

..... Appunti di spiritualità cristiana

La lotta contro le tentazioni e i peccati

Mezzi

Nella lotta corporale si adoperano mezzi materiali: la spada, il fucile, ecc. Nella lotta contro il demonio non valgono le armi materiali. È necessario ricorrere a mezzi spirituali. Tali sono la preghiera e la penitenza.

La calma

Nelle tentazioni impure la prima cosa da farsi è il mantenere la perfetta calma di mente. Il demonio cerca di portare il turbamento per far cadere più facilmente. Bisogna mantenersi nella serenità, pensando che finché la volontà è contraria alla tentazione, non si commette peccato; giova pensare pure che il demonio è come un cane attaccato alla catena, il quale può abbaiare ma non mordere. Il fermarsi a contemplare la tentazione o preoccuparsi, non fa altro che rendere peggiore la situazione. Distrarsi subito, occuparsi di qualche cosa, cantare qualche lode sacra. Questo mezzo d'ordinario è sufficiente a smorzare la tentazione e mettere in fuga il demonio.

La preghiera

Non sempre basta la distrazione; occorre la preghiera. Con l'invocazione dell'aiuto di Dio aumenta la forza della volontà e facilmente si resiste al demonio.

Suggerisco qualche invocazione: Dallo spirito di fornicazione, liberami, o Signore! - Dalle insidie del diavolo, liberami, o Signore! - O Gesù, mi chiudo nel tuo Cuore! Maria Santissima, mi metto sotto il tuo manto! Angelo mio Custode, aiutami nella lotta!

L'Acqua Benedetta è mezzo potente per mettere in fuga il demonio. Perciò nella tentazione è utile fare il segno della croce con l'Acqua Benedetta.

Le pie riflessioni giovano a certe anime per superare la mala tentazione: Dio mi vede! Potrò morire subito! Questo mio corpo andrà a marcire sotto terra! Questo peccato, se lo faccio, apparirà al Giudizio Universale davanti a tutta la umanità!

La penitenza

Alle volte non basta la sola preghiera; ci vuole altro e cioè la mortificazione o penitenza.

- Se non farete penitenza, dice Gesù, vi dannerete tutti! - Penitenza significa imporsi dei sacrifici, delle rinunzie volontarie, soffrire qualche cosa, per tenere a freno le passioni corporali.

Il demonio impuro fugge davanti alla penitenza. Perciò chi è fortemente tentato, faccia qualche penitenza speciale. Non si creda che la penitenza accorci la vita o guasti la salute; invece è il vizio impuro che logora l'organismo. I Santi più penitenti sono vissuti più a lungo. I vantaggi della penitenza sono diversi: l'anima resta inondata di gioia pura, sconta i peccati, attira gli sguardi misericordiosi di Dio e mette in fuga il demonio.

Può sembrare un'esagerazione darsi alla dura penitenza; ma per certe anime è un assoluto bisogno.

- È meglio, dice Gesù, andare in Paradiso con un occhio, con una mano, con un solo piede, cioè sottoporsi a grandi sacrifici, anziché andare all'inferno con tutti e due gli occhi, con le due mani ed i due piedi. -

Una tentazione

A proposito di tentazione e di penitenza riporto un esempio di Santa Gemma Galgani. Ecco la narrazione da lei stessa fatta: Una notte mi sentii presa da una forte tentazione. Uscii di camera e andai dove nessuno potesse vedermi o sentirmi; presi la corda, che ogni giorno porto sino a mezzogiorno; la riempii tutta di chiodi e poi me la legai tanto strettamente ai fianchi, che alcuni chiodi mi entrarono nella carne. Il dolore fu così forte, che non potei resistere e caddi a terra. Trascorso un po' di tempo, mi apparve Gesù. Oh, com'era contento Gesù! Mi sollevò da terra, mi allentò la corda, però me la lasciò ... Poi gli dissi: Gesù mio, dove eri tu, quando mi sentivo tentata

in quel modo? - E Gesù rispose: Figlia mia, ero con te, e molto vicino. - Ma dove? - Nel tuo cuore! - Oh, Gesù mio, se tu fossi stato con me, non avrei avuto simili tentazioni! Chi sa, Dio mio, quanto ti avrò offeso? - Forse tu ne avevi piacere? - Dolore immenso invece ne avevo. - Consolati, figlia mia, non mi hai offeso per niente! - L'esempio dei Santi sia di sprone a tutti a fare penitenza.

La Confessione

Se grande è la strage che mena Satana nel campo della purezza, non è molto inferiore quella che compie nel far profanare il Sacramento della misericordia di Dio, cioè la Confessione. Sa il demonio che, commesso un grave peccato, non resta altra strada di salvezza che la Confessione. Perciò si affatica affinché l'anima peccatrice non vada a confessarsi, oppure affinché nella Confessione taccia qualche peccato mortale, oppure affinché, pur confessandosi, non abbia il vero dolore, unito al proponimento di fuggire le occasioni gravi di peccato.