

## APPUNTI PER UNA MEDITAZIONE SULL'UMILTÀ

### II.

#### L'UMILTÀ NELLA SPIRITALITÀ CRISTIANA

Sia i Padri greci che i Padri latini, sin dall'inizio con san Clemente, riprendono il tema dell'umiltà. Tra gli altri va citato sant'Agostino (354-430) che, pur non avendo dedicato un libro all'umiltà, se ne può considerare un grande maestro.

Si comincia a parlare di gradi dell'umiltà con Giovanni Cassiano (360-435 circa), il quale indica dieci indizi di umiltà e sedici segni di superbia nel suo libro *De institutis coenobiorum*. Per Cassiano l'umiltà del cuore nasce dalla più segreta umiliazione della mente, e non la si possiede che nella spogliazione di tutto, nel disprezzo e nella privazione di ogni potere.

Ma il grande sistematizzatore dell'umiltà, sia pure intesa nel senso più generale di vita spirituale, è san BENEDETTO DA NORCIA (480-547). Riportiamo quasi per intero il capitolo settimo della sua *Regola*, dove egli tratta dell'umiltà, per conoscere e amare i grandi maestri della vita spirituale cristiana.

Benedetto riprende i gradi dell'umiltà di Giovanni Cassiano e descrive l'ascesa a Dio con l'immagine della scala di Giacobbe: con l'orgoglio si discende e con l'umiltà si sale, su dodici gradini, alla carità di Dio.

«Il primo gradino dell'umiltà è quello in cui l'uomo, con la visione continua della presenza di Dio dinanzi agli occhi, ispirato dal suo timore (Sal. 35, 2)..., ricorda sempre i precetti di Dio e ripensa dentro di sé perennemente come l'inferno bruci

per i loro peccati i dispregiatori di Dio, e come la vita eterna sia preparata per quelli che lo temono; e custodendosi sempre dai peccati e dai vizi, cioè dei pensieri, della lingua, delle mani, dei piedi, della propria volontà, stronca con sollecitudine le inclinazioni della natura corrotta. Rifletta l'uomo che sempre e senza tregua Dio lo guarda dal cielo, e che le sue azioni in ogni luogo sono vedute dall'occhio divino, e riferite dagli Angeli ad ogni momento. È appunto ciò che ci manifesta il Profeta, quando ci addita Dio così presente ai nostri pensieri, dicendo: *Il Signore conosce i pensieri degli uomini* (Sal. 93, 11). Così pure dice: *Hai visto i miei pensieri da lontano* (Sal. 138, 3)... Ora, per esser cauto riguardo ai suoi cattivi pensieri, il fratello fervoroso ripete di continuo nel suo cuore: *Allora sarò mondo dinanzi a Lui, quando mi sarò guardato da ogni incentivo di peccato* (Sal. 17, 24). Il divieto, poi, di far la volontà propria lo abbiamo dalla Scrittura che ci ordina: *E allontanati dalle tue voglie* (Eccli. 18, 30), e similmente nell'Orazione supplichiamo Dio che si compia in noi la sua volontà (Mt. 6, 10)...

Quanto poi alle inclinazioni della guasta natura, dobbiamo allo stesso modo credere che Dio è sempre presente, secondo ciò che dichiara il Profeta del Signore: *Ogni mio desiderio sta dinanzi a Te* (Sal. 37, 10). Bisogna dunque evitare il cattivo desiderio... La Scrittura ci avverte: *Non andare dietro alle tue concupiscenze* (Eccli. 18, 30).

Dunque se gli occhi del Signore vedono i buoni e i cattivi (Prov. 15, 3), e il Signore dal cielo guarda sempre sui figli degli uomini per scorgere se vi sia chi abbia intelletto e cerchi Dio (Sal. 3, 2); e se dagli Angeli a noi assegnati son riferite quotidianamente al Signore, giorno e notte, le nostre singole azioni, bisogna, fratelli, far di tutto assiduamente perché il Signore non ci veda mai, come dice nel Salmo il Profeta, *incamminati al male e divenuti infruttuosi* (Sal. 3, 3), e se perdonata adesso, perché è misericordioso ed aspetta la nostra conversione, non ci debba dichiarare in avvenire: *Hai fatto questo, ed io ho tacito* (Sal. 49, 21).

Il secondo gradino dell'umiltà si ha quando uno, non

amando la volontà propria, non si compiace di soddisfare ai suoi desideri, ma imita il Signore mettendo in pratica quel suo detto: *Non son venuto a fare la volontà mia, ma di Colui che mi ha mandato* (Gv. 6, 36)...

Il terzo gradino dell'umiltà è quello per cui uno con perfetta obbedienza si sottomette per amor di Dio al superiore, imitando il Signore di cui dice l'Apostolo: *Fattosi obbediente fino alla morte* (Fil. 2, 8).

Il quarto gradino dell'umiltà è quello del monaco che nell'esercizio dell'obbedienza, pur se riceve ordini difficili o ripugnanti, o anche qualunque specie di torti, sa nel silenzio abbracciare volentieri la sofferenza, e sopportando pazientemente non si perde d'animo né indietreggia, poiché avverte la Scrittura: *Chi avrà perseverato sino alla fine, questi sarà salvo* (Mt. 10, 22)... Similmente la Scrittura in altro luogo: *Ci hai provati, Signore; ci hai sperimentati col fuoco, come col fuoco si sperimenta l'argento; ci hai tratti nel laccio, hai aggravato di tribolazioni il dorso nostro* (Sal. 65, 10-11)...

Il quinto gradino dell'umiltà si ha quando tutti i pensieri cattivi che s'affacciano alla mente e i peccati commessi nel segreto il monaco li svela con umile confessione al suo abate, secondo l'esortazione della Scrittura: *Manifesta al Signore la tua via e spera in Lui* (Sal. 36, 5). Similmente dice: *Aprite l'animo vostro al Signore, perché Egli è buono, perché eterna è la sua misericordia* (Sal. 105, 1). Così pure il Profeta: *Il mio peccato te l'ho reso noto, e non ho nascosto le mie colpe; ho detto: paleserò contro di me le mie mancanze al Signore, e Tu hai perdonato l'empietà del mio cuore* (Sal. 31, 5).

Il sesto gradino dell'umiltà consiste in ciò, che il monaco si contenta delle cose piú vili e spregevoli, e a tutto quello che gli venga imposto si giudica inetto ed indegno operaio (cf. Lc. 17, 10), appropriandosi il detto del Profeta: *Mi sono ridotto a nulla e son divenuto uno stolto; mi son fatto dinanzi a Te come una bestia da soma, ma sono sempre con Te* (Sal. 72, 22-23).

Il settimo gradino dell'umiltà è quello del monaco che non solo con la lingua si professa più indegno e spregevole di tutti, ma ne è convinto anche nell'intimo sentimento del cuore, umiliandosi e dicendo col Profeta: *Io poi sono un verme e non un uomo; obbrobrio degli uomini e rifiuto della plebe* (Sal. 71, 7). *Sono stato esaltato, e poi umiliato e confuso* (Sal. 87, 16). E similmente: *Buon per me che mi hai umiliato, perché io impari la tua legge* (Sal. 118, 71).

L'ottavo gradino dell'umiltà è di quel monaco che non fa se non ciò che è suggerito dalla regola comune del monastero o dall'esempio dei maggiori.

Il nono gradino dell'umiltà è quello per cui il monaco frena la lingua dal parlare, e mantenendosi fedele al silenzio, non parla finché non sia interrogato, poiché la Scrittura insegna che *nel molto parlare non si sfugge al peccato* (Prov. 10, 19) e che *l'uomo dalle molte chiacchieire va senza direzione sulla terra* (Sal. 139, 12).

Il decimo gradino dell'umiltà si ha se il monaco non è facile e pronto al ridere, perché è scritto: *Lo stolto nel ridere alza la sua voce* (Eccli. 21, 23).

L'undecimo gradino dell'umiltà è quello del monaco che quando parla, lo fa delicatamente e senza ridere, con umiltà e compostezza, e dice poche ed assennate parole, e non fa chiasso con la voce...

Il duodecimo gradino dell'umiltà si ha quando il monaco non solo nutre l'umiltà nel cuore, ma la mostra anche con l'atteggiamento esterno a quelli che lo vedono: cioè nell'Oficio divino, in chiesa, nell'interno del monastero, nell'orto, per via, nei campi, dappertutto insomma, quando siede, cammina o sta in piedi...

Ascesi dunque tutti questi scalini dell'umiltà, il monaco giungerà subito a quella carità *che divenuta perfetta scaccia il timore* (1 Gv. 4, 18): e per essa tutto ciò che prima compiva con trepidazione, ora comincerà ad eseguirlo senza alcuna fatica,

quasi spontaneamente, in forza della consuetudine, e non già per timore dell'inferno, ma per amore di Cristo, per la stessa buona abitudine e per il gusto delle virtù. Son questi i frutti che il Signore, per l'opera dello Spirito Santo, si degnerà di manifestare nel suo operaio, quando già sia mondo dei suoi vizi e peccati»<sup>1</sup>.

Chi ha influito su tutto l'Occidente medioevale nella comprensione dell'umiltà, è san BERNARDO DI CHIARAVALLE (1091-1153) col suo opuscolo *I gradi dell'umiltà e dell'orgoglio*.

Per prima cosa diamo i titoli dei vari capitoli che parlano dell'umiltà in questo celeberrimo opuscolo:

- Cristo è la via dell'umiltà che conduce alla verità.
- Con quale frutto si salgono i gradini dell'umiltà.
- Il primo gradino della verità consiste prima di tutto nel conoscere se stesso e nel vedere la propria miseria.
- Il secondo gradino della verità, partendo dalla conoscenza della propria debolezza, consiste nel compatire la miseria del prossimo.
- Il terzo gradino della verità consiste nel purificare gli occhi del cuore per contemplare le cose divine e celesti.
- In che modo la Santissima Trinità opera in noi questi tre gradini della verità.

Riassumiamo ora brevemente il pensiero di san Bernardo contenuto nei primi sette capitoli del suo opuscolo.

Partendo dal testo di san Giovanni: «Io sono la via, la verità, la vita» (16, 6), Bernardo dimostra che l'unica strada per giungere alla verità è la via dell'umiltà. L'uomo, per essere stabile

<sup>1</sup> Da *La Regola di S. Benedetto*, versione di D. Anselmo Lentini, Montecassino 1952, pp. 36-47. [Le citazioni scritturistiche sono state uniformate nella grafia ai nostri criteri redazionali - N.d.R.].

nella verità, deve prima di tutto conoscere se stesso. La conoscenza di se stesso è il punto di partenza per l'uomo alla ricerca della verità. È questa conoscenza che genererà l'umiltà; infatti, prendendo coscienza della propria miseria, l'uomo si sentirà spregevole.

La conoscenza della verità si divide in tre parti.

Dapprima l'uomo cerca la verità in se stesso imparando a conoscersi. Cosciente della propria infermità, l'uomo diventa comprensivo e misericordioso verso gli altri; ed allora cerca la verità nel prossimo avvicinandolo con indulgente compassione. Infine, egli cerca la verità in se stesso e purifica il suo cuore per contemplare Dio.

La Santissima Trinità è l'autrice di queste conoscenze soprannaturali.

Il Figlio di Dio, Verbo e Sapienza del Padre, si mostra alla ragione dell'uomo che Egli trova oppresso dalla carne, schiavo del peccato, cieco per l'ignoranza, dedito alle cose esteriori. Egli allora la raddrizza con forza, l'istruisce con prudenza e la trascina nell'interiorità. L'anima, fatta capace dal Verbo di vivere in se stessa, può allora giudicarsi: accusatrice di se stessa, essa rende testimonianza alla verità. In questo modo l'umiltà nascerà dall'unione del Verbo con la ragione umana.

Poi lo Spirito Santo viene a visitare la volontà, questa volontà infetta dai desideri della carne, ma già scossa dalla ragione. Egli la purifica, la riempie d'ardore e la rende misericordiosa. Simile a una pelle che è stata unta, la volontà si dilata e si distende con l'affetto fin sopra i nemici. La carità proviene dall'unione dello Spirito Santo con la volontà. Ormai l'anima umile, purificata da qualsiasi volontà propria, è senza macchia; è senza rughe per via della carità che la anima. Così la volontà non si oppone più alla ragione.

Allora il Padre può unirsi strettamente all'anima come a una sposa gloriosa, Egli la introduce nella sua intimità: dal momento che la ragione non pensa più a se stessa e la volontà non è più presa dagli obblighi della carità verso il prossimo, l'anima felice non può che compiacersi e dire: *Il re mi ha introdotto nella sua stanza* (Cant. 1, 4). L'anima è così condotta

nel primo cielo dal Figlio ed ella esclama: *Signore, so che giusti sono i tuoi giudizi e con ragione tu mi hai umiliato* (Sal. 118, 75). L'anima è condotta dallo Spirito Santo nel secondo cielo, ed esclama: *Come è buono e giocondo che i fratelli abitino insieme!* (Sal. 132, 1). Al terzo cielo (Bernardo allude a 2 Cor. 12, 2) l'anima non è condotta, ma elevata e trasportata nei segreti della verità; ella dice: *Il mio segreto è mio, il mio segreto è mio* (Is. 24, 16).

Sant'IGNAZIO DI LOYOLA negli *Esercizi spirituali*, alla seconda settimana, tratta dell'umiltà e propone una suddivisione dell'umiltà in tre modi o gradi nel servizio di Cristo. Anche sant'Ignazio intende l'umiltà non in senso stretto ma in senso lato, cioè come atteggiamento dell'anima circa il servizio di Dio e l'uso delle creature.

« – Il primo modo di umiltà è necessario per la salvezza eterna; devo, cioè, così abbassarmi e così umiliarmi, in quanto mi sia possibile, da obbedire in tutto alla legge di Dio nostro Signore, di modo che anche se mi facessero padrone di tutte le cose create in questo mondo, o si trattasse di salvare la mia vita temporale, non mi metta a deliberare di trasgredire un comandamento, sia divino sia umano, che mi obblighi sotto pena di peccato mortale.

– Il secondo modo è più perfetta umiltà che il primo, cioè, se io mi trovo in tal disposizione da non desiderare, né essere più inclinato ad avere ricchezze piuttosto che povertà, a cercare onori piuttosto che disonorì, a desiderare vita lunga piuttosto che breve, quando sia uguale il servizio di Dio nostro Signore e la salute dell'anima mia; e inoltre che nemmeno per tutto il creato, nemmeno se mi togliessero la vita, venga io a deliberare di commettere un peccato veniale.

– La terza umiltà è perfettissima, quando, cioè, includendo la prima e la seconda, essendo uguale la lode e la gloria della divina Maestà, io per imitare e assomigliare più attualmente Cristo nostro Signore voglio e scelgo piuttosto povertà con

Cristo povero che ricchezza, piuttosto obbrobri con Cristo coperto di essi che onori, e desidero più di essere stimato sciocco e stolto per Cristo, che per primo fu ritenuto per tale, che savio e prudente in questo mondo».

### LA TEOLOGIA DELL'UMILTÀ

Dopo aver visto il posto che è dato all'umiltà nel pensiero di questi tre grandi santi, è opportuno approfondire il significato teologico dell'umiltà. San TOMMASO ne tratta nella questione 161 della II-IIae della *Summa Theologica*.

Egli divide l'argomento in sei articoli così intitolati:

- Se l'umiltà sia una virtù.
- Se l'umiltà riguardi la sfera dei desideri.
- Se l'uomo per umiltà debba mettersi al disotto di tutti.
- Se l'umiltà sia tra le parti della modestia e quindi della temperanza.
- Se l'umiltà sia la più grande di tutte le virtù.
- Se i dodici gradi dell'umiltà posti nella Regola di san Benedetto siano giustificati.

Vediamo che cosa dice san Tommaso nel primo articolo: «Se l'umiltà sia una virtù». Il santo espone il suo pensiero affermando che l'umiltà è una virtù, rifacendosi sia alle parole della Vergine Maria: «Ha guardato l'umiltà della sua serva», sia soprattutto alle parole del Salvatore: «Imparate da me, che sono mansueto ed umile di cuore».

Per sostenere la tesi che l'umiltà è una virtù, san Tommaso ricorda che il bene arduo ha un aspetto per il quale attrae e un aspetto per il quale respinge. Ora, per i moti affettivi di attrazione occorre una virtù morale che li moderi e li freni, e per quelli di ripulsa una virtù morale che li fortifichi e li stimoli. Per il bene arduo si richiedono, quindi, due virtù: una per moderare e frenare l'animo perché non esageri nel tendere verso

le cose alte, e questo appartiene alla virtù dell'umiltà; l'altra per fortificare l'animo contro la disperazione e spingerlo, seguendo la retta ragione, alla conquista di cose grandi, e questo è proprio della magnanimità. Perciò è evidente — egli conclude — che l'umiltà è una virtù.

Nel terzo articolo, cioè «se l'uomo per umiltà debba mettersi al disotto di tutti», san Tommaso considera due aspetti: ciò che appartiene a Dio e ciò che appartiene all'uomo. Ora ciascun uomo deve mettersi al disotto di qualsiasi altra persona rispetto ai doni di Dio che sono in lei. Ma, senza pregiudizio per l'umiltà, si possono preferire i doni ricevuti da noi da parte di Dio a quelli che ci risultano conferiti ad altri. Nello stesso modo, l'umiltà non esige che uno ponga se stesso, per le sue proprie miserie, al disotto del prossimo riguardo alle miserie di lui, perché ognuno dovrebbe considerarsi più peccatore di tutti gli altri. Tuttavia, uno può pensare che nel prossimo c'è del bene che egli non ha, oppure che in se stesso c'è del male che non si trova negli altri: e così può sempre mettersi al disotto del prossimo.

Questa indagine sull'umiltà, più speculativa che affettiva, può sembrare che non coincida completamente con l'esperienza vissuta ed espressa dai santi, molti dei quali dichiarano di essere gli uomini peggiori del mondo; essa ha però un grande valore speculativo, perché pone chiaramente in termini filosofici e teologici i fondamenti razionali dell'umiltà.

San Tommaso parla dell'umiltà come virtù morale e parte integrante della virtù della temperanza; ma la sua definizione dell'umiltà quale virtù moderatrice e freno dell'anima, perché l'uomo non esageri nel tendere verso cose alte, ci sembra che mal si concili con l'umiltà in Gesù e in Maria.

#### *NOTA - L'umiltà in un teologo moderno: Garrigou-Lagrange*

L'umiltà — afferma GARRIGOU-LAGRANGE nel libro *Le tre età della vita spirituale* — non consiste solo nel reprimere l'orgoglio sotto tutte le sue forme, perché questa virtù fu

esercitata in modo eminente dalla Vergine e in modo eminentissimo da nostro Signore. L'umiltà consiste nell'inchinarsi verso terra e abbassarsi dinanzi a Dio riconoscendo la verità che tra il Creatore e la creatura vi è una distanza infinita. Piú questa distanza ci si presenta in modo vivo e concreto piú siamo umili. L'umiltà cosí intesa ha un suo duplice fondamento dogmatico: il mistero della creazione dal nulla; il mistero della grazia e della necessità della grazia attuale. E da qui derivano quattro conseguenze: 1 - Per noi stessi siamo un vero nulla. 2 - Dio è l'ordinatore supremo che dirige tutte le cose e da Lui dobbiamo ricevere umilmente la direzione generale dei precetti e la direzione particolare per ciascuno di noi, contenti di accettare anche l'ultimo posto nascosto, ma sempre tanto piú fecondo. 3 - Abbiamo bisogno, quindi, del soccorso della grazia attuale che dobbiamo chiedere umilmente per perseverare sino alla fine. Dio è l'autore della grazia. 4 - Dopo il peccato, alla nostra indigenza si aggiunge la nostra miseria, inferiore allo stesso nulla, poiché è un disordine che riduce talvolta l'anima ad uno stato di abiezione addirittura detestabile. Il *Miserere* ci ricorda queste grandi verità:

«Abbi pietà di me, Dio mio, secondo la tua bontà; secondo la tua grande misericordia cancella le mie colpe. Lavami dalla mia iniquità e purificami dal mio peccato... Contro te solo ho peccato, ho commesso ciò che è male ai tuoi occhi... Purificami... lavami e diverrò piú bianco della neve... Distogli la faccia dal mio peccato; crea in me un cuore puro ed uno spirito retto... rendimi la gioia della Tua salute. Chi è che conosce i propri deviamenti? Perdonami quelli che ignoro» (Sal. 50).

La vera umiltà differisce dalla pusillanimità. L'anima umile dice con Maria: «Ecco l'ancella del Signore, si faccia di me secondo la tua parola». Descrivendo l'umiltà verso il prossimo, Garrigou-Lagrange riprende il pensiero di san Tommaso sopra esposto e, aggiungendo un'altra affermazione dell'Aquinate (I, q. 20, a. 3): «Essendo per noi l'amor di Dio causa di ogni bene, nessuno potrebbe esser meglio dell'altro se non fosse amato

maggiormente da Dio. «Che hai tu che non l'abbia ricevuto?» (1 Cor. 4, 7)», sottolinea che l'umiltà non fugge le grandi cose; essa al contrario fortifica in noi la magnanimità facendoci tendere umilmente verso le cose alte, sull'esempio del Maestro che dice: «Il figlio dell'uomo è venuto non per essere servito ma per servire (*umiltà*) e per dare la sua vita per la redenzione di un gran numero di anime (*ecco la magnanimità*)» (Mt. 20, 28).

Come dobbiamo fare in pratica per giungere alla perfezione dell'umiltà, senza la quale non possiamo avere quella della carità?

- Non dobbiamo mai lodare noi stessi
- dobbiamo accettare pazientemente i rimproveri meritati
- dobbiamo pure accogliere pazientemente un rimprovero poco o punto meritato
- avere amore al disprezzo.

Santa TERESA D'AVILA spiega che per avere i gradi più alti dell'umiltà, che sono — essa dice — puri doni di Dio e beni soprannaturali, occorre una certa contemplazione infusa dell'umiltà del Signore crocifisso per noi e il vivo desiderio di rassomigliargli.

L'umiltà di Gesù è l'esemplare eminente della nostra.

Dobbiamo contemplare la maestà infinita del Salvatore per poter comprendere un po' fino a qual punto si è abbassato e non ha ritenuto avidamente la sua egualanza con Dio ed ha annientato se stesso (Fil. 2, 5). Il Verbo non ha lasciato la sua natura divina, ma l'ha come annientata prendendo la natura umana, che è come vuota rispetto alla pienezza infinita di ogni perfezione che è la natura divina. Il Figlio ha preso la forma di schiavo affinché nella sua Persona fosse tanto Figlio di Dio quanto figlio dell'uomo, il neonato del presepe e l'uomo dei dolori inchiodato sulla croce. Eccetto il peccato, Egli ha assunto del tutto la condizione umana: ha voluto nascere tra i poveri, ha sofferto la fame e il freddo, si è affaticato e stancato. San Paolo penetra ancora di più il mistero della *kénosi*: «Ha

umiliato se stesso facendosi obbediente fino alla morte», per testimoniare come uomo che «più grande sei, più devi essere umile in tutte le cose, e troverai grazia dinanzi a Dio; poiché grande è la potenza di Dio ed egli è glorificato dagli umili» (Sir. 3, 18-20).

Contrassegno dell'umiltà è l'obbedienza, che rende meritorie le nostre azioni e le nostre sofferenze, che possono divenire fecondissime perché il Signore ha glorificato il dolore con l'obbedienza e con l'amore. L'obbedienza è grande ed eroica quando non rifiuta la morte e non sfugge l'ignominia. Gesù è stato condannato alla morte più infame ed è stato necessario questo suo abbassamento prima che egli entrasse nella sua gloria di Redentore, sorgente di ogni grazia, oggetto di amore e di adorazione. Cristo, entrando nel mondo, ha detto al Padre: «Tu non hai voluto né sacrifici né oblazioni (*dell'antica legge*) ma mi hai formato un corpo... Allora ho detto: Eccomi... vengo, mio Dio, per fare la tua volontà» (Ebr. 10, 5).

Nel Natale i due estremi si sono uniti: «Il Verbo si è fatto carne». È il riavvicinamento della suprema ricchezza e della perfetta povertà, per dare agli uomini la redenzione e la pace. Non si può concepire una unione più intima tra l'umiltà più profonda e la dignità più elevata. I due estremi infinitamente distanti sono intimamente uniti: Dio solo poteva farlo. È l'unione più stretta tra l'umiltà perfetta e la più eccelsa grandezza d'animo.

Come conciliare nella nostra vita questi due estremi, cioè l'abbassamento che il Signore ci chiede e il desiderio ardente del nostro avanzamento («Siate perfetti come il Padre celeste»)? Questa difficoltà non esiste per le anime che hanno la semplicità superiore che viene dalla grazia: «Chi si farà umile come questo fanciullino, sarà il più grande nel regno dei Cieli» (Mt. 18, 1);

«Umiliatevi sotto la potente mano di Dio, affinché vi sollevi al tempo destinato; mettete in lui tutte le vostre sollecitudini, poiché Egli stesso si prende cura di voi» (1 Pt. 5, 6);

«Umilatevi avanti al Signore, ed egli vi solleverà» (Giac. 4, 10);

«Il Signore mortifica e vivifica, fa scendere negli abissi e

ne ritrae, fa impoverire ed arricchire, Egli umilia ed esalta» (1 Re, 2, 6).

San Paolo vive questa unione di umiltà e grandezza di animo in modo particolarmente misterioso: da un lato egli si dichiara l'ultimo, dall'altro è di una dignità sovrumana. Il principio di questa conciliazione dell'umiltà e della magnanimità (tendere a cose grandi), è espresso da san Paolo stesso nella 2 Cor. 4, 7: «Portiamo questo tesoro in vasi di creta, affinché apparisca che questa somma potenza del Vangelo viene da Dio e non da noi».

Questa conciliazione è espressa in una formula tratta dalle opere di san Tommaso: «Il servo di Dio deve sempre considerarsi come un principiante e tendere sempre ad una vita più perfetta e più santa, senza mai arrestarsi».

Vi è sempre, però, tra il Salvatore e i santi una differenza immensa. Più simile a lui è la Beata Vergine che è stata preservata da ogni colpa e che nel *Magnificat* si manifesta umilissima e sublime; e qualche cosa di simile appare nella vita della Chiesa che, nella sua storia, sembra spesso vinta ma è tuttavia sempre vittoriosa; nella sua umiltà aspira a queste due grandi cose: la gloria di Dio e la salute delle anime. Ogni cristiano deve essere veramente umile e tendere sempre a cose grandi, cioè ad una fede più viva, ad una speranza più ferma, ad una carità più ardente, ad una unione con Dio ogni giorno più intima, pura e forte.

#### VERSO UNA DEFINIZIONE DELL'UMILTÀ

Scorrendo quanto è emerso dal concetto di umiltà nei secoli passati e nei santi, abbiamo visto che non c'è una vera univocità, anche se il senso profondo di piccolezza innanzi a Dio e al prossimo si ritrova sempre.

Per lungo tempo è stata accolta la definizione dell'umiltà, tratta da san Tommaso, come «virtù morale che raffrena l'animo

perché non tenda con moto immoderato a quello che è al di sopra di sé». Come vediamo, è una definizione negativa, sicuramente vera, ma che appunto perché negativa non si può applicare ai modelli di umiltà che ci vengono presentati in Gesù e in Maria. È una definizione che vale eventualmente solo per noi, e non sempre: non sempre, infatti, siamo mossi dal desiderio disordinato.

Un'altra definizione si ritrova nel *Dictionnaire de Théologie Catholique*, sotto la voce *humilité*, nel volume VII: «L'umiltà è quella virtù con la quale l'uomo considerando la propria debolezza, si ritiene fra gli infimi, e ciò a suo modo».

Anche questa definizione, che è stata tratta dall'insegnamento di san Tommaso, mette in evidenza la propria debolezza come parte necessaria della virtù.

Per l'apostolo Paolo gli aspetti negativi dell'anima vengono inglobati e resi secondari dall'umiltà vissuta nell'amore e nel riconoscimento esaltante della grazia di Dio. Basti pensare che per amore e nell'umiltà vissuta nell'amore san Paolo ci comunica le grazie straordinarie che ha ricevuto, come la salita al terzo cielo.

Per questo i teologi moderni superano il concetto dell'umiltà come virtù morale, parte integrante della virtù della temperanza, e cercano altre definizioni. Nel *Dizionario di spiritualità dei laici* sotto la voce umiltà si dice:

«L'umiltà non è solamente una virtù morale e tanto meno marginale. È un atteggiamento psicologico fondato sul rapporto ontologico, cioè sul divario di perfezione che distingue la creatura dal Creatore avente la sua origine prima nel rapporto creativo: la creatura tutto riceve, il Creatore tutto dona. L'umiltà suppone dunque la filosofia e la teologia della creazione. Le dimensioni dell'umiltà, già averti qualcosa d'infinito sulla base della creazione, diventano due volte infinite sulla base del rapporto redentivo. Anche supposta la creatura intelligente con tutti i suoi mirabili doni, rimane sempre valido il principio nettamente enunciato da Gesù: "Senza di me non potete far nulla" (Gv. 15, 5).

L'umiltà è intimamente collegata con le più fondamentali virtù morali e teologali: con la pietà, il timor di Dio, la giustizia, la riconoscenza, la sapienza, la fortezza. È soprattutto legata con la virtù delle virtù: la carità. Umiltà e carità sono come il verso positivo e negativo della stessa medaglia. Non si possono separare senza annientare la sostanza stessa della vita cristiana» (pp. 354-355).

Questa definizione è molto più ampia di quelle date fino a poco tempo fa dai teologi, però mi sembra che sia ancora troppo legata alla psicologia e alla filosofia e non esprima tutta la sostanza divina dell'umiltà.

Più profondamente Vladimir Truhlar nel suo *Lessico* scrive:

«L'umiltà è sincera inclinazione e discesa dell'uomo verso tutto quello che è piccolo e che serve agli altri, compiuta in una unione personale con quello stesso Assoluto che s'inclina e discende verso uno spogliamento di se stesso. Nell'unione vitale con Cristo, l'umiltà del cristiano è un'esperienziale con-attuazione dell'annichilimento di Gesù, il quale "spogliò se stesso, prendendo forma di servo e... si abbassò ancor più, obbedendo fino alla morte... in croce" (Fil. 2, 5-11; cf. 2 Cor. 8, 9: "Conoscite infatti la grazia del Signore nostro Gesù Cristo: da ricco che era, si è fatto povero per voi, perché voi diventaste ricchi per mezzo della sua povertà"; e Apoc. 5, 12: "e dicevano a gran voce: l'Agnello che fu immolato è degno di ricevere potenza e ricchezza...")» (p. 684).

In questa definizione si scorge il legame profondo della nostra umiltà con quella del Cristo: è sicuramente un grande approfondimento rispetto al passato.

Nella sua esperienza spirituale, Chiara Lubich ci offre una descrizione dell'umiltà che, innestata nell'annientamento del Cristo, quale è rivelato in san Paolo, risale all'annullamento totale necessario per realizzare l'unità, che è il modo trinitario di vivere su questa terra, modo trinitario di cui Cristo è l'esempio:

«Virtú che unisce l'anima a Dio e fonde nella stessa creatura l'umano e il divino, è l'*umiltà, l'annientamento*. Il piú piccolo neo d'umano, che non si lasci assumere dal divino, rompe l'unità con gravi conseguenze.

L'unità dell'anima con Dio, che ha in sé, presuppone l'annullamento totale, l'*umiltà* piú eroica. L'anima deve sentirsi al servizio di Dio, sempre sotto l'amoroso comando d'un Padre che comanda per realizzare in noi il suo disegno che è la nostra felicità.

L'unità con le altre anime si raggiunge ancora per mezzo dell'*umiltà*: aspirare costantemente al "primato" col mettersi il piú possibile al servizio del prossimo» (*L'Unità*, appunti per una conversazione, Trento 2 Dicembre 1946).

#### UNA CONCLUSIONE

Come per tutte le virtú, la via maestra per acquistare una vera umiltà è l'amore. Ce lo dice san Paolo nel capitolo tredicesimo della prima lettera ai Corinti, quando cantando l'inno della carità afferma che la carità è paziente, è benigna, non è invidiosa, non si vanta, non si gonfia, non manca di rispetto: virtú, tutte queste, che rientrano nella virtú dell'*umiltà*.

V'è uno strettissimo legame fra la crescita nell'amore e la crescita in tutte le virtú. Si diceva, qualche tempo fa, che le virtú sono delle dita che crescono insieme con la mano; via via che si va avanti nella carità si vedono e si correggono i difetti e, ancora, si scoprono le piccolezze e la grettezza d'animo che impediscono la crescita dell'edificio spirituale. Solo chi è nella carità piú fervorosa vede, con l'aiuto dei doni della sapienza, dell'intelletto e della scienza, i passi che si debbono compiere per andare avanti.

Se l'*umiltà* è il fondamento — come dicono i maestri dello spirito — di tutte le virtú sia teologali (fede, speranza, carità) sia morali, essa è al tempo stesso il coronamento di un amore vissuto verso Dio e verso il prossimo.

Possiamo essere aiutati, allora, a conoscere i gradi dell'*umil-*

tà dal vivere nell'amore. Il *Dictionnaire de Théologie Catholique*, riassumendo il pensiero sull'umiltà sviluppatisi lungo la storia della spiritualità, dice:

«La perfetta umiltà possiede tre gradi: nel primo, l'uomo umile si sottomette al suo superiore e non si stima al di sopra del suo uguale; questa misura è sufficiente perché colui che la pratica non violi il preceitto dell'umiltà. Al secondo grado, l'umile si sottomette al suo uguale e non si preferisce al suo inferiore; questo grado è superiore al primo perché osserva il consiglio evangelico dell'umiltà. Nel terzo grado, l'uomo umile arriva a sottomettersi anche al suo inferiore e compie così tutta la giustizia della quale parla lo Spirito Santo nella Scrittura» (*D. Th. C.*, vol. VII, col. 324).

Vorrei proporre un'altra classificazione, forse ancora più semplice. Il primo passo dell'umiltà è accettare le umiliazioni, anche soffrendo ma senza ribellarsi. Il secondo passo è amare le umiliazioni: questo è già avvicinarsi al mistero della sofferenza di Cristo e cominciare ad assaporarne la ricchezza. Il terzo passo è prediligere le umiliazioni: ritengo che questo terzo grado non si possa vivere senza una grande unione con Dio, dopo avere ormai scoperto il mistero della Croce.

E questa scoperta non è fatta con ragionamenti, ma con la vita vissuta nel dolore. È qui che si comprende come umiltà e unione con Dio sono strettamente legate.

PASQUALE FORESI