

87. ¹ Espressione tra le più note e significative del testo. E tra le più importanti. Si giudichi dalla seguente affermazione: «L'uomo che conquista se stesso e si vince prega, in un quarto d'ora, di più, e cioè più efficacemente, che non un uomo comodo in due ore» (FN II, 364).

² «Le potenze sensitive (sensi esterni e interni)» (Calveras).

³ «Tutto negli esercizi di penitenza deve servire di mezzo per raggiungere il fine, il quale consiste in questo: che si renda lo spirito più malleabile e l'anima più libera e più adatta al servizio di Dio. Tali esercizi non sono fine a se stessi. La nostra aspirazione non dev'essere di flagellarci a sangue; (è) molto meglio versare lacrime innocue sopra i propri peccati e sopra la passione di Cristo. Un'anima sana in corpo sano è la più adatta al servizio di Dio» (Epp II, 17ss).

⁴ Le penitenze, cui ricorreva chi attendeva agli EE per ottenere gli scopi qui menzionati, sono descritte nel *Memoriale* (FN I, 704s). Vi si dice del «rigore con cui si davano gli esercizi all'inizio; allora nessuno li faceva senza rimanere alcuni giorni senza cibo (*nemine tamen suadente*); ora (Ignazio) non oserebbe consentirlo per oltre un giorno per un soggetto robusto, mentre in passato non aveva avuto nessuno scrupolo a permetterlo». Continuazione in nota 2 a /19/.

Di Pietro Favre abbiamo detto in nota 2 a /72/.

Francesco Saverio «non solo fece grande astinenza, ma inoltre, poiché era uno dei migliori nel salto nell'isola di Parigi, si legò corpo e gambe molto stretti a una corda; e, così legato senza potersi muovere, faceva le meditazioni».

Un'ultima nota di colore: «Pietro Codacio, al quale il Padre diede pure gli esercizi, rimase tre giorni senza nulla prendere, benché fosse una buona forchetta e fine buon gustai».