

## Da paurosi a coraggiosi: santa Ildegarda ci spiega come fare

Inviato da Amministratore

lunedì 17 ottobre 2022

Ultimo aggiornamento lunedì 17 ottobre 2022

di Gelsomino Del Guercio Una persona che vive di paura ha, secondo l'enneagramma, una sensazione di perenne sfiducia. Dalla paura al coraggio: la ricetta di santa Ildegarda di Bingen. Nel libro "Ildegarda e l'enneagramma" (Gribaudo), gli autori don Marcello Stanzione e Annamaria Marraffa indagano sugli studi della monaca tedesca, e li collegano al cosiddetto enneagramma, una mappa della nostra personalità molto utilizzata in psicologia (Aleteia, 28 maggio)...

Santa Ildegarda. - fot. fragment okBadki La ferita Una persona che vive di paura ha, secondo l'enneagramma, una sensazione di perenne sfiducia. Teme di non contare sulla sicurezza per camminare tranquillo per la vita, poiché vede il mondo come un posto pericoloso e insicuro, tende a prepararsi al peggio. La persona di questo enneatipo prova ansia perché teme che accadano situazioni che sono presenti solo nella sua testa. Scappa da persone e situazioni che lo facciano sentire insicuro. Comunica attraverso interrogazioni, domande, fa discorsi energici e contraddittori che lo portano a dubitare di se stesso. Quando si identifica eccessivamente con il suo ego arriva al punto di credere che necessita qualcosa o qualcuno esterno per poter prendere una decisione. Profonda insicurezza. Quando si vede preso dalla sua paura più grande (non avere appoggio né guida esterna), l'enneatipo tende a porre in dubbio le credenze degli altri con lo scopo di abatterli e farli sentire insicuri. Inizia il suo viaggio interiore quando si accorge che dedica troppo tempo ed energia a cercare il suo orientamento fuori di sé. Vedendo nella sua vita le conseguenze di tutto ciò, l'enneatipo 6 arriva alla conclusione che la sua vera essenza non dipende dagli altri. L'ignavia: il primo ostacolo Per concretizzare questa trasformazione dalla paura al coraggio, santa Ildegarda, consiglia prima di tutto, di abbandonare la strada dell'ignavia. L'uomo che si abbandona all'ignavia non vuole opporsi ai vizi, ma con la sua ignavia li attira a sé. Gli uomini stolti nella loro insipienza pensano di essere buoni, e in questo modo invece amano l'inattività e non si procurano alcun bene. Ma, prestando orecchio soltanto alle dicerie, attendono vilmente a chiacchiere a mezza voce e a maldicenze, e riescono a ingrandire a tal punto che addirittura offuscano nella malvagità ogni proposito del loro cuore. Cosa fare per battere l'ignavia Risposta della divina vittoria all'ignavia: "Tu, nella tua vita girovaga con la tua ottusità tremebonda andasti in esilio, ed ingannasti l'uomo. Infatti non hai in te alcuna integrità. Io invece ho la spada delle fortissime virtù di Dio, con la quale recido ogni ingiustizia. Io non voglio una vita che giace nella cenere e le vane vanità di questo mondo, ma desidero giungere alla fonte zampillante". E questo che dobbiamo ripetere a noi stessi per battere l'ignavia. Un altro ostacolo: il rifiuto della fede La persona che ha paura, ignava, rifiuta anche la fede. Parole del rifiuto della fede, secondo santa Ildegarda: "Non conosco altra vita che questa che vedo e tocco, e che posso palpare con mano. E così pur chiedendo e ricercando, vedendo, ascoltando e conoscendo, nulla riesco a trovare. Io non cammino su nessuna strada, né mi addentro in alcuna disciplina, se non in quelle che conosco bene. Io infatti non so che cosa significhi poter prevedere; nulla conosco, se non ciò che vedo. Per cui farò ciò che si rivelerà essere a mio vantaggio". Ripetere a se stessi la "risposta" della fede: "O essere infame, tu sei l'inganno del demonio, che nel suo petto sconfessa tutto ciò che è giusto. La scienza del male è detta serva della scienza del bene. Questa infatti non vuole servire insieme alla serva. Tu rifuggi tutto ciò che di fulgido esiste nella fede. Il tuo modo confuso di ragionare ispira sempre il peccato agli uomini che tu inganni, dal momento che non vuoi camminare sulla via dei comandamenti di Dio. Io invece nella fede lodo Dio poiché desidero tutte le cose che Dio vuole". La vita girovaga e instabile Chi ha paura, ha anche una personalità instabile. Ama la vita girovaga, che secondo santa Ildegarda, "aveva aspetto infantile, ma senza capelli e con volto e barba come un uomo anziano. Pendeva avvolta in fasce nelle tenebre, come mossa dal vento". Parole della vita girovaga: "Io voglio mostrarmi ovunque, perché ovunque si oda la mia voce ed ovunque si veda il mio volto: così espanderò la mia gloria. L'erba infatti cresce ed il suo fiore sboccia. Perciò ovunque mi farò conoscere". Risposta della quieta stabilità, a cui dobbiamo aspirare: "Tu cadrà come il fiore del fieno; tu sei voce della vanità, sguardo dell'iniquità tu procedi instabilmente come una locusta, per cui turbinerai come la neve su luoghi diversi. Tu imiti il modo di vivere degli uccelli che non hanno alcuna fissa dimora". Le conseguenze della vita girovaga Il contrasto tra la vita girovaga e quella di quiete è enorme. Gli uomini che si danno a questo vizio, restano stretti nel rifiuto della fede e nell'impedimento costituito dalla loro volontà. E come se riposassero tranquillamente, quando invece attraverso le tentazioni diaboliche si disperdono nelle diverse e varie vanità di molte attività e di giochi sconosciuti, senza cominciare nulla giustamente e senza terminare nulla giustamente. Ma correndo qua e là in un continuo spostamento come quello di una nube inquieta. Alla vita girovaga, insieme alla fede, e al superamento dell'ignavia, il terzo "tassello" che compone il cambiamento dalla paura al coraggio, si muove sulla rotta della stabilità. Una persona stabile, salda, non più ondivaga riesce ad affrontare le sfide della vita con fermezza e concretezza. Ripetete questi esercizi che ci consiglia santa Ildegarda per allontanare i vizi e incrociare una vita molto più serena.