

"E' evidente infatti che chi è umile, l'uomo di fede sa che non può fare nulla di buono senza l'aiuto e la protezione di Dio e così non smette mai di invocare Dio perché abbia misericordia di lui"

L'UMILTA' (1)

di s. Doroteo di Gaza



Icona di s. Doroteo di Gaza (VI° sec.)

Disse uno degli Anziani: **«Prima di ogni altra cosa abbiamo bisogno dell'umiltà»**, dobbiamo essere pronti a chiedere « Perdonatemi » ad ogni parola che ci viene detta, perché l'umiltà annienta ogni inganno dell'Avversario». Qual'è il senso profondo di questa parola dell'Anziano? Perché dice che prima di ogni altra cosa abbiamo bisogno dell'umiltà e non invece: « prima di ogni altra cosa abbiamo bisogno di sobrietà »? Dice infatti l'Apostolo: «Ogni atleta è sobrio in tutto»(1 Cor 9,25) o perché non dice: «Prima di ogni altra cosa abbiamo bisogno del timore di Dio»? Difatti sta scritto: «Principio della sapienza è il timore del Signore» (Sal 110,10); ed anche « Il timore del Signore tiene lontani dal male » (Prv 15,27).

E perché l'Anziano non dice: «Prima di ogni altra cosa abbiamo bisogno di fare l'elemosina o abbiamo bisogno della fede»? Infatti sta scritto: «L'elemosina e la fede purificano i peccati » (Prov 15,27) e l'apostolo dice: «Senza la fede è impossibile piacere a Dio » (Eb 11 ,6). Se dunque è impossibile piacere a Dio senza la fede, se l'elemosina e la fede purificano i peccati e se con il timore del Signore ciascuno si tiene lontano dal male e, ancora, se principio di sapienza è il timore del Signore, se ogni atleta è sobrio in tutto, come mai l'Anziano dice: «Prima di ogni altra cosa abbiamo bisogno dell'umiltà » e lascia da parte tutte queste cose che pure sono così necessarie? L'Anziano vuoi farci capire che né il timore di Dio, né il fare l'elemosina, né la fede, né la sobrietà né alcun'altra virtù possono essere realizzate senza l'umiltà. Perciò dice: «Prima di ogni altra cosa, abbiamo bisogno dell'umiltà e dobbiamo essere pronti a dire: 'Perdonatemi!' ad ogni parola che ci vien detta, perché l'umiltà annienta ogni inganno del nemico e avversario ».

Ecco, fratelli, vedete qual è la potenza dell'umiltà, vedete quale efficacia ha il dire: «Perdonatemi!». Perché il Divisore vien chiamato non soltanto nemico, ma anche avversario? Si chiama nemico perché odia l'uomo, odia il bene, perché è sempre pronto a tendere insidie; si chiama avversario perché cerca di impedire ogni opera buona. Uno

vuol pregare? Il Divisore si oppone, glielo impedisce facendo nascere in lui pensieri malvagi, continue distrazioni, oppure gettandolo nell'accidia. Uno vuol fare l'elemosina? e il Divisore glielo impedisce con l'attaccamento al denaro, l'avarizia. Un altro vuole vegliare? Glielo impedisce con la pigrizia e l'indolenza; e così si oppone ad ogni opera buona che cerchiamo di fare. Per questo viene chiamato non soltanto nemico, ma anche avversario. Ed è con l'umiltà, dunque, che si possono annientare tutti gli inganni del nemico e avversario.

Veramente grande infatti è l'umiltà. Tutti i santi hanno camminato nella via dell'umiltà e grazie a questa fatica hanno abbreviato il cammino (...) L'umiltà infatti, anche da sola può farci entrare nel Regno dei cieli come diceva abba Giovanni, ma più lentamente. Umiliamoci dunque un poco anche noi e saremo salvati e se non possiamo sottoporci a grandi fatiche a motivo della nostra debolezza, cerchiamo almeno di umiliarci. Ed io ho fede nella misericordia di Dio, ho fede che per il poco che facciamo in questa via dell'umiltà, ci troviamo anche noi là dove sono i santi che hanno affrontato grandi fatiche servendo Dio. Sì, noi siamo deboli e non possiamo sottoporci a grandi fatiche, ma non potremmo almeno umiliarci? Fratelli, beato chi possiede l'umiltà! Grande è l'umiltà. (...)

L'umiltà protegge l'anima da ogni passione e da ogni tentazione. Quando sant'Antonio vide tutti i tranelli tesi dal Divisore e chiese gemendo a Dio: « Chi mai ne potrà sfuggire? » che cosa gli rispose Dio? « L'umiltà vi potrà sfuggire ». E quale altra parola meravigliosa aggiunse? « E non hanno presa su di essa ».

Carissimo, vedi qual è la potenza, qual è la grazia della virtù? In verità nulla ha più forza dell'umiltà, niente può prevalere su di essa. Se qualcosa di spiacevole accade a chi è umile, se la prenderà subito con se stesso, penserà di esserselo meritato; non si metterà certo a rimproverare un altro, né a farne ricadere la colpa su qualcun altro. Sopporta insomma senza turbarsi, senza affliggersi, in piena pace. Per questo l'umiltà non si adira e non muove ad ira nessuno. Per questo giustamente il santo ha detto: **«Prima di ogni altra cosa abbiamo bisogno dell'umiltà ».**

Ci sono due tipi di umiltà, così come due sono i tipi di orgoglio. Il primo tipo di orgoglio si ha quando si disprezza il fratello, quando non lo si tiene in nessun conto e ci si giudica superiori a lui. Ma se si sta attenti, se non si è vigilianti, poco per volta si giunge al secondo tipo di orgoglio che consiste nell'inorgogliersi contro Dio stesso e nell'attribuire a se stessi, e non a Dio, quello che si è riusciti a fare di buono. (...)

Il primo genere di umiltà consiste nello stimare il proprio fratello più intelligente e superiore in tutto; in una parola, come disse quel santo nel **«mettersi al di sotto di tutti»**. Il secondo genere di umiltà consiste nell'attribuire a Dio tutto quello che riusciamo a fare. Questa è l'umiltà perfetta dei santi, che nasce naturalmente dalla pratica dei comandamenti. Accade infatti come alle piante cariche di frutti; i frutti fanno piegare i rami verso terra, i rami che non portano frutti invece salgono diritti verso l'alto. Ci sono alcune piante che non danno frutto, finché i loro rami si innalzano verso il cielo, ma se si prende una pietra e la si appende ai rami per trascinarli verso terra, allora danno frutti. Così avviene anche all'anima: quando è umiliata, porta frutto, e quanto più porta frutto, tanto più si umilia, poiché **quanto più i santi si avvicinano a Dio, tanto più si riconoscono peccatori.** (...) **Nessuno può esprimere a parole in cosa consista questa umiltà, o come nasca nell'anima, se non la si è appresa con l'esperienza; nessuno può apprenderla a parole.** (...)

Gli Anziani ci hanno detto alcune cose che ci fanno intravedere questa umiltà; ma nessuno è in grado di descrivere come nasca questo atteggiamento di umiltà. Quando **abba Agatone** stava per morire, i fratelli gli chiesero: « Anche tu hai timore, Padre? » Rispose: « Ho fatto il possibile per osservare i comandamenti, ma sono un uomo. **Come posso sapere se la mia opera è stata gradita a Dio? Una cosa è il giudizio di Dio e un'altra quello degli uomini** » Ecco quest'Anziano ci ha aperto gli occhi, ci ha fatto percepire qualcosa dell'umiltà e ci ha indicato la via per raggiungerla. Ma nessuno può dire come sia l'umiltà o come nasca nell'anima; come ho ripetuto spesso, non è possibile

comprenderla con un ragionamento, se non abbiamo meritato di apprenderla con le nostre opere. I Padri ci hanno però detto che cosa ci conduce all'umiltà. Nei Detti dei Padri si racconta che un fratello chiese all'Anziano: « Che cos'è l'umiltà? » e l'Anziano rispose: « **L'umiltà è un'opera grande e divina; la via dell'umiltà** è una via di fatica per il corpo, fatiche compiute con discernimento; **è mettere se stessi al di sotto di ogni creatura e invocare Dio senza sosta** ». Questa è la via dell'umiltà; ma l'umiltà è divina e sfugge ad ogni comprensione. (...)

Se ci si mette al di sotto di tutti come è possibile ritenersi più grandi di un fratello, vantarsi per qualche motivo, lamentarsi del fratello, disprezzarlo? Ugualmente è chiaro che anche la preghiera incessante ci porta all'umiltà, perché si oppone alla seconda specie di orgoglio. E' evidente infatti che chi è umile, l'uomo di fede sa che non può fare nulla di buono senza l'aiuto e la protezione di Dio e così non smette mai di invocare Dio perché abbia misericordia di lui. E chi prega Dio senza sosta, se gli è dato di compiere qualcosa di buono, sa da dove gliene è venuta la capacità e non può vantarsene o attribuire questa opera buona alle sue forze, ma tutto quello che riesce a fare lo attribuisce a Dio e non smette mai di ringraziarlo e di invocarlo. Teme che gli venga meno tale aiuto, e che appaia la sua debolezza e la sua impotenza. E così **grazie all'umiltà prega e grazie alla preghiera si umilia e più fa il bene e più si umilia, più riceve l'aiuto di Dio e avanza grazie alla sua umiltà**. (...)

Dio nella sua bontà ci faccia il dono di essere umili, di quell'umiltà che libera l'uomo da grandi mali e lo protegge da grandi tentazioni.

NOTA

(1) Parte dello scritto sull'Umiltà tratto da Doroteo di Gaza, *Scritti e insegnamenti spirituali*, ed. Paoline, 1980