

Eugenio Alburquerque Fruto
*Una spiritualità dell'amore:
San Francesco di Sales, LDC*



Iniziare da se stessi

Secondo san Francesco di Sales la pratica della dolcezza ha come obiettivo, anzitutto, il nostro essere e consiste «nell'apprendere a non arrabbiarsi mai con noi stessi né con le nostre imperfezioni». Sembra che la ragione esiga da noi di sentirci tristi e contrariati quando compiamo degli errori o ci sbagliamo. Tuttavia conviene evitare di esser preda dell'inquietudine e dell'ira: «Cadono in grave errore coloro che, mentre sono arrabbiati, si lamentano per essersi arrabbiati, o si rattristano per essersi rattristati o si indispettiscono per essersi indispettiti. In tal modo hanno il cuore amareggiato e pieno di malessere e benché sembri che questo secondo movimento di collera neutralizzi il primo, in realtà non è così, poiché non è altro che il passaggio per una diversa entrata di essa alla prima occasione che si presenti; e in più, questi moti di collera, di malumore e di inquietudine contro se stessi sono causa di orgoglio e hanno origine nell'amor proprio, che ci turba e ci agita quando ci vediamo imperfetti» (IVD III, 9).

È cosa buona renderci conto dei nostri errori, accettarli come propri e pentirci di essi, ma dobbiamo imparare a far ciò in modo fermo e sereno. Come un giudice castiga meglio i delinquenti, impartendo la sentenza in modo razionale e sereno, così: «anche noi puniamo molto meglio noi stessi se usiamo correzioni serene, ponderate, non aspre e colleriche... Così, quando il nostro cuore cade in qualche colpa, se lo riprendiamo con osservazioni dolci e ragionevoli e gli dimostriamo più compassione che passione, lo incoraggiamo a correggersi, il pentimento sarà molto più efficace e sincero di quanto non succedrebbe se usassimo parole aspre e sgradevoli» (IVD III, 9). Ognuno deve essere capace di riconoscere il proprio peccato, di detestare l'offesa inferta a Dio Padre e ai fratelli; ma allo stesso tempo deve confidare nell'amore e nella misericordia divine per seguire con umiltà e mitezza il cammino della perfezione e della sequela di Gesù.

La questione non è nell'essere severi con noi stessi, bensì nell'essere umili. Veniamo meno alla dolcezza perché non accettiamo i limiti e le imperfezioni della nostra condizione umana. Spesso i nostri errori ci irritano, le nostre imperfezioni ci esasperano, le nostre debolezze ci snervano. È necessario porsi in maniera realistica di fronte alla propria realtà, avere pazienza con il nostro modo d'essere e umiltà per progredire un passo dopo l'altro per il cammino della virtù. Come scriveva alla badessa di Port Royal, se siamo umili, non cadremo da troppo in alto: «Figlia carissima, siete troppo severa con quella povera giovane (*con voi stessa*); non bisogna farle tanti rimproveri, visto che è colma di buoni desideri. Ditele che, malgrado cada molte volte, mai deve sorprendersi né indignarsi con se stessa: che volga lo sguardo piuttosto verso nostro Signore che, dall'alto dei cieli, la contempla come un padre fa con una sua figlia, ancora molto piccina, per aiutarla nei suoi primi passi e le dice "molto bene, figlia mia" e malgrado cada, la incoraggia... le si avvicina e le tende la mano. Se quella donna è umile, non si spaventerà per essere caduta, perché non cadrà da molto in alto» (*Lettera 1646*).