

L'umiltà nella Regola di San Benedetto e nelle Costituzioni di Sant'Ignazio

Un confronto

di EMMA CAROLEO* – PAUL ROLPHY PINTO S.J.**

Introduzione

L'intento di questo breve studio è di investigare sullo sviluppo della dottrina spirituale della umiltà seguendo due gradi maestri quali S. Benedetto da Norcia e S. Ignazio di Loyola.

Sebbene alcuni fra gli studiosi di spiritualità ignaziana¹ sostengano la conoscenza da parte di Ignazio della Regola di Benedetto, l'obiettivo di questo lavoro non è verificare la veridicità dell'affermazione, né considerare la continuità fra i due percorsi proposti, quanto piuttosto quella di creare una occasione di approfondimento e di dialogo fra due grandi Maestri e Padri Spirituali su una cifra importante della spiritualità cristiana: l'umiltà.

Le fonti da cui far nascere il dialogo e il confronto sono, la Regola di Benedetto², in special modo il capitolo VII, che descrive i gradini dell'umiltà e, coerentemente alla logica della Regola, le Costituzioni di Ignazio³. Si tratterà di discernere logiche e dinamiche interne ai testi di cui si approfondiranno le parti evidenziate, cercando, per quanto sia possibile, di assumerne il punto di vista senza proiettare su di essi idee o preferenze che ai testi scelti sono assolutamente estranee. Non si prevede semplicemente di giu-

* EMMA CAROLEO, Docente incaricato associato presso la Pontificia Università Gregoriana, Roma, emmacaroleobonfatti@gmail.com

** PAUL ROLPHY PINTO S.J., docente di teologia presso l'Istituto di Spiritualità della Pontificia Università Gregoriana, pinto@unigre.it

¹ Cf. SANTIAGO G. ARZUBIALDE, *Ejercicios Espirituales de s. Ignacio: Historia y Análisis*, 2a ed. (Bilbao-Santander: Mensajero-Sal terrae, 2009), 430, nota 20; MICHAEL IVENS, *Understanding the Spiritual Exercises: Text and Commentary* Gracewing, Leominster 1998, 122, nota 69.

² A. QUARTIROLI, (a cura di), *La Regola di San Benedetto*, Edizioni Scritti Monastici, Abbazia di Praglia 2002.

³ GESUITI. CONGREGAZIONE GENERALE (34: 1995: Roma), *Costituzioni Della Compagnia Di Gesù Annotate Dalla Congregazione Generale 34a: Norme Complementari Approvate Dalla Medesima Congregazione*, Edizioni ADP, Roma 1997.

stapporre l'uno accanto all'altro, i due testi di provenienza e di età diverse, ma si cercherà di far emergere gli elementi in un quadro unitario, "sinfonico" senza facili concordi. In tal senso si cercherà di raccogliere la complementarità fra i due Maestri spirituali, da intendersi come sviluppo ed approfondimento del tema spirituale dell'Umiltà.

Si inizia con l'approfondimento della Regola di Benedetto per una mera questione cronologica a cui seguirà lo studio sulle Costituzioni⁴. Al termine si approccerà ad un dialogo fra i due Maestri nel segno della integrazione e del confronto.

1. La Regola di S. Benedetto⁵: fonti e caratteristiche

S. Benedetto con la Sua Regola non ha voluto essere originale. La Sua Regola si propone lo scopo di codificare, per uso di un monastero singolo o di un gruppo di monasteri, gli insegnamenti e le istituzioni comuni. In tal senso la Regola appare nel secondo quarto del secolo VI come il frutto maturo di tutto un passato monastico e della spiritualità degli antichi Padri⁶.

Da quanto detto riteniamo che Benedetto non avesse alcuna pretesa di originalità, ma si volesse mantenere nell'alveo della più pura tradizione monastica di tipo cenobitico, così come tramandato dalla tradizione pacomiano- egiziana e dalla conoscenza diretta del monachesimo basileano⁷. Inserito in tal contesto va il pensiero che Benedetto cerchi, nel fondo della tradizione, il materiale della sua opera, con il proposito deliberato di legare profondamente il suo monachesimo a quello antico, di parlare lo stesso linguaggio dei Padri⁸. Benedetto condivide con il monachesimo primitivo la passione della ricerca per tutta la vita del Dio misterioso ed ineffabile: Dio solo può appagare il desiderio dell'uomo, perciò, l'uomo diviene pienamente sé stesso innalzandosi verso Dio. Cercare Dio significa seguire una traccia. È difatti il presentimento di Dio a guidare l'uomo sul Suo sentiero, "con cuore dilatato" (*RB Prol.*, 49), *dilatato corde*, che diviene condizione per fare esperienza della vita vera unitamente all'altro segno che è "la indicibile soavità dell'amore" (*RB Prol.*, 49).

⁴ Resta inteso che ciò che sarà approfondito nelle Costituzioni riguardo il tema dell'umiltà si comprende meglio alla luce degli altri scritti di Ignazio. Qui citiamo *Esercizi e Diario spirituale*.

⁵ Non si conosce con certezza il titolo premesso da S. Benedetto alla sua legislazione, benché sia probabile che ve ne abbia posto uno. S. Gregorio parla di Regola dei Monaci. I manoscritti hanno vari titoli. S. Benedetto qualifica la sua Regola maestra, comune, perfino santa.

⁶ Cf. G. PENCO, *Il concetto di monaco e di vita monastica in occidente nel secolo VI*, in *Studia monastica*, 1 (1959), 7 - 50.

⁷ Cf. G. TURBESSI, *Regole monastiche antiche*, Ed. Studium, Roma 1974, 28.

⁸ *La Regola di S. Benedetto, "Sotto la guida del Vangelo"*, (a cura delle monache benedettine di S. Marco Offida) Monastero di s. Marco, Offida 2006, 5.

2. La Regola di S. Benedetto: la sua composizione

La *RB* consta di un Prologo e 73 capitoli, alcuni molto estesi, altri in maggior numero, brevi o brevissimi. Lo schema della *RB* si compone in maniera semplice. Vi si distinguono tre grandi blocchi, che sembrano derivare da tre momenti diversi della redazione, corrispondenti a tre periodi individuabili nella esperienza cenobitica e nell'itinerario spirituale dell'autore⁹.

- Il primo blocco I- VII, è preceduto da un Prologo, che riecheggia probabilmente una catechesi battesimale e che pone in luce il valore e la natura della vocazione monastica, giudicata come sequela di Cristo e come scuola del servizio del Signore¹⁰. Al Prologo succede la prima parte in cui emergono i principi generali della costituzione monastica e le linee maestre della sua spiritualità (cc. 1-7). Sono trattati i temi dell'ascesi individuale, si definiscono le ragioni del primato cenobitico, si illustra il monastero come una scuola che educa al servizio di Dio, (*dominici scola servitii*) nella quale il monaco apprende "quali sono gli strumenti delle buone opere"¹¹.
- La seconda parte nella quale si includono i capitoli da VII a XXX, riguardano i diversi istituti monastici.
- La terza parte (cc. XXXI-CLLI) è consacrata alle leggi. Essa può essere divisa in molte sezioni¹².
- L'Epilogo della Regola è rappresentato dal capitolo CLLIII, che, S. Benedetto considera un semplice inizio di perfezione; per gli ulteriori sviluppi Egli rimanda ai Padri, alla Regola di S. Basilio ed agli scritti dell'antico monachesimo d'Oriente e d'Occidente¹³.

⁹ Cf. S. PRICOCO, *Il monachesimo*, Editori Laterza, Roma-Bari, 2003, 94.

¹⁰ *RB Prol.*, 45.

¹¹ *RB* titolo del Capo Quarto, G. TURBESSI, *Regole monastiche antiche*, Ed. Studium, Roma 1974, 415.

¹² **a.)** Leggi relative ai decani dei monasteri c. 21 ed alla maniera di come debbano dormire i monaci c. 22. **b.)** Il codice penitenziale in senso più vero: in essa si contemplan le più svariate situazioni della esistenza del monaco, impegnato ad assolvere i suoi doveri verso Dio, i superiori ed i fratelli in seno alla comunità di cercatori di Dio (cc 23-30). **c.)** Le varie attività ed emergenze della giornata monastica (cc 31-57). **d.)** L'accesso al monastero e le forme di reclutamento. (cc 58-62). **e.)** I tre capitoli 63-65 trattano della gerarchia monastica, e precisamente dell'ordine della comunità, della elezione dell'abate e della elezione del priore. **f)** Infine l'ultimo blocco è formato da sei capitoli successivi, da 67 a 72. In essi l'autore appare voler porre i fondamenti spirituali della prassi cenobitica in una prospettiva rinnovata e voler guardare con maggiore interesse del passato ai rapporti orizzontali, quelli che si stabiliscono tra fratelli con l'applicazione costante della carità. Si fa sentire fra le voci della tradizione, l'influenza di S. Agostino e del suo concetto di cenobio, nel quale i monaci interiorizzano la loro personalità a immagine di Cristo donandosi in un rapporto continua e di mutua misericordia. Cf. G. TURBESSI, *Ascetismo e monachesimo in S. Benedetto*, Ed. Studium, Roma 1965, 38-39.

¹³ Cf. G. TURBESSI, *Regole monastiche antiche*, Ed. Studium, Roma 1974, 399.

La *RB* si caratterizza per un'accentuata terminologia propriamente monastica¹⁴. Nella sua Regola, Benedetto, avverte l'esigenza di richiamare i suoi fratelli alla propria vocazione indicando loro le minime condizioni necessarie per poter condurre una vita monastica autentica. Difatti nel suo insegnamento Benedetto insiste nel sostenere che la vita con la sua concreta prassi quotidiana così come la preghiera non sono reparti chiusi: l'azione e la contemplazione si intrecciano. La perfezione consiste nella armonia tra esse, di cui una deve essere in funzione dell'altra. Ciò che riesce a mantenere l'equilibrio è "la divina carità".

Sottolineando i vari elementi della legislazione benedettina, crediamo sia indispensabile non perdere di vista l'orientamento spirituale della stessa Regola, difatti per S. Benedetto tutto nell'abbazia deve esser ordinato a Dio¹⁵.

3. La Regola e l'umiltà: il capitolo VII, *De Humilitate*

3.1. Il contesto

Il capitolo *De humilitate* (*RB* VII, 1 - 70) è, dal punto di vista ascetico, il più rilevante della Regola, in esso si condensa l'intera dottrina spirituale ed ascetica di Benedetto¹⁶. L'evidenza della concezione benedettina dell'umiltà è ben più significativa di quello che oggi si possa ritenere poiché arriva a coincidere con l'aspetto pratico della vita cristiana, addirittura l'umiltà per Benedetto si identifica con la stessa vita cristiana.

Il capitolo VII della Regola di Benedetto con i dodici gradini dell'Umiltà si colloca nell'alveo della tradizione monastica antica e dei Padri della Chiesa. Essa è stata tratta da Benedetto dalle *Institutiones* di Cassiano (360 – 435 c.a), capitolo IV, 32 - 43¹⁷, e, inoltre, è contenuta seppur in forma leggermente più lunga nella *Regula Magistri* X, 1 – 86¹⁸. L'idea di una scala, composta da una serie di gradini fonda le sue radici nella tradizione antico – testamentaria e si richiama alla visione di Giacobbe in cui il Patriarca sognando vide «una scala che poggiava sulla terra, mentre la sua cima raggiungeva il

¹⁴ Nel corso della *RB* Benedetto fa attenzione all'uso del termine monaco (*monachus*) che complessivamente compare 35 volte. Da alcuni passi della *Regola* si evince che la vita monastica della comunità di Benedetto attraversasse un periodo di decadenza le cui principali manifestazioni erano evidenziate da comportamenti di netta contraddizione all'umiltà ed all'obbedienza ma anche si evidenziava un certo tipo di rilassamento della pratica ascetica ed una certa tiepidezza nella vita di preghiera. Cf. C. FALCHINI, *Volto del monaco, volto dell'uomo*, Ed. Qiqajon, Comunità di Bose, Magnano 2006, 158.

¹⁵ L'uomo valuti che in ogni momento è sempre scorto da Dio dall'alto dei cieli, e che le sue azioni sono viste in ogni luogo dallo sguardo della divinità e ad essa riferita ogni istante dagli angeli (*RB* 7,13).

¹⁶ S. BENEDETTO, *La Regola*, Pubblicazioni Cassinesi, Montecassino 1994, 130.

¹⁷ G. CASSIANO, *Le Istituzioni cenobitiche*, Edizioni Qiqajon, Comunità di Bose, Magnano 2007, 123 – 136.

¹⁸ Sui rapporti tra questi tre testi cf. A. de VOGUE', *L'humilité* in A. de VOGUE', *La Règle de Saint Benoît*, IV. *Commentaire historique et critique (parties I – III)*, SC 184 Cerf, Paris 1971, 281 – 370.

cielo. E gli angeli di Dio salivano e scendevano su di essa” (Gen 28, 12). Secondo Gregorio Penco¹⁹ l’immagine della scala nella Regola di Benedetto rappresenta una immagine tipica della letteratura monastica che l’ha rappresentata con una caratterizzazione sua propria. Basti ricordare Giovanni Climaco (579 – 649), che deve il suo nome proprio, al titolo del suo trattato *La Scala*²⁰ (*klimax* in greco significa scala, *gradatio* in latino), all’interno del quale la vita spirituale è rappresentata come una salita di una scala composta da 30 gradini. Ulteriore rimando che, fra gli altri, ispirò il padre Benedetto, fu S. Girolamo, secondo il Quale: “il patriarca Giacobbe *scalam cernit in somnis*, vede nel sonno la scala...attraverso la quale *diversis virtutum gradibus*, con diversi gradini di virtù, si sale in alto»²¹.

Tra le fonti della *Regola Benedicti* primeggia la Sacra Scrittura che il Santo definisce *Norma rettissima della vita umana* (RB 73,3). In questo quadro il capitolo VII si innesta per la quantità di citazioni scritturistiche che Benedetto ha riportato più che in qualsiasi altro capitolo della Regola. A tal proposito giova ricordare che, nella attenta illustrazione dei dodici gradini costitutivi della scala, Benedetto non introduce una progressione cronologica sistematica, bensì la descrizione di una attitudine evangelica di base. Paradossalmente, si progredisce lungo la scala dell’umiltà mettendo radici sempre più profonde nella via dell’obbedienza seguita dal Cristo. Infatti, all’interno del capitolo VII, Benedetto descrive l’ascendere a Dio come il fine di tutto il cammino spirituale, e, il paradosso che si sviluppa, parte dalla esperienza spirituale “dal basso” che si caratterizza dalla discesa nella propria umanità dalla quale, però, ciascuno ha la possibilità di ascendere a Dio. In questo quadro si può affermare che La Scala di Benedetto, descritta nel capitolo VII della Regola, va dalla “terra alla terra” perché si parte da una terra “materiale” per ascendere ad una terra “redenta”. La stessa Scala è immagine dell’unità redenta di corporeità e spirito, infatti: “i lati di questa scala diciamo che sono il nostro corpo e l’anima” (RB VII,9), quindi, la scala non è solo un mezzo esteriore che il cristiano e il monaco usano per raggiungere Dio ma si tratta di coinvolgere l’interezza della persona, per permettere di approssimarsi all’esperienza di Dio: essa si profila non come una esperienza intellettuale, ma come la partecipazione attiva dell’anima e del corpo. In tale senso l’esperienza della umiltà è esperienza spirituale, perché riguarda tutta la persona e non solo una parte di essa.

L’obiettivo dell’insegnamento spirituale sull’umiltà punta il suo fuoco sull’amore con le parole di Gesù: “La Sacra Scrittura, fratelli, ci annuncia chiaramente: Chiunque s’innalza sarà umiliato e chi si umilia sarà innalzato (Lc 18,14)”. Difatti si può affermare che il capitolo VII della Regola ha come fine, l’adempimento delle parole di Gesù.

¹⁹ G. PENCO, *Il monachesimo medievale. Valori e modelli*, Edizioni Scritti Monastici, Bresso Di Teolo 2008, 187 – 200.

²⁰ G. CLIMACO, *La Scala del Paradiso*, Città Nuova, Roma 1980.

²¹ S. GIROLAMO, *Ep.* 98,3.

4. Sviluppo ed approfondimento del Capitolo VII della RB

Seppur i dodici gradini della scala di Benedetto presentino una progressione unitaria, poiché abbracciano tutta la vita del monaco fino al suo giungere “alla carità di Dio che caccia il timore” (RB VII, 67). In questa sede si seguirà lo schema di chi suddivide i dodici gradini dell’Umiltà del Capitolo VII in quattro parti²².

4.1. La relazione con Dio, con sé stessi, con il prossimo (RB VII, 1 – 34)

I primi tre gradi descrivono le relazioni che sono necessarie al proprio cammino interiore: la relazione con Dio, con sé stessi e quella con il prossimo.

La relazione con Dio dona consistenza alla vita umana, si tratta del primo passo da compiere, il primo gradino da salire che rivela la consapevolezza di aver timore di Dio, di prenderlo sul serio, nell’acquisire la consapevolezza del Suo Mistero e della Sua Grandezza.

Il primo grado della RB corrisponde al primo *indicium* di Cassiano là dove afferma: “se uno ha messo a morte ogni volontà propria”²³; Benedetto ritiene che la riverenza a Dio sia la radice di tutta l’umiltà, e all’inizio dell’ascensione, ne tratta con insistenza. Difatti è proprio il primo gradino quello su cui Benedetto si dilunga di più. L’atteggiamento di base che viene descritto consiste nel riconoscersi un essere umano autonomo e libero, ma dipendente dalla volontà di Dio.

“Il primo grado dell’umiltà – dice – consiste nel tenere sempre presente allo spirito il timore di Dio, e nell’evitare di dimenticarlo” (RB VII, 10 – 11). I verbi “ricordarsi”, “richiamare alla memoria” ritornano continuamente nella RB. Si tratta di collocarsi al posto giusto nel piano di Dio.

La primissima tappa della esperienza spirituale cristiana consiste, per il monaco in particolare, ma per tutti i battezzati, in generale, nel riconoscersi creatura davanti al Creatore, difatti, convenendo sul fatto che la persona faccia parte di un progetto del Creatore, se ne riconosce la Sua Grandezza dinanzi alla piccolezza umana. Questa visione di base di Benedetto aiuta a comprendere anche la Sua visione della vita cenobitica. Il cenobita è chi fa parte di un gruppo di fratelli che vivono secondo una regola e sotto la cura pastorale di un abate, realizzando così, su piccola scala, la situazione umana normale dell’uomo che facendo parte di una realtà più grande, l’umanità, sotto una regola, il progetto di Dio su tutta la creazione, e sotto la direzione di Cristo, che si è fatto uomo per condurre la persona al Padre.

Ogni ricerca di “realizzazione personale” su un principio di autosufficienza distrugge la comunione, al contrario, l’accettazione della propria totale dipendenza nei confronti del piano di Dio, permette alla persona di concretizzare, in tutta semplicità, senza

²² A. GRÜN, *Benedetto da Norcia*, Queriniana, Brescia 2006, 48.

²³ G. CASSIANO, *Le Istituzioni cenobitiche*, Liber IV, 39, 84.

orgoglio e senza falsa umiltà, i compiti che possono essergli affidati, sia nella vita comunitaria, che nella Chiesa o nella società.

Succede allora *il secondo grado* di umiltà:

“Il secondo grado dell’umiltà consiste nel detestare la propria volontà, e nel non trovare alcun piacere nella soddisfazione dei propri desideri, ma nell’imitare il Signore, mettendo in pratica quella sua parola.”

Il secondo gradino si sofferma spiritualmente sull’aspetto positivo dell’umiltà che ritiene importante l’obbedienza alla volontà di Dio, distinguendosi, in tal maniera, dal precedente gradino, pur rimanendo in assoluta continuità²⁴. Infatti, una volta riconosciuto il fatto che a ciascuno è stato affidato un posto determinato con un compito proprio nel piano della creazione e nella vita comunitaria, la tendenza che prevale, normalmente, è quella di voler esercitare questo compito in maniera autonoma, quasi come un potere, e, come occasione per soddisfare i propri desideri. Benedetto mette dunque subito davanti agli occhi del monaco, Cristo stesso, che ha dichiarato: “Non sono venuto a fare la mia volontà, ma la volontà di colui che mi ha mandato” (RB VII, 32).

Questo principio è talmente chiaro e limpido che Benedetto non vi si sofferma ancora piuttosto procede subito alla sua applicazione pratica all’interno del *terzo grado*: infatti, attraverso di esso si passa, si sale, dall’obbedienza a Dio, all’obbedienza ai superiori, rappresentanti di Dio. Nel *terzo grado* riecheggia il *terzo indizio* di Cassiano: l’obbedienza che si compie tramite il superiore ha la sua radice in Cristo²⁵.

Il monaco per cui Benedetto scrive la Regola è un cenobita che ha scelto di vivere in una comunità di fratelli, una comunità che è ben strutturata e, all’interno della quale, vi sono dei “maiores” (anziani, superiori) e degli “juniores” (giovani, subordinati)²⁶. Accettare di non fare la propria volontà consisterà quindi, all’interno della vita comunitaria, nel “sottomettersi ad un superiore in tutta obbedienza per amor di Dio” (RB VII, 34). Benedetto qui non parla soltanto, né direttamente, dell’obbedienza all’Abate. Parla dell’obbedienza a un “maior”, a un anziano, e questo deve comprendersi nel contesto dell’obbedienza reciproca, che sarà l’oggetto di un capitolo speciale della Regola²⁷. Per chiunque vive in comunità, accettare di vivere secondo una regola comunitaria, un progetto comunitario, e dunque accettare di obbedire a coloro che hanno dei particolari compiti nella realizzazione di questo progetto, è il modo concreto di vivere l’atteggiamento fondamentale di umiltà descritto nel primo grado, e che consiste nel riconoscersi “creatura” di Dio, con un posto determinato nel piano del Creatore.

Si comprende dunque perché, in precedenza, Benedetto affermi che l’obbedienza corrisponda al primo grado di umiltà. Questa obbedienza è vissuta “per l’amore di Dio” e “imitando il Signore, di cui l’Apostolo dice: *si è fatto obbediente fino alla morte*” (RB V, 1 – 4). Qui, come in molti altri luoghi del testo, le due parole “amore” e “obbedienza”

²⁴ A proposito della continuità rimane infatti, nel primo *indicium* di Cassiano.

²⁵ G. CASSIANO, *Istituzioni cenobitiche, Liber IV*, 39,84, 131.

²⁶ A.M. QUARTIROLI, (a cura di), *La Regola di San Benedetto*, nota 34, 90.

²⁷ Ci si riferisce al capitolo V della RB: *De Oboedentia*.

sono collegate, conformemente alla teologia del Nuovo Testamento, secondo cui l'obbedienza – e in primo luogo quella praticata dal Cristo – è la forma suprema dell'amore, e non ha dunque limiti. Per il Cristo fu “fino alla morte” (RB VII,34).

Questo richiamo dell'esempio di Cristo e della sua obbedienza fino alla morte è per Benedetto un buon modo di introdurre i gradi seguenti, che descriveranno le circostanze esigenti nelle quali deve viverci l'atteggiamento d'umiltà all'interno di una comunità concreta di uomini, tutti ancora in cammino verso la vera umiltà. Per Benedetto la parola “umiltà” ha una connotazione del tutto evangelica. Il punto di riferimento o l'esempio da seguire è l'umiltà del Cristo stesso, e Benedetto ha scelto i testi più incisivi, che parlano dell'annientamento del Cristo e della sua esaltazione sulla croce.

4.2. La relazione del monaco con i propri pensieri ed emozioni (RB VII, 35 – 50)

Superata la prima fase, la seconda parte del capitolo VII, *De Humilitate*, tratta del monaco che inizia a lavorare intensamente su di sé, sulla propria personalità, estirpando così ogni forma di orgoglio e favorire la nascita dello spirito umile. Questa fase dell'ascesa è caratterizzata dal sacrificio della propria interiorità. L'interiorità deve sacrificare se stessa per comprendere che ciò che possiede non appartiene a se stessa ma viene dal Signore.

Dall'obbedienza del *terzo gradino* si sale verso l'obbedienza eroica e, in genere, alla pazienza da esercitare nei rapporti coi superiori e coi fratelli. I tre gradini successivi, quindi *quarto, quinto e sesto*, si riferiscono al rapporto del monaco con propri pensieri ed emozioni. In tal senso il processo di maturazione avviene attraverso la relazione con i propri sentimenti cercando il modo di avere un buon rapporto con sé stessi. Per chi, come il monaco, dovrebbe avere familiarità con la contemplazione, risulta importante liberarsi da emozioni negative. Il cammino del monaco²⁸, la sua, salita verso Dio, avviene passando attraverso questo tipo di sentimenti. Il *quarto grado* dell'umiltà tratta, appunto, delle emozioni negative che possono insorgere nel monaco allorquando si svolgano lavori spiacevoli o si è trattati male ingiustamente o ancora quando si è feriti ed offesi dai comportamenti altrui. Si tratta delle sofferenze che possono incontrarsi nell'obbedienza: con le parole *duris [...] iniuris*, Benedetto intende determinare tali sofferenze: ordini che riescono troppo pesanti per se stessi o che contrariano le proprie tendenze; ingiurie, frasi irritanti, espressioni che denotano una disistima da parte dei superiori. È il momento in cui l'obbedienza, suppone e richiede fede, amor di Dio ed umiltà, di grado anche eroico. Probabilmente *iniuris* accenna anche a quelle ingiurie appunto che si possono ricevere dai fratelli²⁹. È interessante evidenziare che Benedetto, accanto alla citazione della Lettera ai Romani e ad una pericope del Vangelo di Marco, ricorra al Discorso della Montagna e al libro dei Salmi, quasi a significare che i sentimenti sono trasformati nella misura in cui familiarizzano con l'intenzione di Gesù. Questa

²⁸ Cf. L. D'AYALA VALVA, (a cura), *Il Cammino del monaco. La vita monastica secondo la tradizione dei Padri*, Edizioni Qiqajon, Comunità di Bose Magnano 2009, 11- 28.

²⁹ Cf. ibidem

la cornice in cui Benedetto inserisce il testo del Salmo 65, 10 – 11, dove si rendono esplicite le sofferenze che Dio può permettere di incontrare nella obbedienza: “Ci hai provati nella tribolazione come si sperimenta e si purifica l’argento nel fuoco; ci hai legati e ridotti in dure condizioni, quasi animali tratti nella rete; hai aggravato di forti pesi le nostre spalle”. Il *quarto grado* termina con una benedizione: *benedicent*, quasi a significare che nell’umiltà si adempie il Discorso della Montagna e si accorda con lo spirito di Gesù. Ma si può vivere il Discorso della Montagna con la consapevolezza di essere figli di Dio, in tal senso Benedetto definisce l’umiltà non come auto – abbassamento e umiliazione, ma come espressione viva e sincera della libertà dei figli di Dio, espressione della dignità divina. Nella benedizione dei maledicenti, ovvero nel dire bene da parte del cristiano, in generale, e del monaco, in particolare, di coloro che li perseguitano, l’umiltà raggiunge la sua vetta.

Il *quarto grado*, che è il più ampio della Regola dopo il primo, abbraccia il *quarto e il quinto* degli *indicia* di Cassiano, là dove afferma che in tutto serba la mansuetudine dell’obbedienza nella costanza della pazienza³⁰. I pochi riecheggiamenti di Cassiano quasi si perdono nel serrato sviluppo delle citazioni bibliche che guidano la salita di questo gradino. L’interiorità deve sacrificare sé stessa per comprendere che ciò che possiede non appartiene a sé stessa ma le viene da fuori, dall’Altro.

Il *quinto grado* ripercorre il *secondo indice* di Cassiano: “se non ha nascosto nulla al proprio anziano, non solo delle proprie azioni, ma anche dei propri pensieri”³¹. Ma, mentre Cassiano nel *secondo indice* parla della manifestazione di tutti gli atti e pensieri, buoni e cattivi, per ricevere (*terzo indice*) il giudizio e la guida del seniore, il *quinto gradino* della *RB*, consiste nello svelare con umile sincerità all’Abate o al seniore spirituale i cattivi pensieri e le colpe segrete. Non si tratta di una confessione sacramentale ma di sola apertura di coscienza. Padre e direttore, maestro e guida del monaco è, sopra tutti l’Abate; è a lui che Benedetto indirizza i suoi figli per la manifestazione di quei pensieri malvagi e di quelle colpe occulte che turbano ed isteriliscono l’anima appunta con la loro segretezza. La sola umile e schietta rivelazione al superiore di quelle colpe occulte che turbano il cuore, smaschera già il seduttore e rappresenta un valido freno per l’avvenire. L’umiltà, in questo punto, si esercita sia nello scoprire le proprie debolezze e cadute, ma anche, nel desiderare l’ammonimento e il consiglio del direttore. Quindi, sul *quinto grado*, Benedetto raccomanda di svelare all’Abate i propri pensieri e sentimenti: si tratta di una pratica largamente diffusa nel monachesimo con risultati, spesso, terapeutici. Difatti la manifestazione dei pensieri ha effetto liberante e riesce a creare fiducia. «Manifesta al Signore la tua via, e confida in Lui» (Sal 37, 5). Benedetto cita il Salmo pasquale «Aprite il vostro animo al Signore perché è buono, perché la sua misericordia dura per sempre» (Sal 106, 1; 118, 1). Si sperimenta il perdono: «Ho detto: manifesterò davanti al Signore le mie iniquità: E tu hai rimesso la malizia del mio cuore» (Sal 32, 5) Solo semplici versetti dei Salmi attraverso i quali Benedetto invita il monaco

³⁰ Cf. G. CASSIANO, *Istituzioni cenobitiche*, Liber IV, 39, 84, 132.

³¹ G. CASSIANO, *op. cit.*, Liber IV, 39, 84, 131.

a svelare i propri pensieri. L'umiltà conduce allo spirito dei poveri dell'Antico Testamento, di tutti quei poveri che sono stati oggetto e soggetto della lieta Novella di Gesù.

Il *sesto grado*, riproduce il *settimo indicium* di Cassiano³², consiste nel contentarsi di tutto ciò che di umile o di spregevole può offrire l'obbedienza o la povertà monastica, senza sollevare pretese diritti o particolari esigenze di trattamento; d'altra parte il monaco si giudica indegno e inabile operaio qualsiasi sia il lavoro assegnato, senza ritenerlo come un premio o un riconoscimento dei propri meriti o talenti.

Il *sesto grado* si riferisce ai sentimenti di ribellione e di insoddisfazione che i monaci nutrono per la mediocrità e la banalità della esistenza. A tutti coloro che, nel corso della propria vita, si chiedono se ciò che compiono dia senso a tutta la loro vita, Benedetto consiglia "di accontentarsi di qualsiasi cosa, per vile che sia o spregevole", di accordarsi con ciò che si ha a disposizione, di riconciliarsi con il proprio quotidiano. A questo scopo può servire la meditazione del versetto del Salmo: «ero stolto e non capivo, divenni come bestia da soma innanzi a Te; ma sono sempre con Te» (Sal 73, 22). Quasi a significare che può essere fatta esperienza del Signore nella banalità della vita: stare di fronte al Signore per non perdersi nella durezza della esistenza, stare di fronte al Signore può cambiare la vita, dona sentimenti di pace e di accordo con tutto ciò che è, poiché l'importante è: "stare sempre con Te". Si tratta della felicità dei giusti, il Salmista infatti si accusa di essere stato stolto nel giudicare la felicità degli empi; con la frase *et... ego* comincia il nuovo concetto e con sé il nuovo stile di vita, "ma io", si tratta della confessione di chi riesce a dire il proprio "sì" dinanzi alla banalità della vita, rispetto alla propria croce che vanifica le illusioni di una vita perfetta, ma conduce la gioia senza fine della Resurrezione. Benedetto applica il Salmo al suo contesto, nel senso di una sincera confessione del proprio nulla dinanzi a Dio e di una volenterosa accettazione del proprio stato di pochezza, poiché sia nel ricevere qualcosa di vile come nell'accogliere un ufficio importante ed onorifico il monaco, deve possedere, secondo le parole del Salmo, il senso della sua nullità e pochezza. (Queste parole del Salmo vengono recitate nell'*In-troitus* di Pasqua). La constatazione della propria nullità ed insipienza si appoggia sul potere e la Sapienza del Signore: "ma io starò con Te". L'umiltà, in questa cornice, è il coraggio del monaco di scendere nella propria umanità, limitata ed abietta per rialzarsi grazie al Signore, alla Sua Sapienza e Forza.

4.3. La relazione con la profondità del proprio cuore (RB VII, 51 – 55)

Con il *settimo grado* si sale nella terza parte del capitolo VII, esso corrisponde all'*ottavo indicium* di Cassiano "se non soltanto dice, a fior di labbra, di essere l'ultimo di tutti, *sed intimo cordis credat affectu*"³³: è il culmine della umiltà. Ciò di cui si tratta è la contemplazione delle perfezioni divine in virtù della considerazione da parte dell'uomo delle proprie colpe passate e di quelle possibili del futuro. Il tema che viene proposto

³² G. CASSIANO, *op. cit.*, Liber IV, 39, 85, 132.

³³ G. CASSIANO, *op. cit.*, 39, 85, 132.

nel *settimo grado* consiste nell'incontro della persona con la propria "ombra"³⁴, si tratta di relazionarsi con le proprie con le fragilità non espresse o dichiarate perché da questa corrispondenza, nella profondità del cuore, si può prendere coscienza di essere l'ultima fra le persone e la più piccola di tutti. Non si tratta della umiliazione artificiosa ma, della consapevolezza della propria verità. Benedetto riferisce "*intimo cordis affectu*" (RB VII, 51), indicando così una esperienza spirituale per la persona e non una semplice, seppur necessaria, confessione verbale. Al fondo della conoscenza di ciascuno si può solo recitare con il Salmo: «Ma io sono verme e non uomo: l'infamia degli uomini e rifiuto della plebe» (Sal. 22, 7).

L'*ottavo grado* richiama il *sesto indizio* di Cassiano, là dove afferma: "se non fa né si presume di poter fare nulla che non sia esplicitamente raccomandato dalla regola comune e dall'esempio degli anziani"³⁵. Mentre Cassiano si appella alla tradizione cenobitica in generale, così come aveva visto praticare in Egitto, la RB aggiungono a 'regola' la specificazione "del monastero" (RB 56 VII, 55) dando così rilievo all'obbedienza da osservare in un dato luogo. In tal senso si può affermare che l'*ottavo gradino* si qualifichi per la fedeltà alla Regola e alla tradizione, che fa rifuggire da ogni singolarità che possa identificare l'uno dagli altri, e fa vivere ciascun monaco nell'abbassamento dell'umiltà nella propria quotidianità³⁶. Si tratta di rinunciare a comportamenti eccentrici per una sempre maggiore conformazione alla Regola che riesce in tal maniera a conformare il monaco.

4.4. La relazione coi comportamenti esteriori (RB VII, 56 – 66)

Con il *nono* iniziano i gradini nei quali l'attenzione si concentra sui comportamenti esteriori che rivelano esternamente l'umiltà. Il *nono gradino* della RB riprende il *nono indicium* di Cassiano: "se tiene a freno la lingua e non alza la voce quando parla".³⁷ La norma di non parlare troppo nella RB diviene una proibizione di parlare senza essere interrogati, che si ritrova anche all'interno del breve capitolo VI, intitolato "La Custodia del Silenzio". Il tacere è, per il monaco, un cammino importante e comunque da percorrere per l'incontro con sé stesso e con Dio. Difatti il molto parlare impedisce di entrare in contatto con sé stessi, nel silenzio si incontra la propria indigenza e debolezza, scoprendo il desiderio di liberarsi da sé per unirsi al Signore. È il silenzio infatti che definisce lo spazio del monastero come spazio 'altro' rispetto a quello del mondo. Il vero monaco è una persona taciturna, non per carattere ma per disciplina che egli è chiamato ad assumere e a far propria, fino a farla diventare una condizione interiore del cuore. Ciò che conta è comunque la *taciturnitas*, il *silenzio sapiente* di cui parla RB evitando ogni parola oziosa e vana severamente condannata dalla Sacra Scrittura³⁸.

³⁴ Cf. A. GRÜN, *Benedetto da Norcia*, 62 – 64.

³⁵ G. CASSIANO, *op. cit.*, 39,84.

³⁶ Cf. A.M. QUARTIROLI, *La Regola di San Benedetto*, *op.cit.*, 96.

³⁷ G. CASSIANO, *op.cit.*, 39, 86.

³⁸ Cf. *Il Cammino del Monaco*, 481 – 500.

Il *decimo gradino*, corrisponde al *decimo indicium* di Cassiano e riprende RB 4, 53 – 54: Non dire parole vane e che suscitino il riso. Non amare ridere molto o in modo sfrenato”. Benedetto non giudica negativamente il sorriso del redento e del liberato, ma quello dello stolto, per il significato che questo termine assume nella Sacra Scrittura. A colui che conosce la propria realtà interiore non conviene il riso dello stolto che si pone sopra tutto e che spesso esprime solo disperazione.

L'*undicesimo gradino* tratta del parlare. Quando si parla esprime se stessi, quello che è presente nel cuore si può riconoscere dalla voce. Esiste una voce chiassosa che Benedetto ha in mente quando considera il parlare ad alta voce come sconveniente per il monaco. Chi ha fatto esperienza di Dio e ha incontrato sé stesso, costui lo esprimerà anche nel parlare., questa voce si farà udire, secondo benedetto “*leniter e humiliter cum gravitate*” tranquilla, dolce e modesta e con il senso di Dio (*gravitas*). Non solo la voce ma anche le parole, che Benedetto ha in mente sono poche e ponderate che rivelano la saggezza: “Il saggio si riconosce dalle poche parole” (RB VII, 60). L'*undicesimo gradino* riprende la seconda metà del *nono segno* di Cassiano “non alza la voce quando parla”³⁹. Le poche parole descritte da Benedetto come assennate, indicano il suo spirito libero e concreto che non cerca l'unzione nel parlare, ma la sobrietà, ragionevolezza e ponderatezza che, non condizionato dalla norma del silenzio, valorizza il comunicare fra monaci. Il monaco deve parlare in modo tale che il suo interlocutore si senta accolto e accettato, che dal suo discorso si intraveda qualcosa di Dio (*gravitas* significa prossimità a Dio) e che egli faccia esperienza della quiete e della dolcezza⁴⁰.

Il *dodicesimo gradino* della RB, non ha corrispondenti nei segni di Cassiano, tratta del contegno del corpo. Si scorge una continuità rispetto al primo gradino dove era evocata *la memoria Dei* per guardarsi dal peccato (RB VII, 12) e vigilare sui pensieri cattivi (RB VII, 18). L'*ultimo gradino* si distende in una unificazione spazio-temporale nell'umile stare davanti a Dio avendo la consapevolezza di essere peccatore. Si tratta di una umiltà che è, come nel caso del pubblicano evocato (RB VII, 65) abbandono alla misericordia di Dio. Nella figura del pubblicano della parabola citata si può rintracciare l'illustrazione vivente della parola del Signore con cui il capitolo si era aperto. “Chi si esalta sarà abbassato e chi si umilia sarà innalzato”. L'umiltà del cuore è sempre unita a quella del corpo: cuore e corpo sono i due montanti della scala dell'umiltà (RB VII, 9).

4.5. L'Epilogo RB VII, 67 – 69

Dal verso 67, vi è l'epilogo del capitolo VII che presenta il compimento del cammino dell'umiltà e riconosce in esso l'opera dello Spirito Santo. RB riprende la conclusione da Cassiano⁴¹, ma Benedetto specifica che la facilità dell'osservanza viene dalla consuetudi-

³⁹ G. CASSIANO, *op.cit.*, IV, 39,86.

⁴⁰ Cf. A. GRUN, *op.cit.*, 70 – 72.

⁴¹ “La vera umiltà si riconosce da tali e simili indizi. E quando la possederai veramente, essa ti condurrà subito a un grado più alto, cioè a quello della carità che esclude il timore, grazie alla quale tutto

ne, la quale è propria della vita cenobitica: e in quanto diventato consuetudine, l'operare il bene e le virtù è detto *delectatio*, cioè piacere. Viene così descritto quale sia il fine del cammino dell'umiltà vale a dire l'amore perfetto che scaccia ogni paura. Lo scopo dell'ascesa dei gradini dell'umiltà è spirituale e non morale: non si tratta di una virtù ma della capacità di contemplazione. Il cammino spirituale del monaco che percorre i gradi dell'umiltà corrisponde all'essenza più intima dell'umano a tal punto da poterlo percorrere *velut naturaliter* (RB VII, 68). In tal modo che, il monaco trasformatosi farà il suo cammino spirituale "non più mosso dal timore dell'inferno ma dall'amore di Cristo, dalla stessa buona consuetudine e dal rallegrarsi delle virtù" (RB VII, 69).

Conclusioni

Lo scopo della trattazione dell'umiltà è mostrare come essa sia la testimonianza più alta della intera vita cristiana. È talmente rilevante da arrivare ad identificarsi con la vita stessa, anche se non è più una vita naturale ma *velut naturalis*, poiché si tratta della natura inondata, riempita dalla grazia. La vita umile altro non è che la vita riempita di grazia. Non si differenzia dalla vita umile semplicemente naturale, ma le è superiore, perché ha una dignità maggiore, che è frutto di una libera scelta, dell'affermazione del bene sugli istinti più violenti. Per il cristiano l'umiltà non può essere solo una virtù, ma deve diventare la sua vita, il suo modo di riferirsi a sé stesso e agli altri. Non può più distinguere il suo comportamento dall'ideale dell'umiltà, perché la sua stessa vita è divenuta umile, si è trasformata in umiltà. La vita umile è il sinonimo della vita benedettina.

L'umiltà per Benedetto seguendo i suoi dodici gradini porta l'uomo e la donna a godere della propria vitalità, della propria forza, della propria vita formata dallo spirito di Dio. Il fine del cammino dell'umiltà, non è *l'humiliatio*, l'abbassamento dell'uomo, ma la sua elevazione, la sua trasformazione per mezzo dello Spirito divino che lo penetra da cima a fondo, il gusto per questa sua nuova qualità della vita.

5. Umiltà nelle Costituzioni ignaziane

Anche se il testo delle Costituzioni ignaziane è un testo indipendente dagli Esercizi ignaziani, lo spirito che soggiace è il medesimo spirito degli Esercizi. Perciò, senza la comprensione del termine umiltà negli Esercizi, il senso dell'umiltà nelle Costituzioni sarà parziale.

ciò che prima osservavi per paura comincerai ad adempierlo senza alcuna fatica, in modo quasi naturale, non più per il presentimento di un castigo o per una qualche forma di timore, ma per amore dello stesso bene e per il piacere delle virtù" CASSIANO, *op.cit.*, IV, 39, 87.

5.1 Umiltà negli Esercizi Spirituali

Nelle pagine del libro degli Esercizi, la realtà dell'umiltà emerge chiaramente per la prima volta nel primo esercizio della seconda settimana. La prima contemplazione è sull'incarnazione. Il preludio menziona il proposito delle tre persone della Trinità, da tutta l'eternità, «che la seconda Persona si faccia uomo». Nei numeri successivi Ignazio invita l'esercitante ascoltare ciò che dicono e fanno le tre persone divine, «facciamo la redenzione del genere umano» e «le Persone divine, operando [...] la santissima incarnazione»⁴². Ciò che si contempla è lo svuotamento e l'abbassamento della seconda persona della Trinità, l'atto per eccellenza di umiltà del Figlio (Cf. Fil 2, 6-7)⁴³. La nostra Signora risponde all'invito dell'angelo, «umiliandosi e rendendo grazie alla divina maestà»⁴⁴. La prima menzione dell'umiltà viene fatta in forma di gerundio, come azione dinamica e continua⁴⁵.

Per conoscere la via di Cristo⁴⁶, nel quarto giorno della prima settimana, Ignazio propone la “Meditazione di due bandiere” (ES [136-148]). Invita l'esercitante di considerare il discorso che fa Lucifero, il capo di tutti i nemici, ai suoi angeli,

... e come li ammonisce di gettare reti e catene; che abbiano prima a tentare di cupidigia delle ricchezze, *come ut in pluribus* suole, perché più facilmente giungano a vano onore del mondo, e dopo a grande superbia; di modo che il primo gradino sia di ricchezze, il secondo di onore e il terzo di superbia, e da questi tre gradini induce a tutti gli altri vizi [142].

I tre gradini seguono la logica dell'“accumulo”. Si comincia dal riempirsi delle cose-ricchezze materiali, prosegue nel raccogliere le opinioni positive su di se da parte degli altri (onore) e si arriva al punto di credere che il proprio giudizio sia quello definitivo, cioè, ciò che la persona ritiene giusto sia giusto e ciò che egli ritiene sbagliato sia sbagliato (superbia)⁴⁷.

La logica di Cristo è proporzionalmente inversa. È la via dello sfollamento.

⁴² ES (= Esercizi Spirituale) [102, 107, 108] rispettivamente. Il testo in PIETRO SCHIAVONE, ed., *Esercizi Spirituali: Ricerca Sulle Fonti, Spiritualità/Maestri*. Seconda Serie, San Paolo, Cinisello Balsamo (MI)1995.

⁴³ Cf. SANTIAGO G. ARZUBIALDE, *Ejercicios Espirituales de s. Ignacio: Historia y Análisis*, 2a ed., Mensajero-Sal terrae, Bilbao-Santander 2009, 431.

⁴⁴ ES 108.

⁴⁵ Umiliazione, termine strettamente legato all'umiltà, viene menzionata in n. 75, insieme a riverenza quando si tratta di come avvicinare il luogo di contemplazione o meditazione.

L'esercizio della chiamata del re fa la cerniera fra la prima e la seconda settimana. Ignazio semina il desiderio di umiltà nel esercitante già quando gli fa chiedere, “io voglio e desidero ed è mia ferma determinazione, purché sia per vostro maggior servizio e lode, imitarvi nel *sopportare ogni ingiuria e ogni vituperio e ogni povertà*, sia attuale sia spirituale” (ES [98]) nell'oblazione alla fine dell'esercizio (enfasi nostra).

⁴⁶ Cf. MICHAEL IVENS, *Understanding the Spiritual Exercises: Text and Commentary*, Gracewing, Leominster 1998, 107.

⁴⁷ Cf. JÁNOS LUKÁCS, “To Be Changed as Deeply as We Would Hope: Revisiting the Novitiate”, *Studies in the Spirituality of Jesuits*, 51, no. 3 (2019), 27.

considerare il discorso che Cristo nostro Signore fa a tutti i suoi servi e amici, che invia per tale missione, raccomandando loro di volere aiutare tutti nel portarli: 1°. a somma povertà spirituale e, se sua divina maestà fosse servita e li volesse eleggere, non meno alla povertà attuale; 2°. al desiderio di obbrobri e disprezzi, perché da queste due cose deriva l'umiltà; di modo che tre siano i gradini: il primo, povertà contro ricchezza; il secondo, obbrobrio o disprezzo contro l'onore mondano; il terzo, umiltà contro la superbia; e da questi tre gradini inducano a tutte le altre virtù [146].

L'umiltà qui viene trattata come virtù propria, che è la radice di tutte le altre virtù. Il cammino per ottenere l'autentica umiltà è quello percorso da Cristo, dello svuotamento, delle ricchezze materiali, del desiderio di essere lodato (onore) e del desiderio di potere, cioè, voler essere al di sopra di ogni norma oggettiva (superbia).

Alla fine delle contemplazioni della seconda settimana e prima di iniziare il processo della elezione Ignazio introduce "tre modi di umiltà" (ES [165-168]). Questa "considerazione", insieme alle due bandiere (ES [136-148]) e tre binari di uomini (ES [149-156]) forma parte della triade ignaziana della seconda settimana. La triade prepara progressivamente l'esercitante a fare una buona elezione. L'esercitante viene a conoscenza della via di Cristo nella meditazione sulle due bandiere, si impegna sulla via di Cristo nella meditazione sui tre binari di uomini e finalmente, arriva all'impegno amorevole della persona di Cristo nei tre modi di umiltà⁴⁸.

Sono "tre gradi" di umiltà (con una implicita progressione) o semplicemente "tre modi" (*maneras*) di umiltà? Gli autori sul tema favoriscono sia l'una che l'altra opinione. A. Torres è dell'opinione che, ciò che si vede sia una chiara progressione nei primi due modi mentre il terzo modo appartiene a una logica diversa⁴⁹. S. Arzubialde sembra favorire la opinione dei "gradi", con una chiara progressione ascensionale⁵⁰. Ignazio stesso, anche se impiega la parola "modi" nel titolo, nei contenuti usa termini comparativi: «Il primo modo di umiltà è necessario per la salvezza eterna», «La seconda è umiltà più perfetta della prima», «La terza è umiltà perfettissima». I tre modi, alle volte riferiti come tre gradi, probabilmente per la loro associazione con i gradi dell'umiltà secondo San Benedetto, soprattutto i primi due modi corrispondono alla sottomissione e obbedienza alla legge di Dio⁵¹.

Sottomissione: «Il primo modo di umiltà è necessario per la salvezza eterna», dunque, è il minimo necessario. Sin dall'inizio Ignazio stabilisce il legame fra l'umiltà e l'obbedienza, «mi abbassi e mi umilii tanto quanto mi sia possibile, perché in tutto obbedisca alla legge di Dio». La logica operante qui è della legge negativa perché l'ac-

⁴⁸ Cf. IVENS, *Understanding Spiritual Exercises*, 127.

⁴⁹ Secondo Torres, i tre modi non son del stesso genere. Nei primi due late la dottrina di Santo Tommaso, mentre nel terzo quella di San Bernardo – l'umiltà che nasce dall'amore. Cf. ALFONSO TORRES, "Las Tres Maneras de Humildad", *Manresa* 15 (1943), 197. I tre modi non sono tre gradi, piuttosto sono tre modelli di disposizioni. Cf. MANUEL RUIZ JURADO, "Tres Maneras de Humildad", *Manresa* 38 (1966), 137.

⁵⁰ Cf. ARZUBIALDE, *Ejercicios Espirituales*, 433.

⁵¹ Cf. ARZUBIALDE, *Ejercicios Espirituales*, 430, nota 20; MICHAEL IVENS, *Understanding the Spiritual Exercises*, 122, nota 69.

cenno è sul non «trasgredire un comandamento sia divino sia umano, che mi obblighi a peccato mortale» (ES [165]).

Il tono negativo dà luogo alla disposizione positiva nel secondo modo. Qui l'accento non è sul non trasgredire la legge ma sul compiere la legge, «né per tutto il creato e neppure se mi togliessero la vita, mi metta a deliberare di fare un peccato veniale». Ignazio qui riprende un tema del “Principio e Fondamento” (ES [23]), l'indifferenza, indispensabile per entrare nel processo di elezione⁵².

Ignazio descrive il terzo modo di umiltà con queste parole:

La terza è umiltà perfettissima, quando, cioè, includendo la prima e la seconda, essendo uguale lode e gloria della divina maestà, per imitare e assomigliare più attualmente a Cristo nostro Signore voglio e scelgo più povertà con Cristo povero che ricchezza, più obbrobri con Cristo pieno di essi che onori, e desidero più di essere stimato stolto e pazzo per Cristo, il quale per primo fu ritenuto tale, che savio e prudente in questo mondo (ES [167]).

Nelle due bandiere, l'esercitante viene a conoscenza della via di Cristo. A questo punto decide impegnarsi con la persona di Cristo scegliendo la povertà, gli obbrobri e desidera essere stimato pazzo per Cristo. Ciò che l'esercitante deve cercare è la identificazione con Cristo umile.

Una chiave ermeneutica utile per approfondire i Tre modi umiltà si trova nella denominazione data dai fratelli Ortiz, che fecero gli esercizi spirituali sotto la guida di Ignazio, alla considerazione di Tre modi di umiltà, «tre maniere e gradi di amore di Dio e desideri di obbedire e imitare e servire alla sua Divina Maestà»⁵³. L'umiltà non è questione di auto-denigrazione, né un fine in sé. L'umiltà serve per amare meglio. È una umiltà amorevole. L'umiltà non è altro che l'amore di Dio dove si risalta la natura estroversa dell'amore, l'amore che cerca il bene dell'altro⁵⁴. A questo punto degli Esercizi, l'esercitante si domanda, “con quale amore mi piacerebbe amare Cristo”? I primi due modi sono regolati rispettivamente dalla legge negativa (da evitare) e legge positiva (voler fare) mentre, nel terzo modo, il modo di amare non è più regolato dalle leggi. È la pazzia dell'amore, «... perché dove andrai tu andrò anch'io; dove ti fermerai mi fermerò; il tuo popolo sarà il mio popolo e il tuo Dio sarà il mio Dio» (Rut 1, 16). È entrare nella orbita della intimità, della identificazione⁵⁵, «Se il mondo vi odia, sappiate che prima di voi ha

⁵² Cf. *Direttorio Autografo* [17] in GESUITI DELLA PROVINCIA D'ITALIA (a cura di), *Gli scritti di Ignazio di Loyola*, AdP-Apostolato della Preghiera, Roma 2007, 341; JOSÉ M. GUERRERO, “Tres Maneras de Humildad [= de Amistad]”, *Manresa* 54 (1982), 264; ELÍAS ROYON LARA, “Las Tres Maneras de Humildad En La Dinámica Del Seguimiento de Jesús (EE 164-168)”, *Manresa* 58 (1986), 72.

⁵³ “Tres maneras y grados de amor de Dios y deseos de obedecer e imitar y servir a su Divina Majestad” (Sancti Ignatii de Loyola, *Exercitia Spiritualia*, MHSI 100, p. 635). Cf. ARZUBIALDE, *Ejercicios espirituales*, 429; PIETRO SCHIAVONE, *Esercizi Spirituali*, 234; GEORGE E. GANSS (a cura di), *The Spiritual Exercises of Saint Ignatius*, The Institute of Jesuit Sources, St. Louis 1992, 174, FRANCIS PUDHICHERRY, *An Introduction to the Spiritual Exercises of St. Ignatius of Loyola*, Gujarat Sahitya Prakash, Anand (India) 2017, 125-126.

⁵⁴ Cf. MICHAEL IVENS, *Understanding the Spiritual Exercises*, 123.

⁵⁵ Cf. JOSÉ M. GUERRERO, “Tres Maneras de Humildad [= de Amistad]”, *Manresa* 54 (1982), 265.

odiato me [...] Ricordatevi della parola che vi ho detto: Un servo non è più grande del suo padrone. Se hanno perseguitato me, perseguiteranno anche voi» (Gv 15, 18, 20).

Al centro del percorso degli Esercizi, alla fine della seconda settimana, Ignazio dà la sua regola d'oro per il progresso spirituale⁵⁶. «Pensi, infatti, ciascuno che tanto profitterà in tutte le cose spirituali, quanto uscirà dal proprio amore, volere e interesse» (ES [189]). In una parola, uscire dal proprio amore, volere e interesse è propriamente l'umiltà vera. È ciò che Cristo ha fatto nel mistero dell'incarnazione, ed è con questo Cristo che l'esercitante cerca di conformarsi.

Lo stretto legame fra umiltà e amore è assai chiaro. Chi non si fa umile non ama davvero. Chi pretende di amare gli altri senza essersi spogliato dell'amor proprio, della propria volontà e del proprio interesse, cerca solo sé stesso e non l'altro. È questa umiltà amorosa che cerca Ignazio, manifestata nelle sue parole intime del *Diario spirituale*:

In questo spazio di tempo mi pare che l'umiltà la reverenza, l'ossequio [*acatamiento*] non devono essere timorosi ma amorosi. Questo mi penetra talmente nell'anima che ripeto con insistenza: "Concedimi umiltà amorosa, e così pure riverenza e ossequio [*acatamiento*]" ; e a tali parole ricevo nuove visite. Lo stesso [avviene] quando respingo le lacrime per prestare attenzione a questa umiltà amorosa, ecc.⁵⁷

Il terzo modo di umiltà degli ES è l'impegno deliberato con la persona di Cristo. Egli, per amore agli uomini si spoglia, si fa simile agli uomini e obbedisce fino alla morte e così glorifica il Padre (Cf. Fil 2, 5-11). È solo per amore a Cristo e il desiderio di identificazione con lui che uno può umiliare sé stesso. La seconda settimana degli ES comincia con la contemplazione dell'abbassamento del Figlio. Il terzo modo di umiltà, alla fine della seconda settimana è il momento dell'impegno, di fare ciò che ha fatto Cristo. La scelta da fare è di identificarsi con Cristo, cioè, svuotarsi per amore, obbedire la volontà divina per servire, tutto per la maggior gloria di Dio. L'umiltà degli ES quindi dispone l'esercitante ad obbedire la volontà divina. Ciò significa amare e servire gli altri, sempre per la gloria di Dio.

Come si fa nascere l'umiltà? O come si diventa umile? O, perché l'uomo diventa superbo? La risposta a queste domande si trova, in modo molto sintetico, nelle regole nona e undicesima per il discernimento degli spiriti.

... la terza [causa per trovarsi nella desolazione], per darci vera notizia e conoscenza, perché internamente sentiamo che non dipende da noi procurare o conservare grande devozione, amore intenso, lacrime, né alcun'altra consolazione spirituale, ma che tutto è dono e grazia di Dio nostro Signore; e perché non poniamo nido in casa altrui, elevando il nostro intelletto in qualche superbia o vanagloria, attribuendo a noi stessi la devozione o altre parti della consolazione spirituale (ES [322]).

⁵⁶ Casualmente, anche numericamente il numero 189, è quasi alla metà dei numeri totali, 370, degli Esercizi.

⁵⁷ *Diario Spirituale* [178] in GESUITI DELLA PROVINCIA D'ITALIA (a cura di), *Gli scritti*, 438.

Chi sta consolato procuri di umiliarsi e abbassarsi quanto può, pensando quanto poco vale in tempo di desolazione, senza tale grazia o consolazione (ES [324]).

L'uomo non è niente se non riceve il suo essere da Dio. Non ha niente se non gli dà Dio. È la verità dell'uomo. Basta che l'uomo non riconosca questa verità, egli comincia dimenticare ciò che egli è, una creatura. L'umiltà non è frutto degli sforzi volontaristici, bensì di riconoscere che "tutto è dono e grazia". Da questa riconoscenza nasce il canto di lode e ringraziamento (Cf. Lc 1, 46-55)⁵⁸. L'umiltà dell'uomo, e la gloria e lode di Dio sono legati proporzionalmente. Quando gli sforzi dell'uomo portano frutto, può darsi che egli pensi che sia risultato soltanto dei suoi sforzi. San Paolo per un attimo pensa così e subito dopo si morde la lingua quando dice, «... anzi ho faticato più di tutti loro, non io però, ma la grazia di Dio che è con me» (1Cor 15: 10). Da questo si vede la saggezza di Ignazio nel suo consiglio di procurare di umiliarsi quando uno si trova in consolazione. Un vantaggio collaterale di questo atteggiamento è l'esperienza di serenità quando lo sforzo umano non porta frutto perché, in fondo c'è la consapevolezza che a Dio spetta di dare il frutto.

Nelle regole per il retto sentire nella Chiesa (ES [352-370]), non viene menzionata l'umiltà, ma esige dall'esercitante l'atteggiamento umile. Così la prima regola,

Deposto ogni giudizio, dobbiamo tenere l'animo apparecchiato e pronto per obbedire in tutto alla vera sposa di Cristo nostro Signore, che è la nostra santa madre Chiesa gerarchica.

Il fuoco della regola è l'obbedienza. Ma, uno può obbedire solo se ascolta. Chi è pieno di sé, non può ascoltare. Perciò, è necessario "deporre ogni giudizio", cioè, mettere da parte o svuotarsi del proprio giudizio. Non è che Ignazio suggerisce di non avere giudizio, ma, per ascoltare meglio, chiede di mettere da parte le proprie idee ed opinioni. È l'atteggiamento di umiltà richiesta dalla regola d'oro ignaziana sopracitata (Cf. ES [189]).

5.2 Umiltà nelle Costituzioni

Il fine della Compagnia viene specificato all'inizio del Primo e generale esame del candidato nelle *Costituzioni*. Non è solo di attendere alla salvezza della propria anima, ma di procurare d'aiutare per la salvezza delle anime del prossimo (Cf. C [3])⁵⁹. Mentre lo scopo della salvezza del prossimo non è esplicito negli ES, le *Costituzioni* sin dall'

⁵⁸ Questo legame diventa ancora più chiaro in ciò che Ignazio scrive a Simone Rodríguez nella lettera del 18 marzo 1542, «tra tutti i mali e peccati immaginabili, l'ingratitude è quello che più merita di essere in abominio» e dinanzi a Dio e dinanzi alle creature «da lui fatte per la sua divina ed eterna gloria». Essa «è misconoscimento dei beni, delle grazie e dei doni ricevuti, causa, principio e origine di tutti i mali e peccati». Mentre «la riconoscenza e la gratitudine per i beni e doni ricevuti sono amate e stimolate in cielo e in terra». GESUITI. PROVINCE. ITALIA (a cura di), *Gli Scritti Di Ignazio Di Loyola*, 977; Cf. SCHIAVONE, *Esercizi Spirituali*, 99.

⁵⁹ C = Costituzioni. In GESUITI. CONGREGAZIONE GENERALE (34: 1995: Roma), *Costituzioni Della Compagnia Di Gesù*.

inizio esplicitano come scopo principale della Compagnia (Cf. *FI* [1])⁶⁰ “aiutare le anime” (Cf. *Autob* [45])⁶¹. Senza la vera e autentica umiltà, non è possibile glorificare Dio nell’aiuto del prossimo. L’ideale ignaziano desiderato è raggiungere il terzo modo di umiltà. La vocazione del gesuita non è per chi raggiunge almeno il secondo modo di umiltà. Chi non raggiunge questa umiltà, può darsi che riesca ad aiutare il prossimo ma non riuscirà a cercare il bene dell’altro perché non farà altroché cercare solo il proprio amore, volere e interesse (Cf. *ES* [189]).

Per questo motivo, si vede che l’Esame generale del candidato, esige l’umiltà come una virtù indispensabile per chi vuole far parte della Compagnia. In seguito, alcuni esempi.

La prima volta che viene menzionata l’umiltà viene menzionata insieme all’abbassamento⁶², è nel contesto della correzione fraterna. Lo scopo è la crescita spirituale. Il candidato deve essere disposto ad essere corretto dal superiore, dai compagni e anche pronto a correggere gli altri. Deve essere aperto alla possibilità che, chi conosce i suoi difetti possa informarne il suo legittimo superiore (Cf. *C* [63]).

Il candidato verrà sottomesso a una serie di prove nel noviziato (Esercizi spirituali, servire negli ospedali, fare un pellegrinaggio in povertà, fare servizi umili... Cf. *C* [65-70]). Da queste prove si trarranno molti benefici, una tra le quali è l’umiltà. L’umiliarsi, non è un fine a sé stesso, bensì, è sempre per il servizio divino, essendo consapevole che quel modo di procedere è contrario «all’ordinario sentimento degli uomini» (*C* [82]). I numeri 83-89 trattano del giusto atteggiamento per sottomettersi alle prove, per trarre più frutto. La giusta disposizione deve essere di umiltà, abnegazione di sé e l’obbedienza, i tre atteggiamenti sono intimamente legati. Gli uffici umili e bassi menzionati sono, la cucina, le pulizie di casa e tutti gli altri servizi nei quali si prova maggior ripugnanza. Per coltivare la vera umiltà, Ignazio istruisce che il cuoco comandi e non preghi, «giacché la vera obbedienza non guarda a chi si fa, ma per chi si fa» (*C* [84]). Per chi si fa è il Signore. Anche il medico del corpo viene obbedito con umiltà. Inoltre si fa tutto «senza chiedere né attendere nessuna ricompensa in questa vita presente e passeggera» (*C* [82]). Durante i primi anni della probazione il novizio deve disporsi a fare «con grande umiltà le penitenze impostogli per i falli, le negligenze e i difetti suoi...» (*C* [98]).

Chi vuole servire nella vigna del Signore deve imparare la vera umiltà. Il principio di base che guida il pensiero di Ignazio quando propone sia la correzione fraterna che le prove di uffici umili, sembra essere, «non c’è umiltà senza umiliazione»⁶³. Ignazio nella

⁶⁰ *FI* = Formula dell’Istituto della Compagnia di Gesù. In GESUITI. CONGREGAZIONE GENERALE (34: 1995: Roma), *Costituzioni Della Compagnia Di Gesù*.

⁶¹ *Autob* = Autobiografia di San Ignazio. In GESUITI. CONGREGAZIONE GENERALE (34: 1995: Roma), *Costituzioni Della Compagnia Di Gesù*.

⁶² Un binomio costante, come si vedrà più avanti.

⁶³ L’omelia di Papa Francesco del 7 febbraio 2020, http://www.vatican.va/content/francesco/it/cotidie/2020/documents/papa-francesco-cotidie_20200207_no-umilta-senza-umiliazione.html [accesso 25.11.2020]. Lo stesso pensiero viene espresso di modo positivo dal Papa nella Esortazione apostolica *Gaudete et exsultate* in queste parole, «L’umiltà può radicarsi nel cuore solamente attraverso le umilia-

sua vita non respinge né resiste alle umiliazioni⁶⁴. Le umiliazioni ingiuste subite senza rancore rendono il cuore umile. Il binomio “[uffici] umili e bassi” ricorre ben otto volte nell’Esame Generale⁶⁵. La descrizione del terzo modo di umiltà viene arricchita nelle *Costituzioni*. Si fa più chiaro il legame fra umiltà, amore e l’imitazione di Cristo. Lo scopo di farsi umile è per poter imitare Cristo, cioè, per conoscere, amare, seguire e servirlo di più. Cosa vuol dire vivere il terzo modo di umiltà? La spiegazione che da Ignazio nelle *Costituzioni* è bellissima. Mentre gli uomini mondani amano e cercano gli onori, la fama e la stima, dice Ignazio

... quelli che camminano nello spirito e seguono veramente Cristo nostro Signore, amano e desiderano intensamente tutto l’opposto, e cioè di rivestirsi della stessa veste e divisa del loro Signore, per l’amore e la riverenza che gli sono dovuti. Talmente che, quando non è di offesa alla sua divina Maestà e non è imputato a peccato del prossimo, bramano sopportare ingiurie, false testimonianze, affronti, ed essere ritenuti e stimati pazzi (senza però darne nessuna occasione), spinti dal desiderio di rassomigliare e d’imitare in qualche modo il nostro Creatore e Signore Cristo Gesù, rivestendosi della sua veste e divisa, dato che Lui stesso se n’è rivestito per nostro maggior profitto spirituale, dandoci l’esempio affinché in tutte le cose a noi possibili cerchiamo d’imitarlo e di seguirlo, con l’aiuto della sua grazia, perché egli è la via che conduce gli uomini alla vita (C [101]).

Secondo J. Cervantes, il resto delle *Costituzioni* sono una applicazione pratica del sublime principio di santità proposta nel brano citato. Questa abnegazione basata sul terzo modo di umiltà degli *ES* per poter imitare Cristo costituisce l’ossatura forte delle *Costituzioni*⁶⁶. L’umiltà per Ignazio è niente altro che la imitazione di Cristo. Come già è stato detto, il terzo modo d’umiltà è questione di rapporto amorevole con Cristo che

zioni. Senza di esse non c’è umiltà né santità» (n. 118). http://www.vatican.va/content/francesco/it/apost_exhortations/documents/papa-francesco_esortazione-ap_20180319_gaudete-et-exsultate.html [accesso 25.11.2020].

⁶⁴ «Il capitano lo prese per pazzo...», Cf. *Autob* [51-53]

⁶⁵ I coadiutori... si occupino in cose più «umili e basse» (C [13]); il quarto sperimento consiste nell’esercizio di “uffici umili e bassi” (C [68]); «...nelle prove d’umiltà e d’abnegazione di sé, quando si fanno gli uffici umili e bassi, quali la cucina» (C [83]); il paragrafo 111 in generale parla della maggior umiltà e perfezione. La domanda che si farà al candidato è «se lascerà il proprio parere e giudizio alla Compagnia o al suo Superiore per fare ciò che questi gli dirà» e si è disposto passare tutta la «vita nell’esercizio dei lavori umili e bassi» (C [111]); Più avanti, nell’esame riservato ai coadiutori, anche se è impiegato in attività più importanti, egli deve essere disposto esercitare in servizi «umili e bassi» (C [114]); essere contento di «servire il loro Creatore e Signore negli uffici e negl’incarichi umili e bassi» (C [118]); «gli si domanderà se è pronto, qualora la Compagnia o il suo Superiore volessero che si applicasse alla salvezza della sua anima per sempre in uffici soltanto umili e bassi, a trascorrere tutti i giorni della sua vita in tali uffici umili e bassi» (C [132]).

In un variante, il candidato deve essere ben disposto a ricevere ordini, «... deve intendersi degli altri uffici umili» (cf. C [86-87]).

Rimedio suggerito al novizio contro la superbia è *agere contra*, «lo si eserciterà in cose di poco conto, che si pensa aiuteranno ad umiliarlo» (C [265]).

⁶⁶ JOSÉ CERVANTES, “La Tercera Manera de Humildad en el Epistolario de S. Ignacio”, *Manresa* 31 (1959), 162.

desidera farsi simile a Cristo. Ciò che si pretende nella Compagnia è «obbedire, umiliarsi e guadagnare la vita eterna» (C [102])⁶⁷.

Il principio di santità stabilito nell'Esame Generale⁶⁸ è pervasivo di tutto il resto delle *Costituzioni*, implicitamente e alle volte esplicitamente⁶⁹. Nelle *Costituzioni* proprie, il fuoco si sposta sul fine per cui si deve coltivare l'umiltà, il servizio. Il gesuita è inviato (*missus*) in missione per servire. È il superiore che invia nel nome di Cristo. Il gesuita obbedisce al superiore. Il gesuita si abbassa nella umiltà (il binomio ricorrente nelle C), obbedisce per servire la divina maestà meglio. L'abbassamento serve a obbedire e l'obbedienza serve a lodare e servire la divina maestà nel servizio del prossimo. Di tutto questo, l'ultima menzione dell'umiltà nelle *Costituzioni* fa un bel riassunto ove il contesto è la tentazione della ambizione. Quando i gesuiti cercano le dignità o prelatura sia dentro che fuori la Compagnia, ciò mette in pericolo il buono stato della Compagnia. I gesuiti possono accettare tali carichi di potere solo sotto l'obbedienza verso chi può comandarlo. Dopo aver chiarito questo punto prosegue in testo delle *Costituzioni*:

Ma ciascuno volga l'animo al servizio delle anime, conforme alla nostra professione di umiltà e abbassamento, e a non privare la Compagnia dei soggetti, che le sono necessari per il suo fine (C [817]).

Il fine della Compagnia è il servizio delle anime. La professione d'umiltà e l'abbassamento è ordinato a questo fine. Colui che non ha imparato l'umiltà, vale a dire, chi non si mortifica e non si svuota del proprio amore, interesse e volontà, chi non sa negare sé stesso, non sarà in grado di obbedire il superiore che occupa il posto di Cristo (Cf. C [552, 603, 618, 627, 633]).

Giova assai al profitto ed è molto necessario che tutti si diano alla completa obbedienza, riconoscendo che il superiore, chiunque egli sia, occupa il posto di Cristo nostro Signore, ed avendo per lui internamente riverenza e amore. E non soltanto nell'esecuzione esteriore di quanto egli comanda devono obbedirgli internamente e prontamente, con la debita fermezza ed umiltà, senza scusarsi e mormorare anche se comanda cose difficili e che ripugnano alla sensibilità; ma devono anche sforzarsi di avere interiormente rassegnazione e vera abnegazione della propria volontà e giudizio, conformando totalmente, in tutte le cose, il loro volere e il loro sentimento con ciò che vuole e sente il superiore, dove non si vede il peccato, e ritenendo la volontà e il giudizio del superiore come norma del proprio giudizio⁷⁰, per conformarsi più da vicino con la regola prima e suprema di ogni buona volontà e giudizio, che è l'eterna bontà e sapienza (C [284])⁷¹.

⁶⁷ Cf. VICTOR CODINA, "Conforme a Nuestra Profesión de Humildad y Baxeza", *Manresa* 66 (1994), 59.

⁶⁸ «abbassamento ed umiltà propria» (C [63]). Detto questo in contesto della correzione fraterna.

⁶⁹ C [577, 817].

⁷⁰ In conformità con i numeri C [547] e C [550], e i numeri 5-8 della Lettera sulla obbedienza (ai Gesuiti del Portogallo, 26 marzo 1553, in GESUITI DELLA PROVINCIA D'ITALIA (a cura di), *Gli scritti*, 1234ss) che parlano di tre livelli di obbedienza, ovvero, di esecuzione, di volontà e di giudizio.

⁷¹ Questo paragrafo riguarda ai novizi. I gesuiti formati, ritenendo lo spirito di obbedienza, là dove scorgano il bisogno, devono saper rappresentare la questione.

I gesuiti devono avere riverenza e amore per il superiore e obbedirlo con la debita fermezza ed umiltà. Nel pensare di Ignazio la riverenza, l'umiltà amorosa, l'*acatamiento*⁷² formano una unità, come si può osservare nel brano del *Diario Spirituale* [178] sopraccitato⁷³. È l'umiltà amorosa che rende possibile la "completa obbedienza".

Tra le qualità che deve avere il Superiore Generale, la prima è un'intima unione e familiarità con Dio (Cf. C [723]). La vera umiltà insieme alla carità verso il prossimo appare nel secondo posto:

La seconda è che sia persona, che con l'esempio di ogni virtù aiuti il resto della Compagnia. In lui deve risplendere, in modo speciale, la carità col prossimo, senza eccezione, e segnatamente verso la Compagnia, e la vera umiltà, che lo rendano amabilissimo a Dio nostro Signore e agli uomini (C [725]).

Le qualità che deve avere il Superiore Generale ovviamente sono le qualità che ogni gesuita individualmente deve aspirare e coltivare. Ma nessuno acquisisce il terzo modo di umiltà in una giornata. Le tappe di formazione del gesuita gli forniscono la struttura adeguata per progredire nella vita spirituale. Ciò significa per Ignazio, «Pensi, infatti, ciascuno che tanto profitterà in tutte le cose spirituali, quanto uscirà dal proprio amore, volere e interesse» (ES [189]). La continua abnegazione e abbassamento, cioè, diventare più umile è il criterio del progresso spirituale.

Perché i gesuiti in formazione aspirino alla vera umiltà, i loro superiori devono essere uomini umili.

Si procurerà che il rettore sia persona di grande esempio, edificazione e mortificazione di tutte le cattive inclinazioni, e particolarmente provato nell'obbedienza e umiltà. Abbia anche discernimento, attitudine al governo, pratica di affari ed esperienza nelle cose dello spirito (C [423])

Per aiutare gli altri, il gesuita deve avere una solida formazione intellettuale.

Lo studio, al quale si applicheranno tutti quelli che sono in probazione nelle case della Compagnia, sembra dover riguardare ciò che li aiuta nell'abnegazione, di cui s'è detto, e a crescere maggiormente nella virtù e nella devozione. [...] I collegi, infatti, sono istituiti per apprendere le lettere; le case, invece, sono fatte per dar modo di esercitarle a coloro che le hanno apprese, o per preparare in quelli che devono apprendere il loro fondamento di umiltà e di virtù (C [289]).

La formazione intellettuale si fa sulla base dell'umiltà. La consapevolezza che il fine dello studio e delle lettere non è per il vantaggio personale, bensì per il bene degli altri e la gloria di Dio deve accompagnare tutta la formazione intellettuale. Detta consapevo-

⁷² La parola appare quasi sempre insieme alla riverenza. Non è facile tradurre la parola in altre lingue. La versione italiana dalla quale ho preso la citazione la traduce come ossequio. Le traduzioni inglesi: submission, affectionate awe, respectful surrender. Cf. BERNARD MCGINN, *Mysticism in the Golden Age of Spain (1500-1650)*, The Presence of God: A History of Western Christian Mysticism, Crossroad, New York 2007, 97.

⁷³ Vedi nota 59.

lezza è frutto dell'umiltà. Altrimenti, uno corre il rischio di diventare superbo. I gradi accademici si devono prendere, ma Ignazio avverte:

Nelle date stabilite, dovranno prepararsi agli atti pubblici di esami orali e scritti. Quelli che dopo diligente esame saranno trovati meritevoli, potranno prendere i gradi, ma non occupare posti speciali, per evitare ogni specie d'ambizione o di desideri non bene ordinati. [...] E quando prendono i gradi, non facciano spese che disdicano a poveri. Essi, infatti, devono essere accettati senza pregiudizio [*perjuicio*] dell'umiltà, e unicamente per potere aiutare di più il prossimo, a gloria di Dio (C [390]).

Con questo, Ignazio lascia chiaro che il fine degli studi è il servizio del prossimo. Ma, senza umiltà non si può servire né il prossimo, né Dio, ma sé stesso.

L'osservanza dei consigli evangelici è contributo sostanziale per coltivare l'umiltà.

Così pure, le vesti [...] non contrastino con la professione di povertà, come sarebbe l'indossare roba di seta o panni fini. L'uso di questi deve evitarsi, perché in tutto si conservi l'umiltà e il debito abbassamento, a maggior gloria di Dio (C [577]).

Si vede il chiaro richiamo alla meditazione delle Due bandiere dove il fondamento è costituito dalla povertà dalla quale derivano il desiderio degli obbrobri e l'umiltà.

La incorporazione definitiva alla Compagnia avviene alla fine della formazione. L'umiltà appare come qualità privilegiata in coloro che devono esseri ammessi alla professione definitiva. Specificando gli obiettivi del Terzo anno Ignazio scrive:

Nessuno dev'essere ammesso in alcuno dei modi anzi detti, se non sarà stato ritenuto idoneo nel Signor nostro. Saranno giudicati tali, per essere ammessi alla professione, quei soggetti, di cui con lunghe e diligenti prove si sarà conosciuta ed approvata la vita da parte del Superiore Generale, che verrà informato dai superiori particolari o dalle persone che ne saranno richieste dal Generale. A tal fine, gioverà che quelli che sono stati inviati agli studi, una volta finita la preoccupazione e l'impegno di coltivare l'intelletto, nel tempo della terza probazione insistano nella scuola dell'affetto, applicandosi in quegli esercizi spirituali e corporali, che siano capaci di procurar loro *una più grande umiltà e abnegazione* d'ogni affetto sensibile e d'ogni volontà e giudizio proprio, ed una maggior conoscenza e amore di Dio nostro Signore. Così, dopo aver progredito essi stessi, potranno meglio far progredire gli altri, a gloria di Dio nostro Signore (C [516] enfasi nostra).

Conclusione

Ignazio non definisce l'umiltà, ma ciò che egli comprende per umiltà è spiegato nella considerazione di tre modi di umiltà. È il mezzo per imitare Cristo, amarlo di più e seguirlo da più vicino. La *sequela Christi* nelle Costituzioni si traduce al servizio del prossimo. È il terzo modo di umiltà o almeno il desiderio di quella che è cercata nel candidato che vuole entrare nella Compagnia. Nell'Esame Generale, chi vuole diventare gesuita è esaminato nell'umiltà, se è ben disposto ad abbracciare il terzo modo. Il n. [101] delle *Costituzioni* fa la cerniera fra gli *Esercizi* e le *Costituzioni*. Il candidato anche è esaminato nella giusta disposizione, se è docile ad imparare l'umiltà attraverso le umiliazioni e uffici umili.

L'incorporazione definitiva nella Compagnia dipende da sé il gesuita, attraverso le diverse tappe di formazione è cresciuto nell'umiltà o meno. Chi è privo di vera umiltà nemmeno è considerato ad essere preposito Generale della Compagnia. L'umiltà è la radice della vita del religioso gesuita. Nella misura che la radice della umiltà cresce verso il basso, l'albero produce frutto del servizio, la ragione d'essere della Compagnia⁷⁴. Senza la vera umiltà, uno non può obbedire come Cristo (Cf. Fil 2), quindi non può servire il prossimo e dare maggior gloria a Dio.

Conclusione Generale, un Confronto

Sia Benedetto che Ignazio considerano l'umiltà come la radice di tutta la vita cristiana perché senza l'umiltà non è possibile né una autentica *imitatio Christi* né *sequela Christi*. Seppur i presupposti teologici dei due Maestri spirituali non concordino, ne sottolineano la loro complementarietà. La prospettiva su cui si muove l'esperienza spirituale di Benedetto parte dal "basso". Difatti l'uomo, discende nella propria umanità per ascendere a Dio. Mentre Ignazio parte dall' "alto" vale a dire contemplando l'umiltà della Seconda Persona della Trinità Che si offre di discendere sulla terra per redimire gli uomini.

L'insegnamento di Benedetto è dinamico. La vita spirituale non è concepita come qualcosa di statico, ma come un cammino che conduce il monaco, di tappa in tappa, verso la perfezione della carità. Non si tratta di un programma di atti ascetici che conducono ineluttabilmente ad un grado superiore, si tratta, al contrario, di stabilire bene le fondamenta per una costruzione che Dio solo potrà realizzare. Si tratta di togliere gli ostacoli al lavoro dello Spirito. Ignazio usa la parola "probazione" per la formazione dei gesuiti. Il criterio della crescita spirituale, lungo la probazione e lungo la vita è il costante uscire da sé, dall' amore di sé, interesse e volontà. Le tappe della probazione che culminano "nella scuola dell'affetto" hanno una dinamicità che rende il gesuita sempre più umile, soprattutto attraverso gli "uffici umili e bassi". L'umiltà, come una radice, deve crescere in basso perché Dio solo possa far maturare i frutti sull'albero. Così, per Ignazio come per Benedetto, l'umiltà non è auto-abbassamento ma espressione sincera della libertà dei figli di Dio.

Per Benedetto "l'umiltà consiste nel detestare la propria volontà". Ignazio aggiungerà anche il proprio amore e interesse, dai quali si deve uscire per abbracciare l'umiltà. L'obbedienza al Superiore è trattata, inevitabilmente, all'interno della dottrina spirituale sull'umiltà da parte di tutti e due i Maestri. Si obbedisce a Cristo, rappresentato dal superiore. L'atteggiamento di abnegazione della propria volontà e la rassegnazione, cari ad Ignazio, sono sottintesi da Benedetto nell'impiego dei termini *duris [...] iniuris* (RB

⁷⁴ WIL DERKSE, "Discernment and Humility: Lessons from St Ignatius and St Benedict", in *Seeing the Seeker: Explorations in the Discipline of Spirituality: A Festschrift for Kees Waaijman on the Occasion of His 65th Birthday*, WENDY LITJENS e HEIN BLOMMESTIJN (a cura di), Peeters, Leuven; Paris; Dudley (Mass) 2008, 460.

VII, 35) riguardo l'obbedienza. Per i due Maestri, l'umiltà è autentica quando il religioso obbedisce a un ordine pesante, difficile, ripugnante, e contrario alle proprie tendenze.

Chi è l'uomo davanti a Dio? La risposta dei nostri protagonisti è univoca: una creatura. Nella radice della parola umiltà si trova la parola latina *humus* (terra). Poiché l'uomo si scopre creatura davanti Dio, il suo giusto atteggiamento innanzi al Signore non può che essere di umiltà. Nel capitolo VII della Regola, attraverso i 12 gradi di Benedetto, così come nelle Regole di discernimento di Ignazio sopraccitate, si riconosce l'infinità dell'essenza di Dio, l'uomo comprende quel che di Dio è nell'uomo stesso e in tutto il creato; di proprio egli non trova che il nulla se non il peccato: gli stessi meriti sono dono di Dio. Tale riconoscimento pratico, mentre è adorazione di Dio, è, correlativamente, abbassamento di sé. Simile atteggiamento pone l'uomo in una condizione di verità e di giustizia nei confronti dell'Altissimo considerato non solo come Creatore e Signore, ma anche come Padre. Così intesa l'umiltà costituisce, per Benedetto, tutta l'ascesi monastica, abbraccia tutte le virtù, e, pur poggiando sulla riverenza a Dio, è pervasa di confidenza e d'amore per la Sua paterna bontà.

Se l'uomo si scopre creatura di fronte al proprio Creatore, egli trova la sua pienezza nella riverenza umile davanti a Dio. Mentre per Benedetto l'atteggiamento riverente a Dio si presenta come la radice di tutta l'umiltà, Ignazio unisce insieme umiltà e riverenza, chiedendo a Dio l'una e l'altra.

Ignazio, dieci secoli dopo Benedetto, scrive, evidentemente, in un contesto assai diverso. Per Benedetto lo scopo dell'asceta dei gradini dell'umiltà non era mera ascetica ma si apriva verso una prospettiva spirituale, quindi, non solo "acquisizione" di una virtù ma la capacità di contemplare.

Si ritiene opportuno a questo punto riferire la profonda ispirazione evangelica della *RB* e la centralità di Cristo. Il cristocentrismo risiede nel fatto di riportare ogni cosa a Cristo, di riferire a Lui ogni norma, di riconoscere Lui in ogni persona e situazione. Fratelli, malati, ospiti e poveri sono immagine di Cristo che viene amato e adorato in loro in forza del fondamentale spirito di fede che anima tutta la Regola⁷⁵. Il Cristocentrismo di Ignazio si rende evidente nella descrizione del terzo modo d'umiltà e la sua eco nel n. [101] delle *Costituzioni*. Nel contesto della vita monastica, la conseguenza della imitazione di Cristo umile è amore per i fratelli, che siano malati, ospiti e poveri, la stessa "stoltezza per Cristo", in un contesto nuovo, spinge Ignazio ad "aiutare le anime" ovunque. Perciò, Ignazio concepisce la vita religiosa senza le mura. Il servizio del prossimo sarà la ragione per far parte della Compagnia e con l'umiltà indispensabile, perché tale servizio sia per la gloria di Dio.

⁷⁵Per la centralità di Cristo nella Regola interessanti sono le pagine di L. DE LORENZI, *Il Cristo Signore nella vita del monaco*, in L. DE LORENZI (a cura di) *S. Benedetto agli uomini di oggi*, Abbazia di S. Paolo fuori le Mura, Roma 1982, 363-406.