

76. ¹ Ignazio parla, come al solito, per esperienza.

Sappiamo da G. P. Maffei (in *García-Villoslada*, p. 652, nota 2) che dormiva circa quattro ore. Per motivi di salute, non si alzava subito, ma subito si metteva in preghiera: «Appena sveglio, – annota nel *Diario* del 12.2.1544 – pregando, non finivo di ringraziare Dio. (...) Dopo essermi alzato...». E il giorno 18: «Mi sono svegliato al mattino un po' prima che fosse giorno... faccio la solita preghiera... quindi volendomi alzare...».

² La *P1* traduce «andando sempre a cercare quello che voglio» con «semper quaeratur devotio».

³ Tutto, naturalmente, dev'essere fatto con attenzione alla grazia.

Interessanti gli insegnamenti di alcuni autori riportati da *Brou* (p. 161). Ne trascrivo due. Il primo è di san Giovanni Crisostomo: l'agnello «si gira e rigira, prende, lascia e riprende diverse volte or questa or quella mammella, ma quando sente che il latte comincia a venire, si ferma e aspira a lunghi sorsi».

Il secondo è di p. Rickbay, un docente universitario: la meditazione «non è un programma da esaurire né una serie di quesiti per l'esame ai quali bisogna rispondere per non perdere voti. Non bisogna mai aver fretta durante gli *EE*; un ritiro deve essere una tregua agli affari, e anche agli affari spirituali».