

24. ¹ «Per seminare il buon grano, è necessario sradicare, prima, le cattive erbe, le spine, ecc.». È lo scopo di questo esercizio (*D* 102, 22).

I contenuti e le istanze del metodo trovano non pochi riscontri nella psicologia moderna, con particolare riferimento all'«autosservazione comportamentale».

² «Per defendersi etiam de ogni male et conseguire ogni virtù, de la quale, quanto sarà più pieno, potrà tanto più efficacemente tirar gli altri ad esse, gioverà pigliar qualche tempo ogni dì per se isteso per l'esame de conscientia, oratione, uso delli sacramenti, etc.» (*Epp* XII, 252).

Bartoli (IV, 25) parla anche di «esame positivo»: «Che se tale esame si facesse sopra al praticare tante volte al dì alcun atto particolare di virtù, avendosi sempre più a crescere, anche le linee (cfr. /31/) si dovrebbero disporre al rovescio, cioè le prime più brevi, più lunghe le ultime».