mio benigno Salvatore; Dio del mio cuore, mia gioia, mia speranza, mio caro sposo, il diletto dell'anima mia, e simili.

Oppo;

Opponeteui viuamente alle inclinazioni nella tristezza, e se ben pare, che tutto ciò, che voi farete in questo tempo si faccia freddamente, non lasciate però di farlo. Perche l'inimico, che pretende di indebolirci nelle buone opere con la tristezza, vedendo, che noi non lasciamo di farle, e ch'essendo fate con resistenza, vagliano più, cesserà dall'affligerci.

Cantate Cantici spirituali, perche il maligno con questo mezo ha lasciato spesso di operare; testimonio ne sia lo spirito, ch'assediuaua, ò possedeua Saul; la cui violenza era ripressa dal salmeggiare.

E cosa buona l'impiegarsi nelle opere esteriori, e variarle più, che si può, per diuertir l'anima dal tristo oggetto, purificare, e riscaldare li spiriti, essendo la tristezza vna passione della complessione fredda, e secca.

Fate atti esteriori di feruore, ancorche senza gusto, abbracciando l'immagine del crocifisso, stringendola al petto, baciandoli i piedi, e le mani; alzando li vostri occhi, e mani al Cielo, lanciando la vostra voce in Dio con parole d'amore, e di confidenza, come sono queste. *Il mio diletto è à me, & io à lui: il mio diletto mi è vn mazzo di mirra, egli dimorerà trà le mie poppe: li miei occhi stanno fissi sopra di voi Dio mio, dicendo quando mi consolarete voi? O Giesù siatemi Giesù, viua Giesù, e viuerà l'anima mia. Chi mi separerà dall'amor del mio Dio? E simili.*

La moderata disciplina è buona contra la tristezza, perche questa volontaria afflictione esteriore impetri la consolatione interiore, e l'anima sentendo i dolori di fuori, si diuerte da quelli, che sono dentro. La frequenza della Santa Communion è eccellente; perche questo pane celestiale conferma il cuore, e rallegra lo spirito.

Scoprite tutti li sentimenti, affetti, & suggestioni, che procedono dalla vostra tristezza al vostro condottiero, e Confessore humilmente, e fedelmente, ricercate le conuersationi di persone spirituali, e frequentatele il più che voi potrete, durante tutto questo tempo. Et in fine resignateui nelle mani di Dio, apparecchiandoui à soffrire questa noiosa tristezza patientemente, come giusto castigo delle vostre vane allegrezze, e non dubbitate punto, che Dio, dopò hauerui prouata, non vi liberi da questo male.

Delle consolationi spirituali, e sensibili; e come bisogna diportarsi in esse. Cap. XIII.

Iddio mantiene l'essere di questo mondo in vna perpetua vicissitudine, per la quale il giorno si muta sempre nella notte, la Primavera nell'Estate, e l'Estate, nell'Autunno, e l'Autunno, nell'Inuerno, e l'Inuerno nella Primavera, & vn giorno è mai perfettamente simile all'altro; se ne veggono de' nuuolosi, de' piauosi, de' secchi, de' ventosi; varietà, che cagiona vna gran bellezza
à que-