

ILARIO ASSAGIOLI

DAL DOLORE
ALLA PACE

arcobaleno di pensieri
con introduzioni di Roberto Assagioli



ISTITUTO CINTAMANI

Via S. Giovanni in Fiore, 24 - 00178 Roma Tel. 067180832
www.istitutocintamani.org info@istitutocintamani.org

“E venni dal martiro a questa pace”
DANTE

(Paradiso, XV, 148)

A tutti coloro che soffrono, affinché dalla loro notte spunti l'alba dell'accettazione e del superamento, l'autore offre questa raccolta — frutto di dolore — con l'augurio che ognuno sappia trovarvi dei semi di gioia.

PREFAZIONE

Quando, durante lunghi anni di malattia ⁽¹⁾, andavo trovando nelle mie numerose letture qualche massima, aforisma o pensiero e li trascrivevo per formarne una raccolta (questa raccolta, le cui rubriche nascevano una dopo l'altra quasi spontaneamente), non pensavo che sarebbe venuto il momento in cui verrebbe pubblicata in volume. Era mio vivo desiderio di farla conoscere, poiché sapevo per esperienza personale quanto possono sollevare ed aiutare certe affermazioni sulla gioia, sull'ottimismo, sulla speranza, nei momenti più oscuri della vita.

Il valore umano di questo volume è dato, oltre che dal contenuto, dal fatto che esso è frutto di sofferenza reale e che il primo ad aver attinto aiuto dalle sue pagine è il compilatore stesso. Suo scopo immediato è, come ho detto nella dedica, quello di aiutare ad accettare e vincere il dolore, riconoscendone la funzione purificatrice ed elevatrice. Però esso si rivolge — non meno che a chi soffre fisicamente o moralmente — ad un'altra ed ampia categoria di persone: agli insoddisfatti, a coloro che si sentono a disagio nella vita comune, piena di cose piacevoli ma vuote, e che cercano qualcosa di meno effimero e di più profondo, qualche base salda e duratura su cui fondare la propria dimora interna. Ed oggi che i disorientati e gli insoddisfatti sono più numerosi che mai, il riflettere su certe verità eterne, presentate in forma varia dai grandi spiriti di ogni tempo e nazione, può far apparire meno lontana la prima mèta di ogni realizzazione spirituale, la rivelazione del Sé interiore, del proprio Centro spirituale. Affinché ciò avvenga, bisogna che alla lettura dei precetti segua la loro attuazione; infatti, per dirla con i cinesi, "l'insegnamento che entra solo nell'orecchio è come un pasto consumato in sogno". E i pasti sognati non sono molto nutrienti!

Tuttavia occorre ricordare che l'insoddisfazione prelude alla ricerca e che la ricerca è già in parte possesso. Con chi è insoddisfatto vi è sempre speranza e chi è disorientato può esser condotto a trovare la sua via, mentre è molto difficile, direi quasi impossibile, smuovere e interessare a cose superiori chi è tutto immerso nei propri interessi materiali ed egoistici o chi è soddisfatto di sé.

Ad ognuna delle tre parti in cui è divisa la raccolta è premessa una breve introduzione, scritta da mio padre Roberto Assagioli, al quale devo già tanta gratitudine per tutto quello che ha fatto, umanamente e spiritualmente, per me. Vi sono anche qua e là alcuni pensieri tratti dai suoi scritti inediti, mentre non ho voluto di proposito includere pensieri miei personali, salvo alcuni pochi che ho messo tra quelli anonimi.

La cernita accurata dei pensieri più significativi e meno conosciuti, fra le molte migliaia che avevo raccolti, è stata fatta in modo da dare un panorama universale: così, accanto a quelli di pensatori e scrittori occidentali, ve ne sono non pochi di autori indiani o orientali in genere. Ciò che ho cercato di fare durante la selezione è stato di scartare le massime più note e quelle più ovvie e di preferire i pensieri che avessero insieme a un significato profondo anche una forma viva ed originale, sforzandomi di evitare il pericolo indicato dallo Chamfort quando afferma che "La maggioranza dei raccoglitori di versi o di motti di spirito somiglia a coloro che mangiano ciliege oppure ostriche: scelgono dapprima le migliori e finiscono per mangiarle tutte!".

Un altro punto su cui vorrei richiamare l'attenzione del lettore è il valore intrinseco della "massima" quale modo e mezzo di espressione; lo farò con le parole che Michel Epyu premette alla sua raccolta di pensieri Comment être heureux (Paris, Payot): "Una frase breve ha spesso un'efficacia maggiore di un intero libro. Per la brevità stessa, la verità che esprime ha più forza e il suo significato sembra più essenziale, più alto, più ricco. Essa s'incide meglio nella mente e per poco che abbia

⁽¹⁾ Ai quali seguì un sereno trapasso, all'alba del 6 novembre 1951 (R.A.)

qualche riferimento nascosto alla nostra preoccupazione o al nostro stato d'animo del momento, ci colpisce, rimane in noi; la possiamo così ripetere nelle ore in cui più abbiamo bisogno di crederci e di metterla in pratica; così può avere un notevole influsso sulla nostra volontà e quindi sul nostro destino ”.

*Non bisogna dimenticare però che la "massima" è uno stimolo più che un alimento; essa esige da parte del lettore più acutezza e spirito di sintesi che un 'opera complessa. Essa gli lascia la cura di ricordare, di completare, di unificare e fa alla sua intelligenza ampio credito. "Non vi sono pensieri che per l'uso di coloro che pensano... ". Ciò dice Gustave Thibon nella prefazione del suo ottimo *Pain de chaque jour* (Ed. du Rocher, Monaco) e così continua: "L'autore di massime orienta il lettore verso le differenti vie del pensiero, ma non s'impone a lui quale un cicerone importuno, lasciandogli la gioia di scoprire, o meglio ancora quella d'indovinare. Mentre un 'opera didattica si impone a noi con tutto il peso delle sue prove e delle sue deduzioni, vere o false che siano, l'aforisma non può produrre i suoi frutti che in un clima di libertà, di fiducia, di intimità; il suo autore fa continuamente credito al lettore, ma ha bisogno che il lettore a sua volta gli faccia continuamente credito. Egli non aspira a illuminare gli uomini con la propria lanterna: sua unica ambizione è di aiutarli a meglio contemplare il sole ". Fin qui il Thibon, ed io non avrei saputo dir meglio. Del resto questa universalità della saggezza, questa unità della verità, riconosciuta dai più grandi spiriti di ogni tempo, è affermata già nella Bibbia: "Le parole dei savi sono come degli stimoli e le collezioni di sentenze sono come paletti ben piantati; esse sono date da un solo Pastore " (Ecclesiaste, XII, 13).*

ILARIO ASSAGIOLI

PARTE PRIMA

LA RICERCA

DAL DOLORE ALLA MEDITAZIONE

Si può dire che *dolore e pace* sono i due punti estremi della traiettoria che l'uomo percorre nel corso della sua evoluzione interna, da quando comincia ad acquistare una vera coscienza di se stesso fino a quando giunge ad unirsi in modo volenteroso con la Vita universale, ad inserirsi armonicamente nei ritmi cosmici.

Durante la maggior parte del lungo pellegrinaggio sulla via evolutiva il dolore è, in qualche misura, inevitabile. Esso ha funzioni utili, anzi preziose e necessarie. Tali funzioni sono molteplici; ma ve ne sono quattro principali e particolarmente benefiche.

Nei primi stadi della evoluzione umana — ma in qualche misura anche in quelli successivi — soltanto, o soprattutto, il dolore vale a scuotere l'uomo da un passivo adagiamento, dalle comode “routines”, dalla sua fondamentale pigrizia mentale e morale, dal suo ristretto egocentrismo. Il “buon dolore”, nelle sue numerose e svariate forme, lo induce, lo obbliga a “svegliarsi”, a suscitare le proprie energie latenti, a *volere* e a metter in valore i suoi “talenti”.

La seconda funzione benefica del dolore è in un certo senso inversa della prima: è quella di svincolare l'uomo da attaccamenti eccessivi a cose o persone; di affrancarlo dalla schiavitù in cui lo tengono i suoi istinti, le sue passioni, i suoi desideri; di impedirgli di commettere nuovi errori e nuove colpe. Questa è dunque una funzione *purificatrice* e *liberatrice*.

La terza funzione del dolore, collegata con la precedente, è quella di indurre l'uomo a *disciplinarsi*, a dominare le incomposte energie istintive, emotive, mentali che si agitano in lui; a *ordinarle* ed *organizzarle*, in modo che esse divengano costruttive e non distruttive; a trasformarle, incanalarle, utilizzarle per attività feconde, e benefiche, per fini elevati ed umanitari. Ciò richiede un'energica e assidua “azione interna”; ma i mirabili risultati che se ne ottengono compensano ampiamente della fatica. Il possesso di sé, il senso di sicurezza e di potenza nel proprio reame interiore danno profonde e durevoli soddisfazioni. E l'ordine significa armonia e bellezza.

Infine il dolore induce, obbliga al *raccoglimento*, alla *riflessione*, alla *meditazione*. Esso ha il prezioso e necessario ufficio di richiamarci dalla vita volta all'esterno, dispersa e dissipata, superficiale e materialistica che troppo spesso conduciamo. Il dolore ci scuote, ci fa “rientrare in noi stessi”; arresta la nostra corsa affannosa; ci fa volgere lo sguardo *al di dentro* e *verso l'alto*. Così noi cominciamo veramente a *pensare*, a porre a noi stessi i grandi problemi della vita, a cercar di trovarne la giustificazione, di comprenderne il significato, di intuirne lo scopo e la mèta. Allora cominciamo a creare il silenzio in noi stessi, a “interrogare”, a pregare, a invocare. Allora comincia il colloquio, il “dialogo” interno con un Principio, una Realtà superiore, con la nostra Anima profonda, con Dio.

Vedremo più oltre, nella seconda *Introduzione*, quali ne sono i frutti preziosi.

Riguardo al dolore occorre però fare una riserva e prevenire eventuali esagerazioni.

Il riconoscimento delle preziose funzioni del dolore non deve indurci a sopravvalutarlo, a farneticare un culto, fino a non tentar di alleviarlo o peggio ad infliggerlo agli altri (o anche a noi stessi), quando ciò non sia veramente necessario o sicuramente utile. Si può dire, un po' paradossalmente, che il dolore ha valore se ed in quanto porta alla propria eliminazione, al proprio superamento. In altre parole il dolore non è fine a se stesso, ma un mezzo per produrre certi effetti, per insegnare certe lezioni. Quando esso ha assolto queste funzioni, possiamo e dobbiamo dirgli “grazie” e poi lasciarlo indietro risolutamente.

La valutazione del dolore non deve renderci sospettosi e diffidenti della *gioia*. Questa ha, al pari del dolore, alte e necessarie funzioni. Anzitutto essa è “dinamogena”; il suo primo dono è quello di risvegliare ed accrescere le nostre energie, di attivare persino

il ricambio organico, di elevare il nostro tono vitale; essa può considerarsi veramente come un efficace mezzo di cura. La gioia scaccia le nebbie della depressione, ci libera dalla paura e soprattutto dal malsano “impietosimento di noi stessi”. La gioia poi è “comunicativa”: si effonde, s’irradia sugli altri beneficandoli, creando fra noi e loro rapporti armonici e fecondi. Perciò la gioia, lungi dall’essere qualcosa di cui farsi scrupolo, costituisce un vero e proprio *dovere* verso gli altri.

ROBERTO ASSAGIOLI

I

GIOIA - DOLORE

Vi ho detto queste cose affinché la mia gioia sia in voi e la vostra gioia sia completa.

GESÙ

Un grande dolore è sempre un messaggero di Dio. Al suo tocco l'uomo si sveglia dal sogno della vita, i fantasmi si dileguano, le agitazioni si acquietano, i frastuoni tacciono. Un grande dolore porta con sé un grande riposo e un grande silenzio; e allora l'anima ascolta.

D. CAPRILE

Ha visto solo metà dell'universo chi non ha mai visitato la casa del Dolore.

R. W. EMERSON

L'uomo è uno scolaro e il dolore è suo maestro; nessuno si conosce finché non ha sofferto.

DE MUSSET

Chi non ha sofferto non sa niente; non conosce né il male, né il bene, non conosce gli uomini, non conosce se stesso.

FÉNÉLON

Domina il tuo dolore, altrimenti esso dominerà te. Domina il tuo dolore e apprendi così che sei un uomo.

E. HUBBARD

Io ricevetti il dono della sofferenza e divenni poeta.

E. IBSEN

La sofferenza è una notte seminata di stelle.

Sentenza indiana

Quantunque il dolore come un torrente sopraggiunga impetuoso, mentre il saggio con calma lo guarda, ecco è passato.

Sentenza indiana

L'albero torna a germogliare dopo reciso, anche la luna calante torna poi a ricrescere; riflettendo a questo il saggio non si lascia sopraffare dal dolore nelle calamità della vita.

Sentenza indiana

Quando io penso all'instabilità del piacere e del dolore mi dico: Perché mi lascerei prendere dall'afflizione? Che posso fare io e quale azione mia potrebbe sottrarmi al dolore? Io dunque cerco con tutte le mie forze di non cadere nella tristezza.

Sentenza indiana

Sorridi con pazienza e fiducia quando viene il dolore, portalo in tua compagnia: per vincerlo non v'è miglior mezzo.

Sentenza indiana

Quando il dolore non riesce ad abbattere il cuore dell'uomo, vinto e disfatto se ne va.

Sentenza indiana

Soffrire non basta. Vi sono dei dolori sterili, vi sono dei dolori che diminuiscono. Il fuoco purifica, ma può anche disseccare e indurire. Soffrire conta poco: ciò che importa è la qualità del nostro dolore, è soprattutto l'accoglienza che facciamo alla prova. Vi è una "ars dolendi" più preziosa della sofferenza.

GUSTAVE THIBON

Le gioie di quaggiù ci rivelano, come dice Pascal, che le cose create sono l'immagine di Dio; ma la disperazione ci insegna che esse non ne sono che una immagine. La felicità è nelle nostre anime il riflesso di Dio immanente e creatore, ma la disperazione è l'ombra di Dio trascendente e solitario. E l'una e l'altra sono delle prove che, fedelmente superate, ci elevano, la prima verso Dio in quanto Egli si manifesta e la seconda verso Dio in quanto Egli si nasconde.

G. THIBON

Le nostre lacrime sono fatte per la terra e i nostri sguardi per il Cielo. Piangi, ma volgi in alto gli occhi.

G. THIBON

Sei capace di soffrire senza ribellione? Allora, te ne prego, gioisci senza rimorsi!

G. THIBON

La gioia è l'espressione della sicurezza dell'anima.

ALICE A. BAILEY

Non posso fare a meno di pensare che il mondo sarebbe migliore e più bello se gli educatori insistessero sul dovere della gioia altrettanto quanto sulla gioia del dovere. Sì, noi dovremmo essere quanto più possibile gioiosi, poiché essere felici è un metodo eccellente per contribuire alla felicità degli altri.

LUBBOCK

Non vi è nulla che il corpo soffra che non possa giovare all'anima.

X

Come la gioia condivisa si raddoppia, l'affanno condiviso diminuisce, o almeno se ne tempera assai l'amarrezza. Le più forti e fedeli amicizie furono sempre fondate più sul dolore che sulla letizia.

LEA

Fa che dal dolore di ognuno nasca l'amore per tutti.

NINO SALVANESCHI

La felicità dell'uomo è l'armonia morale con sé medesimo.

E. ZELLER

Oh! il tremore del fogliame di quella palma così solitaria in tanta altezza di cielo! Si batte coi venti che l'erba minima ignora.

MOSAMO AKIKO

La pena di non sentire Dio è un modo di sentire Dio.

ROBERTO ASSAGIOLI

Dio è la gioia: perciò ha appeso il sole dinanzi a casa sua.

X

Se il cielo ti prova oggi è per renderti più compassionevole domani ai mali degli altri. Il cuore è come quelle specie di alberi che non danno il loro balsamo, per sanare le ferite, se non dopo essere stati essi stessi feriti.

CHATEAUBRIAND

Ricordatevi che si può “andare” direttamente a Dio seguendo pacificamente la via comune: ma che non si ritorna a Dio che per la via del dolore.

H. LASSERRE

La palla cadendo a terra si risollewa subito; l'avversità non dura a lungo per il saggio. *Sentenza indiana*

Siate gioiosi, poiché la gioia fa entrare la Luce e dove vi è la gioia non vi è illusione né incomprensione.

ALICE A. BAILEY

Tutte le fonti della mia gioia sono in Te!

Salmo 87, v. 7

La sofferenza, nella forma scelta da Dio è un pilota infallibile; tutto sta nel saperne e volerne trarre profitto.

Quando guardiamo in noi senza volerli lusingare restiamo sempre sorpresi nel vedere fino a qual punto il dolore ha colpito nel punto giusto. Sta a noi di non soffrirne invano; il modo con cui si sa sopportare la prova è l'indice del valore morale di un uomo.

S. BLANCHE

Guai all'ammalato che non sente mai dolore! Egli non si cura dalla infermità nascosta che insidia la sua esistenza. Il dolore invece gli rivela sicuramente la malattia e gliene indica la sede.

G. ROSTAGNO

Ho dato al mio dolore un nome e l'ho chiamato: “Il mio cane...”.

F. NIETZSCHE

... ma non poterono impedirgli che dal suo dolore brillasse un sorriso, come dalla pioggia l'arcobaleno e molti arcobaleni conoscono il dolore che il sole dell'anima irradia. (Heine).

A. CERVESATO

Qualunque prova venga inflitta all'uomo forte, la sua costanza non si smentirà. Rovesciate la candela, la fiamma salirà sempre verso l'alto.

Sentenza indiana

È più facile contenere il dolore che la gioia. Il dolore tende ad isolarsi, la gioia ad espandersi.

E. Z.

Il progresso dipende dalla somma di dolore che è sopportato... La legge del dolore è inerente all'essere nostro. Bisogna imparare a soffrire volontariamente e a trovare in questo la nostra gioia. La libertà non si potrà acquistare che a questo prezzo.

GANDHI

Abbandonarsi al dolore senza resistervi, uccidersi per sottrarsi ad esso, vale quanto lasciare il campo di battaglia prima di aver vinto.

NAPOLEONE I

Le croci reggono noi più che noi le croci.

N. TOMMASEO

La beatitudine è la gioia di Dio è la gioia della mia anima e sarà la mia forza eterna.

ALICE A. BAILEY

Il dolore è il grande educatore dell'uomo. Esso gli ha insegnato le arti, la poesia, la morale; gli ha ispirato l'eroismo con la pietà; ha dato pregio alla vita permettendo che essa fosse offerta in sacrificio.

ANATOLE FRANCE

I grandi dolori ci salvano dai piccoli.

☪. RICHTER

Considerate come argomento di completa allegrezza le prove svariate in cui venite a trovarvi.

S. GIACOMO

La sofferenza è la forma superiore dell'azione, la più alta espressione dell'ammirevole Comunione dei Santi, e soffrendo si è sicuri di non errare (come talvolta agendo), sicuri di essere utili agli altri e alle grandi cause che si sogna di servire.

E. LESEUR

Soffrire ed essere infelici non sono affatto la stessa cosa.

E. LESEUR

Non lasciamo vedere delle nostre lacrime se non quelle che cadono sui mali altrui. Esse solo sono feconde.

G. MICHELET

Molti sventurati furono fatti poeti dall'ingiustizia patita. Impararono soffrendo quanto insegnano cantando.

SHELLEY

La sofferenza ha questo di vero e di profondo: che ci fa necessariamente o salire o scendere; non conosce uno status quo, né una linea orizzontale, porta al cielo o all'inferno. Colui che cammina nel dolore non cammina in pianura.

G. THIBON

Ogni elevazione è il frutto di un dolore superato. Salire è sormontare.

G. THIBON

Sofferenza e tragedia. Il tragico non è né negli avvenimenti né negli atti, è nei cuori. La vita meno caotica in apparenza può racchiudere più angoscia e inferno interiore che quella di Priamo o di re Lear. Poiché l'inferno, come il cielo, è dentro di noi: il cielo nell'anima, l'inferno nell'io personale.

G. THIBON

Quando arriviamo allo stadio in cui è avvenuto il perfetto accomodamento tra il finito che è in noi e l'infinito, il dolore stesso diviene un capitale prezioso; esso è la misura con cui stimiamo il vero valore della nostra gioia. Il più importante insegnamento che si può ricavare dalla vita consiste non già nel riconoscere l'esistenza del dolore in questo mondo, ma nel comprendere che dipende da noi il convertirlo in grande beneficio e in altrettanta gioia. E ciò può effettuarsi soltanto quando noi comprendiamo che l'io individuale non costituisce lo scopo supremo del nostro essere, ma che in noi v'è l'Essere Universale il quale è imperituro, non teme la morte e la sofferenza e considera il dolore soltanto come l'altro aspetto del piacere... Poiché il dolore è la vestale consacrata al sacrificio dell'immortale perfezione; quando prende il suo vero posto davanti all'altare dell'infinito, allontana il bruno velo e scopre il volto a chi la contempla come una rivelazione di gioia suprema.

R. TAGORE

Chi non ha mai mangiato il suo pane in tristezza,
Chi non ha mai trascorso le ore della notte
Piangendo e aspettando l'aurora,
Non vi conosce ancora, o Potenze Celesti.

GOETHE

Quale tremenda croce essere senza croce.

S. AGOSTINO

Anche se Cristo fosse nato mille volte a Betlemme
Se non è nato in te stesso, la tua anima resta isolata;
Tu guardi invano verso la croce del Golgota
A meno che essa non sia stata in te stesso innalzata.

ANGELO SILESIO

Non hai compiuto tutti i tuoi doveri se hai trascurato quello di essere allegro.

C. BUXTON

Siamo allegri ricordandoci che le disgrazie più gravose a sopportare sono quelle che non arrivano mai.

LOWELL

La gioia e il dolore degli altri dipendono anche da noi stessi; non ci si rende conto in generale di quanto male possa fare un giudizio sfavorevole e pessimistico gettato là alla leggera e quanto bene una parola buona detta senza parere e "en passant".

X

Santa Caterina da Siena attribuiva alla tristezza un'origine diabolica. Infatti lo scopo del demonio è quello di opprimere l'anima con la noia, la tristezza, il turbamento, l'angoscia. Santa Teresa diceva di non temere nulla quanto la perdita della gioia in un'anima. Sì, i Santi hanno gioito intensamente, essi sono stati unti con l'olio della allegrezza.

VAN HOUTRYVE

Se alcuno di voi è triste: preghi!

S. GIACOMO

È meglio per il cuore umano piangere e consolarsi, che cessare, non piangendo, di essere un vero cuore umano.

S. AGOSTINO

Gioire è saggezza; far gioire è virtù.

Proverbio persiano

Un'oncia di sofferenza val più che una libbra di azione.

S. FRANCESCO DI SALES

Tanta sofferenza per giungere a questo punto: ma per giungere a questo punto è necessaria tutta questa sofferenza.

VITTORIO PIFFER

Riflettete sulla gioia, sulla felicità, sulla gaiezza e sulla beatitudine, poiché esse aprono i canali della vita interiore... Esse risanano e purificano il corpo ed aiutano ad eseguire il proprio lavoro con poco sforzo, con un giusto senso dei valori e con un distacco basato su l'amore e non sull'isolamento.

ALICE A. BAILEY

La miglior gioia della vita è nel saper soffrire.

NINO SALVANESCHI

Nessuno mi sembra più infelice di chi non conobbe sventura.

SENECA

Gli sciocchi vivono senza trovare la gioia di vivere.

DEMOCRITO

La sofferenza è la via più breve verso la saggezza.

MEISTER ECKART

Il lavoro è il miglior medico del dolore. Negli affanni e nei disinganni lavorate ostinatamente.

X

Abbi il coraggio di vivere il domani del tuo dolore e sarai salvo.

Proverbio cinese

Questo è saggezza per l'uomo: preservare lo spirito divino che è dentro di noi sereno e incontaminato al di sopra di ogni dolore e piacere.

MARCO AURELIO

D'essere felici ci si stanca presto: render gli altri felici è un piacere che si rinnova all'infinito.

BISMARCK

Quando non possiamo far sprizzare luce dai nostri dolori, è meglio lasciarli nell'ombra.

X

Qual è la causa perché il mondo dura? L'ignoranza. Di che? Delle quattro nobili verità:

1. L'esistenza del dolore.
- 2.- L'origine del dolore.
3. La cessazione del dolore.
- 4.- La via che conduce alla cessazione del dolore.

BUDDHA

Quando si sa mettere la gioia nel dolore, oh, che pace deliziosa!

SUOR ELISABETTA DELLA TRINITÀ

Vivere ardendo e non sentire il male!

GASPARE STAMPA

Felice è la vita nostra, di noi che nulla possediamo, perché è nostro cibo la gioia, che ci fa pari agli Dei luminosi.

BUDDHA

Tutte le creature sono originate dalla gioia, per la gioia si conservano, progrediscono verso la gioia e alla gioia ritornano.

R. TAGORE

Scintille di viva luce sprizzano dall'acceso ferro, quando è tormentato dal maglio; pensieri luminosi sorgono dall'anima quando è tormentata dal dolore.

ROSA BORGHINI

Che altro sono i servi di Dio se non i giullari di Lui, destinati a rialzare il cuore degli uomini e portarli alla gioia dello spirito?

S. FRANCESCO

È dalla castità del cuore e dal fervore della preghiera che nasce la gioia dello spirito.

S. FRANCESCO

Quando siete tristi sforzatevi di mantenere sollevati gli angoli della bocca e diverrete allegri.

E. COUÉ

O gioia! o ineffabile allegrezza!
O vita intera d'amore e di pace!
O senza brama sicura ricchezza!

DANTE

Colui che teme di soffrire, soffre già ciò che teme.

MONTAIGNE

La gioia più grande è di dare la felicità e coloro che la ignorano hanno ancora tutto da imparare dalla vita.

GEORGE DUHAMEL

La felicità non è nelle cose, ma negli uomini: chi l'ha dentro la trova subito nelle cose piccole; chi non l'ha la cerca invano nelle grandi.

SALVATORE FARINA

Potersi stupire è gran parte della felicità. Saper sorridere è distribuire un po' di gioia.

NINO SALVANESCHI

Noi siamo felici nella esatta misura in cui sappiamo dimenticarci.

CHARLES SÉCRETAN

Nulla può abbellire il nostro volto, il nostro comportamento, quanto il desiderio di diffondere gioia e non tristezza attorno a noi.

R. W. EMERSON

Un cuore allegro fa bene come una medicina.

SALOMONE

Il dolore dovrebbe essere, come la gioia, maestoso, sereno, calmante, purificatore, liberatore.

AUBREY DE VERE

Bisogna che i nostri volti siano radiosi di gioia per illuminare i volti tristi. Un uomo visibilmente gaio, felice e contento della sua sorte è un benefattore pubblico.

SAVAGE

L'infelicità dipende non tanto da ciò che ci fa soffrire quanto dall'immaginazione che aumenta i nostri malanni.

EPITTETO

Chiunque vuoi conquistare la gioia deve dividerla con qualcuno: la felicità è nata gemella.

BYRON

Nessuno può spiegare agli altri cosa sia la felicità. Ma sono convinto che nessuno può essere felice se vive soltanto per se stesso. La gioia di vivere nasce in noi quando ci dedichiamo completamente a uno scopo che sappiamo essere più grande, più duraturo, più prezioso di noi stessi.

... Sono degni di pietà coloro che nella vita preferiscono essere spettatori invece di attori: perché la vera felicità consiste soltanto nel dar tutto se stesso a uno scopo.

JOHN MASON BROWN

Ecco la vera gioia della vita: essere utilizzati per uno scopo del quale voi stessi riconoscete la grandezza.

G. B. SHAW

La gioia è il risultato della unione di cose affini.

R. TAGORE

Il piacere che viene dopo il dolore è il più dolce: chi ha troppo caldo più che altri giosce dell'ombra.

Sentenza indiana

Felice è colui che porta con sé il suo Dio.

PASTEUR

Il vero realismo, sempre e dovunque, è quello dei poeti, che cercano dove risiede la gioia, per darle col canto una voce che vada lontano. Poiché, non raggiungere la gioia è perdere tutto. Nella gioia di colui che agisce è il senso di ogni azione.

WILLIAM JAMES

Nessuno che sia felice può resistere al bisogno di mostrare la propria felicità.

MOSCA

Considerate le sofferenze come prove; questa è, e sarà eternamente, la teoria più bella e più grande. Essa moralizza e fortifica.

X

Un uomo non educato dal dolore rimane sempre bambino.

TOMMASEO

Il dolore è la sentinella avanzata posta dalla natura sul confine dell'uomo e dell'universo per avvertirci se camminiamo sulla retta via.

SAY

In ogni pena un nuovo affetto imparo.

GIUSEPPE GIUSTI

Quando si serve Iddio, i motivi di gioia ci stanno sempre intorno e si riflettono sul nostro spirito che diviene sereno e allegro.

SAN TOMMASO

La felicità non è una cosa che si riceve, ma qualcosa che s'impara. Bisogna esser felici per rendere felici, bisogna rendere felici, per rimanere felici.

MAETERLINCK

Gioite nel Signore sempre, vi ripeto: gioite.

SAN PAOLO

Credendo, voi esulterete per un inesplicabile gaudio beato.

SAN PIETRO

La gioia indica il passaggio dell'uomo da una minore a una più grande perfezione. La tristezza, al contrario, è lo stato nel quale la potenza d'agire dell'uomo è diminuita o intralciata.

SPINOZA

Il piacere si trova assai di rado dove lo si cerca.

JOHNSON

È il dolore che crea l'amore come l'amore crea la vita. Se tu hai pianto, saprai asciugare le lacrime altrui, se hai sofferto saprai amare, perché avrai sentito la necessità di essere amato.

X

La gioia che viene dalla fatica è grande, e grande quella che viene dall'ingegno; ma più grande senza paragone è quella che viene dalla fatica dell'ingegno.

E. DE AMICIS

Sono i meschini particolari della vita che fanno la nostra infelicità. Le preoccupazioni miserabili ci deteriorano il corpo e l'anima. Dedichiamoci dunque a coltivare la parte divina della nostra natura.

BULWER LYTTON

Per poter con qualche efficacia consolare gli altri, bisogna aver sofferto ed essere stati consolati.

G. ROSTAGNO

Vale più avere il cuore gioioso che la vita felice. Il cuore gioioso supplisce a tutto.

FÉNELON

II

ENERGIA - VOLONTÀ - ATTIVITÀ

Nelle cose che stanno fuori della facoltà nostra, bisogna rimettersi alla speranza: ma in quelle che dipendono da noi, si può e si deve dire “Io voglio”.

D. GUERRAZZI

Si dice: sono quel che sono, il mio carattere è la mia condizione immutabile. Ci si crea da soli una condizione che non esiste. L'erba selvaggia ha potuto cambiarsi in frumento; la vite selvatica in vite coltivata: sareste voi il solo essere al mondo incapace di divenire migliore?

E. QUINET

Non è facile cambiare i propri sentimenti, ma è anche più difficile cambiare il corso rapido e potente delle cose umane; quindi è principalmente su noi stessi che dobbiamo lavorare e la vera grandezza è in quest'opera.

VAUVENARGUES

Non pioveranno mai rose. Se volete più rose dovete piantare più rosai.

GIORGIO ELIOT

Il mondo non è uno spettacolo, ma un campo di battaglia, sul quale quanti hanno a cuore il giusto, il vero, il bello, devono compiere, soldati o capi, vincenti o martiri, la loro parte.

MAZZINI

Nessuna transazione; vivere risolutamente nell'integrità, nella pienezza, nella bellezza.

W. GOETHE

La bontà vera non è debolezza ma forza. L'uomo debole è buono solo in apparenza.

X

È nell'intenso svolgimento dell'attività orientata verso la perfezione che si trovano il piacere e la felicità.

LEIBNITZ

È meglio dire “Io devo” che aver bisogno che qualcun'altro ci dica “Tu devi”.

B. C. FORBES

Migliori degli ignoranti, quelli che leggono; migliori di quelli che leggono quelli che ricordano le cose lette, migliori ancora quelli che le intendono; migliori di tutti quelli che operano.

Sentenza indiana

Molte cose che non osiamo intraprendere sono difficili perché non osiamo intraprenderle.

SENECA

È solo la tiepidezza della nostra volontà che ci rende deboli, e si è sempre forti per

fare ciò che si vuole fortemente.

ROUSSEAU

L'energia, l'azione, ecco il cammino della pace; l'indolenza è il cammino della morte... Lottate senza posa.

BUDDHA

Dio non ci chiede di fare cose straordinarie, ma di fare le cose ordinarie straordinariamente bene.

VESCOVO GORE

Una bella azione è quella che è ispirata a bontà e che richiede forza per essere compiuta.

MONTESQUIEU

Nessun organo può fare a meno di esercizio, lo stesso è vero per ogni facoltà interiore. Fa uso del sentimento, coltiva la speranza, ravviva l'entusiasmo, mantieni tutta l'anima attiva se non vuoi che qualche sua fibra divenga spessa e rigida.

AMIEL

Tutti noi ci proponiamo di far meglio domani e ci riusciremmo anche se solo cominciassimo da oggi.

X

Solo quando lo spirito giace in letargo i suoi nemici prendono il sopravvento; per agire dobbiamo vivere e per vivere dobbiamo agire; azione e vita essendo indissolubilmente congiunte. La vera lotta per la ricerca del vero consiste non nel dispregio dell'azione, ma nello sforzo di render questa ognora più consona della eterna armonia.

Qualunque opera tu compia consacrala a Dio...

Quando operiamo sotto la guida di questo spirito benefico, la nostra attività è moderata ma non diviene meccanica, cessa di essere cieca imitazione di quella della moltitudine, vile asservimento alle imposizioni della moda. Cominciamo allora ad avvederci che Dio è il principio e la fine dell'Universo, la fonte e l'ispirazione dell'opera nostra, il fine supremo; tutta la nostra attività è allora soffusa di pace, di bontà, di giubilo.

R. TAGORE

La vita è un passaggio difficile: è il fiume le cui acque sono i cinque sensi e ove le passioni dell'amore e della collera sono all'agguato come i coccodrilli; per traversare questo fiume usa come barca la tua fermezza.

Sentenza indiana

L'afflizione non è che la ruggine dell'anima. L'attività gliela toglie e la fa brillare.

SAMUELE JOHNSON

Dio dà agli uccelli il loro cibo, ma essi devono volare per prenderselo.

Proverbio olandese

Il cielo non aiuta gli uomini che non operano.

SOFOCLE

È meglio accendere una candela che maledire l'oscurità.

Proverbio cinese

Se non salite il monte non potete vedere il piano.

Proverbio cinese

La debolezza degli uomini invita sempre l'impudenza del potere.

R. W. EMERSON

Chi non ha carattere non è un uomo: è una cosa.

CHAMFORT

La fortuna favorisce gli audaci e respinge i timidi.

CICERONE

Il segreto del successo è la costanza del proposito.

DISRAELI

L'energia s'infacchisce senza un avversario

SENECA

Vale meglio fare poco e bene. Non è attraverso la molteplicità delle cose che si progredisce nella perfezione, ma a seconda del fervore con cui si fanno.

S. FRANCESCO DI SALES

È inutile chiedere agli Dei ciò che possiamo procurarci da noi stessi.

EPICURO

La gioia della lotta: questa è la chiave dell'immortalità, la chiave della potenza. La vita è una battaglia; tu sei immerso nella materia per conquistarla affinché essa non conquisti te... Qualunque sia la tua forza, servitene quanto meglio puoi nella battaglia della vita.

E. BARKER

Combatti! Combatti come un soldato che ha preso i suoi ordini da un generale, anzi da un Generale Divino, con fede nella sapienza dei suoi comandi e tu riceverai forza dal didentro e dall'alto e riuscirai vittorioso! Non piangere quando il momento della battaglia è venuto.

DREAMER

La verità è per le anime senza paura, il cielo è per gli spiriti audaci.

SOTER

Vivere vuol dire combattere!

SENECA

Soltanto colui che comanda a se stesso può comandare agli altri, soltanto colui che è libero può liberare.

ERMETE

Chi apprende a vincersi nelle piccole cose saprà dominare le grandi, avrà più libera, più salda, meno tediosa la vita.

N. TOMMASEO

Se devo posso;
Se posso devo.

X

Il lavoro è un alimento corporeo e un alimento psichico. Considerate il lavoro come un eccitante, come un piacere. Tutta la gioia che è dato provare all'uomo si riassume in una formula: "Vincere le difficoltà". E per vincere non c'è che un mezzo: lottare. Non abbandonate il campo, non cedete le armi, non "mollate".

X

Troppo spesso accade che i forti non siano buoni ed i buoni non siano forti. Suvvia, o buoni, imparate a essere forti !

ROBERTO ASSAGIOLI

Colui che crede procurarsi la salute vivendo in ozio è stolto quanto colui che volesse col silenzio perfezionare la sua voce.

PLUTARCO

Il vento e l'onda sono sempre dalla parte del più abile navigatore.

GIBBON

Finché un pericolo non è sopraggiunto bisogna prepararsi da paurosi; ma quando il pericolo è dinanzi a noi, bisogna picchiare impavidi.

Sentenza indiana

Non basta avere dalla natura buone qualità, bisogna averne il governo.

ROSA BORGHINI

Mentre il volgo s'indugia sgomento,
seguì tu la difficile via;
chi conosce ed afferra il momento
non ha prova che dura gli sia.

GOETHE

Il difficile è ciò che può essere fatto subito. L'impossibile è ciò che richiede un po' più di tempo.

G. SANTAYANA

Nella vita chi vuol fabbricare la propria casa non deve aspettare che altri gli portino i mattoni.

X

Non credo a un destino che colpisca gli uomini quantunque facciano qualsiasi cosa per evitarlo, ma credo al destino che li colpisce quando non agiscono.

G. K. CHESTERTON

Coloro che resistono, coloro che sono forti, sono gli uomini che possiedono una grande idea: gli impotenti, quelli che soccombono non ebbero mai, o perdettero, ciò che io chiamo un'idea.

A. MICKIEWICZ

Combattere se stesso è la guerra più difficile: vincere se stesso è la vittoria più bella.

MARCO AURELIO

La nostra gloria non consiste nel non cadere mai, ma nel rialzarci ogni volta che cadiamo.

CONFUCIO

Muore ogni giorno chi vive senza energia.

PIERRARD POULLET

Nulla è difficile a chi vuole.

ORAZIO

Mantenersi in equilibrio non vuol dire non vedere gli abissi che si aprono sotto di noi: vuoi dire non subirne il fascino.

ROSA BORGHINI

Se non è la volontà che ti è mancata, ma solo il potere, in verità agli occhi di Dio hai fatto tutto.

MEISTER ECKHART

L'uomo è condotto dove egli vuole andare.

Talmud

Quel che conta non è da che parte soffi il vento, ma il modo in cui disponi le tue vele.

L'albero è stato violentemente squassato dall'uragano: più chiara è apparsa così la forza delle radici.

A. MAUROIS

Alle volte tacere è bene, ma qualche volta parlare è meglio. E poi troppo spesso tacere è comodo e facile, mentre parlare è difficile e penoso. Infine tacere può essere un segno di prudenza, ma parlare un atto di coraggio. Quello nasconde anche un po' di egoismo e questo esige una fatica.

NINO SALVANESCHI

Non posso impedire i miei sentimenti più di quanto possa impedirmi di respirare. Ma le mie azioni, quelle mi appartengono.

X

L'azione — e anche l'azione intellettuale — è comunicazione di vita di ciò che hai, di ciò che sei.

Ricordalo: tu compirai il bene non tanto per ciò che insegni o fai, quanto per l'irraggiamento dello spirito di vita in te.

VAN HOUTRYVE

La scienza è il capitano e la pratica sono i soldati.

LEONARDO

Semina un pensiero e raccoglierai un'azione; semina un'azione e raccoglierai un'abitudine; semina un'abitudine e raccoglierai un carattere; semina un carattere e raccoglierai un destino.

THACKERAY

Non vogliate conformarvi a questo mondo, ma riformate voi stessi col rinnovamento dell'animo vostro, per riconoscere la volontà di Dio.

S. PAOLO

Per fare cose degne di lode, una tra le condizioni più necessarie è di non aver paura del biasimo.

X

Combatti virilmente, l'abitudine si vince con l'abitudine.

Imitazione di Cristo

Resisti all'inizio, tardiva e la medicina quando i mali si sono a lungo radicati.

OVIDIO

C'era sopra la porta del refettorio questa iscrizione: Il Signore prenderà cura di voi! Noi l'abbiamo cancellata e vi abbiamo scritto sopra: Il Signore ci ha dato due braccia, un cervello e un grande mondo in cui impiegarli. Usateli male e tutto vi mancherà. Usateli bene e avrete ciò che vi occorre.

X

Dove non vi è lotta non vi è merito.

. P. BLAVATSKY

Non sapete che quelli che corrono nello stadio corrono veramente tutti ma uno solo riporta il premio? Correte in guisa da far vostro il premio.

S. PAOLO

Esitare sempre e non riuscire mai.

DEMOCRITO

Non basta sapere, occorre anche applicare.

GOETHE

All'ultimo, non ci verrà domandato che cosa abbiamo fatto ma che cosa ci siamo sforzati di fare.

ROBERT BROWNING

Chi non vince se stesso nelle piccole cose sarà vinto dagli altri nelle grandi.

N. TOMMASEO

Fa come l'arciere che mira con l'occhio assai più lontano della meta alla quale sa di poter giungere, e questo fa perché la freccia, spinta dal suo desiderio, voli il più lontano possibile.

X

Nel mondo esteriore e nell'interiore la risolutezza è gran parte della forza.

N. TOMMASEO

La lucciola splende soltanto quando vola, così e per la mente: quando ci fermiamo ci oscuriamo.

ALICE A. BAILEY

Il "se" e il "ma" sono il patrimonio degli imbecilli.

R. W. EMERSON

Non vi sono rimedi per chi non si aiuta.

GIUSEPPE MAZZINI

La libertà non può essere mai raggiunta dal debole; allontana ogni debolezza da te; dì al tuo corpo che è forte; dì al tuo spirito che è forte ed abbi illimitata fede e speranza in te stesso.

X

Trova il giusto posto nell'unico lavoro, perdi di vista il tuo sé personale realizzando i bisogni del mondo. Agisci quale un trasmettitore di Luce nella tenebra, disperdi l'illusione e fa sì che possa giungere l'irradiazione della Realtà.

ALICE A. BAILEY

Non vi è virtù senza lotta e la strada del vizio e la viltà.

J. J. ROUSSEAU

È da ciascuno di noi che dipende la redenzione del mondo. Occorre cominciare da noi stessi.

X

Noi facciamo posto a colui che arditamente si spinge avanti.

BOYEE

Più gli uomini crederanno che dipende da loro di modificare la loro vita e più ciò si renderà possibile.

L. TOLSTOI

Quando un'avversità anche piccola ci colpisce, troppo facilmente ci lasciamo abbattere e ricorriamo alle consolazioni umane. Se ci sforzassimo da uomini forti di star saldi nella battaglia, vedremmo scendere su di noi l'aiuto del Signore. Egli infatti è pronto ad aiutare coloro che lottano e sperano nella Sua grazia, poiché Egli ci procura le occasioni di lottare appunto affinché vinciamo.

Imitazione di Cristo

I deboli vivono a volontà del mondo e i forti a volontà loro.

GIACOMO LEOPARDI

Perché vuoi procrastinare il tuo proposito? Sorgi e comincia in questo istante, dicendo: Ora è il momento di agire, ora è il momento di combattere, ora è il buon momento per emendarsi.

Imitazione di Cristo

- L'ora di ben fare è subito.
S. CATERINA
- Profitta dell'oggi e non fare nessun assegnamento sul domani.
ORAZIO
- Preparati alla morte ma semina il tuo grano.
Sentenza indiana
- Nel petto dell'uomo stanno le stelle dei suoi destini.
SCHILLER
- L'ozio è una trovata dell'imbecillità umana: nella natura non vi è ozio.
IPPOLITO NIEVO
- Dove vi è una volontà vi è una strada.
Detto inglese
- Andate avanti e la fede vi raggiungerà.
J. D'ALEMBERT
- Abbiamo più veemenza di volontà; per scusare noi stessi ci immaginiamo spesso che le cose sono impossibili.
LA ROCHEFOUCAULD
- Vince due volte chi vince se stesso.
PUBLIO SIRO
- Il futuro non esiste, siamo noi che lo creiamo.
L. TOLSTOI
- La felicità è come i palazzi delle isole incantate le cui porte sono difese dai draghi. Bisogna combattere per conquistarla.
A. DUMAS
- Non dipende da noi non aver passioni, ma dipende da noi il dominarle.
ROUSSEAU
- Nulla di meglio per amare i morti che servire i vivi.
NINO SALVANESCHI
- Poco lavoro annoia.
Molto lavoro diverte.
VICTOR HUGO
- Un giorno tutto passerà eccetto l'uso che avremo fatto del tempo.
FÉNÉLON
- Niente di meglio per essere felici che sostituire le preoccupazioni con le occupazioni.
CARLO WAGNER

Quando l'ora della partenza sarà giunta per voi, non esitate, prendete il vostro fardello, scegliete la vostra strada e camminate, camminate sempre dritto.

DUCHESSA D'AOSTA

L'oggi passa e non torna mai più e quantunque venga il domani non è più oggi.

Detto cinese

Si crei l'uomo una missione sulla terra, si prefigga un nobile intento e vi consacri tutte le sue forze; si sentirà rinfrancato e indifferente a tutte le vicende.

GIUSEPPE MAZZINI

... Lascia dir le genti
Sta come torre, fermo, che non crolla
Giammai la cima per soffiare de' venti.

DANTE

Persisti. L'insuccesso non impedisce mai il successo. Le difficoltà sviluppano le forze dell'anima. Il segreto del successo è di star sempre saldi e di essere impersonali.

ALICE A. BAILEY

Considerate la vostra semenza;
fatti non foste a viver come bruti
ma per seguir virtude e conoscenza.

DANTE

Colui che vuoi muovere il mondo muova prima se stesso.

SOCRATE

L'azione non sempre può condurre alla felicità; ma non si raggiunge nessuna felicità senza l'azione.

DISRAELI

Se i migliori non s'impongono ai peggiori, i peggiori s'imporranno ai migliori.

X

Il premio per una cosa fatta bene è quello di averla fatta.

R. W. EMERSON

Per chi ha talento, non vi è terra straniera; per chi si contenta di poco, non vi è pena; per chi ha fermezza, non vi è ostacolo; per chi è risoluto, non vi è nulla di impossibile.

Sentenza indiana

Un uomo cattivo non ha che la propria cattiveria; un uomo debole ha la cattiveria di tutti coloro che lo circondano e lo dominano.

A. KARR

È un errore capitale quello di chiamar forte la veemenza e l'ostinazione. Un uomo preso da un accesso epilettico non è forte, sebbene in quel momento sei uomini non bastino a reggerlo! Forte è colui che può camminare senza barcollare, sotto il peso più grave.

CARLYLE

Chi va dietro agli altri, mai passa loro innanzi; chi non sa far bene da sé non può servirsi bene delle cose altrui.

MICHELANGELO

L'uomo che vuole val meglio che non l'uomo che sa, ed è il solo uomo che può.

RUGGERO BONGHI

Come la fronda che flette la cima
Nel transito del vento e poi si leva
Per la propria virtù che la sublima.

DANTE

Dio dice: O uomo! segui soltanto le mie leggi e diverrai simile a Me, ed allora dirai: "Sia"; ed ecco! è.

MAOMETTO

Il lottare eleva l'uomo, anche quando la battaglia è senza la vittoria, e solo e spregevole chi rifiuta la lotta e si dà vinto prima di battersi.

MANTEGAZZA

O gente umana; per volar sei nata, Perché a poco vento così cadi?

DANTE

Non si può impedire che la polvere si posi, ma bisogna stare sempre pronti a spolverare.

ROSA BORGHINI

Più si ama quello che si è acquistato con più fatica.

X

In confronto a quello che potremmo essere, noi siamo desti solo a metà, cioè utilizziamo solo una parte delle nostre risorse fisiche e mentali. È ben raro l'uomo che applichi tutte le sue possibilità, gran parte delle quali rimangono perennemente in latenza.

WILLIAM JAMES

Ciò che è grande nell'uomo è l'essere egli un ponte e non una meta.

NIETZSCHE

Presto bisogna prendere, presto dare, presto fare, altrimenti il tempo se ne beve il succo.

Sentenza indiana

Gioia o sofferenza, vita o morte, tutte vie che conducono a Dio. Ma bisogna camminare: le strade portano alla dimora, ma non sono la dimora. Tu troverai Dio dappertutto a condizione che non ti fermi in alcun luogo.

G. THIBON

È doloroso fallire, ma è ancor peggio non aver mai tentato di riuscire.

TEODORO ROOSEVELT

Non sono le erbacce che soffocano il grano, e la negligenza del coltivatore.
CONFUCIO

Dio ci dà le noci, ma non ce le schiaccia!
X

Non dite: Farò questo o farò quello. Fatelo!
X

Perdere il tempo è commettere un vero suicidio.
YOUNG

L'anima umana è come la macina di pietra di un mulino: se vi metti del grano da macinare, essa gira e trasforma il grano in farina, ma quando non vi si mette niente, gira lo stesso e consuma se stessa.
LUTERO

“Credere” è la seconda potenza: la prima è “volere”. Le proverbiali montagne che la fede muove non sono niente in confronto a ciò che fa la volontà.
VICTOR HUGO

La gente crede d'invecchiare perché vive, mentre in realtà invecchia perché non vive.
IVAN PANIN

Sulle pianure dell'incertezza biancheggiano a milioni le ossa di coloro che, alla soglia del trionfo, giacquero per riposarsi e, riposandosi, morirono.
LESTER PFISTER

Noi abbiamo in noi delle risorse inestinguibili, ma bisogna avere la forza e il coraggio di tirarle fuori in tempo.
DARIO NICODEMI

Credere nella propria energia che fa, che si attua, che produce, significa credere in Dio.
BLANQUI

La nostra sorte non è al di fuori di noi, ma in noi: nella nostra volontà.
CONFUCIO

Dice il Talmud: “Tutto ciò che Eliseo fece, lo fece con la preghiera” e nello Zohar è scritto: “Il Signore, Benedetto Egli sia, non fa miracoli in questo mondo se non benedicendo quello che esiste già nel mondo”... E ciò perché l'uomo non si attenda, al momento della prova, il miracolo risanatore e riparatore, ma crei a poco a poco il miracolo in se stesso, non si abitui a chiedere la grazia, ma se la conquisti.
X

Ogni essere vivente è un centro dinamico. Il pensiero stesso è un atto dinamico.
IELAMMARION

Di quanto si può concepire di buono in questo mondo, non vi è che una sola cosa che si possa ritenere buona assolutamente: la buona volontà.

E. KANT

Le sconfitte non hanno grande importanza nella vita; la più gran disgrazia è quella di rimaner fermi.

INAYAT KHAN

Nulla di veramente grande è stato mai fatto se non da quelli che osavano credere di aver in sé qualcosa di superiore alle circostanze.

BRUCE BARTON

Non c'è niente da fare quando non si vuole fare niente.

X

Ho visto quasi tutti i “volitivi” raggiungere lo scopo del loro volere. La volontà non sarebbe forse un fluido calamitato che con la sua intensità diviene una forza sconosciuta, magnetica, che ha il potere di attirare le cose e i fatti?

DE GONCOURT

Se Bacone diceva che l'uomo tanto può quanto sa, si può aggiungere ragionevolmente che egli tanto sa quanto vuole.

VINCENZO GIOBERTI

Si farebbero molte più cose se se ne credessero meno impossibili.

MALESHERBES

Molte cose sono impossibili perché ci siamo abituati a considerarle tali.

GUYAU

Una volontà forte trova il tempo o lo crea.

CHANNING

La nostra azione va più lontano del nostro sapere e estende all'infinito le sue conseguenze.

GUYAU

Le persone potenti vogliono e vegliano.

BALZAC

Non vi è nulla di più flessibile dell'animo umano. Basta volere e tutto è fatto.

EPITTETO

La misura della nostra felicità interna non è spesso che la misura dei nostri progressi.

MADAME SWETCHINE

III

ACCETTAZIONE - DISTACCO - PAZIENZA

Vivi stilla terra come pellegrino e forestiero cui nulla importa delle faccende del mondo. Tieni il cuore libero e in alto levato a Dio, giacché qui non hai città permanente.

Imitazione di Cristo

Hai conquistato l'imperio del mondo? Non rallegrartene, che non è niente. Hai perduto l'imperio del mondo? Non dolertene, che non è niente. Tutto passa nel mondo e non è niente.

Proverbio arabo

È felice colui a cui le circostanze si adattano al suo temperamento; ma è ancor più beato colui che sa adattare il proprio temperamento a qualunque circostanza.

HUME

L'origine dei nostri scoraggiamenti è dovuta spesso alla nostra impazienza.

E. NEVILLE

Il momento in cui l'uomo sembra rinunciare alla felicità rinunciando all'egoismo, è precisamente quello in cui incontra il vero benessere.

E. NEVILLE

L'animo che rinuncia una volta per sempre a una speranza vana, trova compenso in una calma sempre crescente.

GIORGIO GISSING

Le oscillazioni, i turbamenti, le tempeste, le alternative di gioia e di tristezza nascono nel cuore dai desideri più o meno immoderati che vi si formano. Non si soffre se non perché si vuole ancora. Se nulla si volesse, fuorché la volontà di Dio, saremmo sempre contenti.

MONNIOT

Respingere la propria croce è renderla più pesante.

FAMIEL

Si vede un uovo e si vorrebbe già sentirlo cantare.

Detto cinese

Consideriamo la vita personale e i suoi problemi come una partita a scacchi: giuochiamo la partita volenterosamente, abilmente, attentamente, ma con "distanza" e distacco interno.

ROBERTO ASSAGIOLI

L'uomo che s'inquieta è un uomo debole.

X

Chi è povero? L'avar. Chi è ricco? Chi non desidera nulla.

Detto medioevale

Bisogna imparare a far fronte al destino con la più imprevedibile delle sfide:

l'accettazione.

A. CERVESATO

La Fede, la Speranza, la Carità, in un'ora benedetta, furono prese da un movimento artistico, si misero all'opera con ardore e crearono una bella statua: la Pazienza.

GOETHE

Colui che è stato fatto schiavo dalla speranza, è schiavo di tutti gli uomini; colui che ha fatto sua schiava la speranza, fa schiavo tutto il mondo.

Sentenza indiana

Il progresso è una scala di disinganni: per essi l'anima sale.

N. TOMMASEO

Il vero onore mi pare consista nel meritare tutte le distinzioni e non curarsi di alcuna.

GUERRAZZI

Il piacere è fragile come un vaso di creta, effimero come una nube d'autunno.

Sentenza indiana

Impara a contentarti nella vita di qualche cosa che non è il tutto, che non è perfetto, che non è sublime, che non è il subito. Impara a pazientare, a guardare dentro di te e attorno a te, con attenzione e serenità, prima di accusare gli altri e crederci all'imo della infelicità quando la vita ti parrà dura.

GINA LOMBROSO

Grandissima parte di sapienza consiste nel saper aspettare.

D. GUERRAZZI

Ad un vecchio negro venne chiesto come riuscisse a restar sempre sereno malgrado tutti i guai che aveva. Il negro rispose: " Ho imparato a collaborare con l'inevitabile ".

x

O figlio dell'umanità! Se tu Mi ami allontanati da te; se cerchi la Mia volontà non considerare la tua, sì che tu possa morire in Me e Io vivere in te.

BAHA' U'LLAH

Bandisci il desiderio dal cuore; spezzerai i legami dei tuoi piedi e vivrai tranquillo e felice.

Dal persiano

Fa la volontà di Dio come se fosse la tua, affinché Egli faccia la tua volontà come fosse la Sua.

Talmud

Scordarsi di sé è la vera difficoltà grande in cui urta l'uomo in tutta la sua azione intellettuale e morale.

RUGGERO BONGHI

Chi non si dimentica non progredisce.

TREZZA

Sprezzar il mondo
Non sprezzar nessuno
Sprezzar se stesso
Sprezzare di essere disprezzato.

S. BERNARDO

La preghiera che s'innalza più spesso di ogni altra cosa al trono di Dio è "Sia fatta la mia volontà". Iddio per non ascoltarla copre le orecchie e gli angeli piangono, perché in questo desiderio consiste tutta la miseria umana.

KEELING

Colui che sa essere contento del suo poco è sempre ricchissimo.

DEMOCRITO

Che Dio mi dia la forza e mi lasci il mio dolore.

L. VEUILLOT

Non accettiamo il male e la malattia che sono in noi, ma accettiamoci *malgrado* la malattia e il male.

AMIEL

Talvolta il non agire è il più grande dei sacrifici e la più feconda di tutte le azioni.

ÆLESEUR

Come le malattie organiche sono spesso la conseguenza dei nostri eccessi, così le prove morali che ci colpiscono sono il risultato delle nostre colpe passate, che presto o tardi ricadono su di noi con le loro logiche conseguenze, poiché tale è la legge di giustizia e di equilibrio morale. Accettiamole dunque come si accettano i rimedi amari e le dolorose operazioni che devono guarirci.

LEON DENIS

Ci irritiamo contro le circostanze, ci amareggiamo, vogliamo cambiarle, mentre tutte le varie circostanze della vita non sono altro che un avvertimento: come dobbiamo agire nei diversi stati. Sei in povertà: lavora; sei in prigione: pensa; nella ricchezza, liberatene; e così via. Sarebbe lo stesso che il cavallo s'irritasse contro la via verso cui è diretto...

LEONE TOLSTOI

La vita è quella che è, non possiamo cambiarla, ma possiamo cambiare noi stessi. Una volta cambiati noi stessi, cambierà anche la nostra vita.

X

A che giova aver tesoro
poi che l'uom si contenta?

LORENZO IL MAGNIFICO

La forza dello Spirito rende la croce leggera.
La luce dello Spirito rende la croce luminosa.

ROBERTO ASSAGIOLI

Il più grande onore per l'uomo sta nell'obbedire all'appello divino, qualunque esso sia.

GIUSEPPINA BUTLER

Quando è spento il fuoco della passione allora viene la beatitudine.

Sentenza indiana

Non parlar di te, non impietosirti del tuo destino. Il pensare a te e al tuo destino personale impedisce alla voce interiore dell'Anima di arrivare al tuo orecchio. Parla dell'Anima, esponi il Piano divino, dimentica te stesso nel costruire per il mondo. Così la legge della forma vien trascesa. Così la legge dell'Amore può entrare nel mondo.

ALICE A. BAILEY

Colui che tiene solo per sé una gioia
Ne distrugge la vita alata
Ma colui che bacia la gioia mentre vola
Vive nell'alba dell'eternità.

W. BLAKE

I maestri della vita spirituale raccomandano il distacco, ma non la mancanza di affetto; il distacco da se stesso, lungi dal diminuire l'amore, l'aumenta e lo mantiene.

LACORDAIRE

Per il teologo, il cielo è una pagliuzza; per il guerriero, è una pagliuzza la vita; la donna è una pagliuzza per chi ha domato i sensi; per chi non ha più desideri è una pagliuzza il mondo.

Sentenza indiana

La pazienza è il coraggio che sa soffrire e aspettare.

DESCURET

Se potessimo ricordare sempre che la vita non ha altro senso che quello di compiere la Sua volontà e che all'infuori di questo non v'è altro mezzo per trovare la gioia! Con quanta pace e letizia si potrebbe vivere!

LEONE TOLSTOI

La pazienza fa contro alle ingiurie non altrimenti che si facciano i panni contro del freddo; imperò che se tu moltiplicherai di panni secondo la moltiplicazione del freddo, esso freddo, nuocere non ti potrà; similmente alle grandi ingiurie cresci la pazienza — esse ingiurie offendere non ti potranno la tua mente.

LEONARDO DA VINCI

Nelle nostre difficoltà dobbiamo più accettarle per amore di Dio che volerne essere liberati; perché è l'accettazione che ci libera.

SUOR ELISABETTA DELLA TRINITÀ

La pazienza è più difficile del coraggio che fa gli eroi, più meritoria del sacrificio che fa gli eletti, perché è virtù spicciola, una virtù mite che a naturale aver sempre alla portata, che pare non costi nessuno sforzo ad essere raggiunta e che invece sfugge continuamente come l'acqua dalla mano, svanisce come la bolla di sapone, cade come il fiore dal gelsomino sotto le dita di colui che fa per coglierlo.

JOLANDA

O figlio dell'Esistenza! Non essere tutto immerso in questo mondo, poiché col fuoco Noi saggiamo Toro e con Toro Noi proviamo i servi.

BAHA' U'LLAH

Santa Caterina da Siena domandò una volta al Signore quale fosse il modo di ottenere la vera pace del cuore. Ed Egli rispose: Il credere che tutto quel che avviene nel mondo avviene sempre per ordine e disposizione di Dio, che Egli non fa mai avvenire a veruno cosa che non sia il meglio per lui.

X

Molti hanno rinnegato il proprio ideale e perduto la loro anima per aver voluto possedere per sé la stella che era stata loro data solo per guidarli.

GHIBON

Il segreto della vita non consiste nel fare ciò che si ama, ma nell'amare ciò che si fa.

X

Sempre che abbiano fortuna, gioiscono gli stolti; se li prende la sventura, oltremodo si abbattono; ma per quelli che procedono con l'occhio del discernimento, niente è la fortuna e niente è la sventura.

Sentenza indiana

L'uomo dotato d'intelligenza e di alto senno, non ignorando che ogni cosa tramonta e risorge, né si rallegra, né si affligge.

Sentenza indiana

La forza che si mette nel rancore e nell'irritazione non è che una debolezza.

SWETSCHINE

La più grande ricchezza sta nell'essere caritatevole e la maggiore felicità nell'aver tranquillità d'animo. L'esperienza è il più bello ornamento e il miglior compagno è chi non ha desideri.

Sentenza indiana

La pazienza è l'arte di sperare.

GIOVENALE

Abbandonarsi alla collera è sovente vendicare su se stesso la colpa di un altro.

SWIFT

Non essere avido di ricchezza è una ricchezza; non aver la mania di spendere è una rendita.

CICERONE

Soffri, lotta e lavora al di sopra di ogni desiderio. Tutto arriva a tempo a chi non aspetta più.

G. THIBON

Tutto ciò che in te rifiuta di morire è indegno di vivere.

G. THIBON

La ricchezza è spesso la fine di una miseria e il principio di un'altra.

SENECA

Anche la giornata più lunga arriva presto alla fine.

PLINIO IL GIOVANE

Dimmi quanti sono i tuoi bisogni e ti dirò quanti sono i tuoi padroni.

SENECA

Rosso sorge il sole e rosso tramonta: e nella sorte prospera e in quella avversa, dei magnanimi uno solo è il colore.

Sentenza indiana

Le azioni più sicure della loro continuità sono le più lente. Non si vedono scorrere come il tempo, non crescere come la pianta.

ROSA BORGHINI

Il primo passo dalla tristezza della creatura alla beatitudine della comunione con lo spirito creatore consiste nel trasformare la paura di soffrire nel coraggio di soffrire. Ogni via verso la gioia passa attraverso la sofferenza accettata.

HERMANN KEISERLING

Donde viene la debolezza dell'uomo? Dall'ineguaglianza che esiste tra le sue forze e i suoi desideri... Diminuire dunque i desideri è come aumentare le forze.

ROUSSEAU

Caratteristiche delle anime religiose

Esse considerano quali doni tutte le fortune in cui le altre non vedono qualcosa che è loro dovuto; considerano quali doni anche tutte le sofferenze nelle quali le altre non vedono che l'ingiustizia.

G. THIBON

Prendere qualcosa in tragico è vedersi privato di ogni via di uscita; è attaccarsi totalmente alla via d'uscita che abbiamo scelta e che il destino ci ha sbarrato.

G. THIBON

Gli esseri più spaesati sulla terra sono quelli che non credono che alla terra: somigliano a dei pazzi che, ignorando l'ufficio dei ponti e delle scale, vi stabilissero la loro dimora.

G. THIBON

Forse un ordine terrestre stabile può essere instaurato soltanto se l'uomo conserva una coscienza piena della sua condizione itinerante.

GABRIEL MARCEL

Via via che impari a essere distaccato, scoprirai che puoi amare chi ti è caro più profondamente e costruttivamente.

ALICE A. BAILEY

La rinuncia ha sempre uno scopo ed è quello di accendere l'anima sì che nulla la possa tener lontana da Dio, ma quando l'anima è accesa la vita di rinuncia non è necessaria.

INAYAT KHAN

Bada che il tuo rimedio non divenga la tua malattia.

INAYAT' KHAN

Non disprezzare la tua condizione; è lì che bisogna agire, soffrire, vincere.

FAMIEL

Devo morire, ma bisogna forse che muoia gemendo? Devo essere incatenato, ma è necessario forse che mi lamenti? Devo essere esiliato: chi mi impedirà di partire con un cuore allegro? Ma ti metterò in prigione... Uomo che dici? Tu puoi mettere il mio corpo in prigione, ma il mio spirito neppure Giove stesso saprebbe rinchiuderlo.

EPITTETO

Non si può dare a Dio che ciò che si possiede e non si possiede veramente che ciò a cui si è rinunciato.

DANIEL ROPS

Saper aspettare è talvolta uno degli aspetti del genio.

MAZZARINO

L'uomo che non è contento di poco non è contento di niente.

EPICURO

Io considero la mia azione verso il mio simile come fosse una mia azione verso Dio; e l'azione di ogni individuo verso di me, la prendo come un'azione di Dio.

INAYAT KHAN

La felicità o l'infelicità degli uomini dipendono più dal loro umore che dalla loro fortuna.

LA ROCHEFOUCAULD

La pazienza è la più eroica delle virtù giusto perché non ha nessuna apparenza di eroico.

LEOPARDI

Ogni perdita nella vita la considero come il disfarsi di un vecchio vestito per indossarne uno nuovo, e il nuovo è sempre stato preferibile al vecchio.

INAYAT KHAN

Allorché l'uomo deve scegliere tra il suo profitto spirituale e quello materiale, egli mostra se il suo tesoro si trova sulla terra o in cielo.

INAYAT KHAN

Saper aspettare è un grande mezzo per riuscire.

DE MAISTRE

L'anima che ha la pazienza possiede un bene occulto.

PUBLIO SIRO

Il più disgraziato degli uomini è quello che non sa sopportare le disgrazie.

PLATONE

IV

DISCIPLINA - DOVERE - ORDINE ORGANIZZAZIONE - ABITUDINE

Chi ripudia la disciplina odia rianima sua.

SALOMONE

A che serve la solitudine nella foresta quando si sono dominati i propri sensi, o discendente di Bharata? A che serve la solitudine nella foresta se non si dominano i propri sensi? Qualunque sia il luogo ove si abita, dopo aver dominato i propri sensi esso è una foresta e un eremo.

Sentenza indiana

Non vi è un uomo che faccia più male al genere umano di colui che vive diversamente dal modo con cui insegna a vivere.

SENECA

Non è ciò che si ha che conta, ma ciò che si fa con quello che si ha.

WILFRED GRENFELL

La coscienza di aver fatto il proprio dovere è per noi una musica nel cuore della notte.

GERBERT

È facile nel mondo vivere secondo l'opinione del mondo; è facile in solitudine vivere secondo la nostra propria opinione; ma il grande uomo è colui che nel mezzo della folla mantiene con serenità perfetta l'indipendenza della solitudine.

EMERSON

Quando la vita cessa di essere una promessa non cessa di essere un compito.

X

È difficile il convivere con gli uomini, perché il tacere è tanto difficile.

NIETZSCHE

Che nessuno si allontani sia pur leggermente dalla strada dell'onore con la scusa di essere giustificato dalla bontà del fine. Ogni buon fine può essere raggiunto con buoni mezzi. Quei fini che non possono esserlo sono cattivi e debbono essere scartati senz'altro.

CHARLES DICKENS

Si può essere idealisti anche al di fuori della religione. Vi può essere una religione del dovere anche per chi non spera nell'al di là. Forse anzi coloro che fanno il bene, senza il calcolo egoistico di una ricompensa futura, sono più veramente buoni di coloro che mettono ad interesse molto fruttuoso il capitale della loro bontà.

S. MICHELE

Bene vivendo e bene insegnando tu ammaestri il popolo come debba vivere; ma bene insegnando e male vivendo tu ammaestri Dio come ti debba condannare.

S. CRISOSTOMO

Dormivo e sognavo che la vita è bellezza; mi svegliai e vidi che la vita è dovere.

E. KANT

Gli uomini volgari non intraprendono nulla, per paura degli ostacoli; gli uomini di media levatura cessano dalla impresa se un ostacolo sopraggiunge; ma pur contrastati da ostacoli ripetuti, gli uomini di alto sentire non abbandonano l'impresa assunta.

Sentenza indiana

Sono persuaso che si possono acquisire tutte le qualità mediante l'esercizio.

SOCRATE

La casa più felice è quella dove la disciplina è più perfetta e ciò nonostante la disciplina si fa meno sentire.

SMILES

La fermezza dei propositi, la calma nelle decisioni e la continuità nell'esecuzione sono i tre elementi essenziali del successo.

Siate lenti a risolvere, ma pronti ad eseguire.

SOCRATE

Potrai salire molto in alto se ogni giorno ti sforzi di salire sia pure una linea.

X

Lotta contro te stesso, perché noi siamo i nostri peggiori nemici.

X

Tutte le cose son d'altri, il tempo solo è nostro.

A. F. DONI

Ho imparato ad essere felice limitando i miei desideri piuttosto che soddisfacendoli.

G. STUART-MILL

Il dominio sugli altri dipende innanzi tutto dal dominio su se stessi.

VAN HOUTRYVE

Il "domani" non viene mai. La strada del domani conduce al castello del mai.

Proverbio americano

Il più lento che non perde d'occhio il fine, va sempre più veloce di chi va errando senza scopo.

X

Siamo in questa vita per venir educati, per educarci e per educare. Siamo nella scuola di Dio e veniamo continuamente esaminati.

ROBERTO ASSAGIOLI

Per l'imperatore fino all'uomo più umile il primo dovere è sempre il medesimo: perfezionare se stessi. E' impossibile trascurare la radice e curare i rami. Non c'è nessuno che, trascurando il proprio perfezionamento, possa occuparsi come si conviene di ciò che per lui è meno importante, cioè la direzione della sua famiglia e del suo impero.

CONFUCIO

La migliore abitudine è l'abitudine di prendere delle buone abitudini.

È stretto dovere di ognuno quello di aiutare il progresso dell'umanità.

GIUSEPPE MAZZINI

Ogni cosa che fai
abbia tempo e misura;
Non prender tu per medico
uom che non sa far cura.
Chi dal mal far si guarda
di re non ha paura e ogni cosa sormonta
la mente che è sicura.

JACOPONE DA TODI

Quando vi sentite preso dalla indolenza, annoiato, intollerabile a voi stesso, mettetevi subito a lavorare, specialmente intorno a cose che possiate finire. La coscienza di qualche opera compiuta vi ravviverà, vi rimetterà di buon umore.

R. LAMBRUSCHINI

La più debole creatura vivente, col concentrare i suoi poteri sopra un oggetto, può compiere qualche cosa; il più forte, col disperdere i suoi sopra molti, può arrivare a non compierne alcuna.

T. CARLYLE

L'anima è come un campo; se non vi semini tu, vi semina il vento e chissà che cosa vi porta.

ROSA BORGHINI

Trionfare su se stessi è la sola vittoria in cui la fortuna non c'entra.

SHERIDAN

Se si potesse scegliere la bontà una volta per sempre e non pensarci più, quanta gente retta e giusta vi sarebbe nel mondo! E' la necessità di scegliere ogni giorno e ogni ora quella che mette alla prova il coraggio e la sincerità e rende difficile la via.

X

Il migliore fra gli uomini è colui che ha domato se stesso ed è paziente a sopportare le offese.

BUDDHA

Non si deve temere di procedere lentamente; si deve temere solo di fermarsi.

Massima cinese

Coloro che hanno rinunciato alla concupiscenza non si distinguono più in ricchi e in poveri; coloro che si lasciano trascinare da essa sono più che poveri: sono degli schiavi.

Sentenza indiana

Felici quegli uomini, i migliori fra gli uomini, che quando la collera nasce e s'accende nel loro cuore, la spengono con la ragione, come si spegne con l'acqua un fuoco che divampa.

Sentenza indiana

Cadendo a goccia a goccia, l'acqua riempie a poco a poco una brocca; tale è la

legge per tutte le scienze e per la virtù e per la ricchezza.

Sentenza indiana

Chi vale di più? Chi, affaticato, offre ogni mese un sacrificio, durante cento anni, ovvero chi non si adira mai con alcuno?

Chi non si adira vale di più.

Sentenza indiana

Nell'autunno il nuvolo rumoreggia e non piove; nella stagione delle piogge, piove invece silenzioso: l'uomo volgare parla e non agisce, l'uomo probò agisce e non parla.

Sentenza indiana

Dei fili lunghi, per quanto sottili, quando sono riuniti in gran numero trionfano sempre, per il loro stesso numero contro sforzi ripetuti; accade lo stesso per le persone oneste.

Sentenza indiana

Espressioni offensive non dovrebbero mai essere usate neppure contro un nemico, poiché inevitabilmente esse ritorneranno a chi le pronunciò come l'eco da una parete di roccia.

Sentenza indiana

Non essere schiavo della formula ma servo della verità.

VAN HOUTRYVE

Dipende da noi se il nostro lavoro sarà servizio o servitù.

X

Affrettatevi, ma dolcemente: si cammina presto se si cammina bene. Ogni premura eccessiva turba la ragione e il giudizio e ci impedisce di far bene la cosa della quale ci occupiamo. La pioggia che cade dolcemente feconda la terra, i torrenti la rovinano.

S. FRANCESCO DI SALES

Talvolta richiede più fatica l'evitare un compito che l'assolverlo.

X

L'abitudine è quella che principalmente ci domina: facciamo dunque ogni studio per contrarne delle buone.

BACONE

Il tuo corpo affaccendato, la tua mente tranquilla, la tua anima limpida come un lago montano.

La Voce del Silenzio

Quando sei in collera non fare mai nulla. Agire durante la collera è come mettersi in mare durante la tempesta.

TARCHETTI

Dominarsi in tutto: questa è la via che conduce a Dio.

S. ILARIO

Il male della sensualità consiste non nel godere delle cose piacevoli, ma nel rendersi schiavi di esse.

CARLYLE.

Ciò che merita di esser fatto, merita di esser fatto bene; perché una cosa sia fatta bene, bisogna che colui il quale la fa, vi metta tutte le forze, tutta l'intelligenza, tutta la volontà.

A. KARR

La felicità consiste nel mettere il proprio cuore al lato del proprio dovere.

A. G. BARRILI

Chi fa sempre ciò che vuole fa raramente ciò che deve.

FÉNÉLON

Si perdona tutto a colui che non perdona nulla a se stesso.

CONFUCIO

Chi ha perduto se stesso ha perduto tutto, chi ha conquistato se stesso ha conquistato tutto.

INAYAT KHAN

Se vuoi essere nobile, profondo e fedele, sappi scegliere fra le possibilità che ti stanno dinanzi e sbarrare la via a quelle che non hai elette. Non piangere su quegli innumerevoli semi che non germoglieranno, ma pensa piuttosto che la tua anima è un angolo di terra esiguo ove questi si divorerebbero a vicenda. Non lasciar germogliare nella tua anima ciò che non avrà né tempo né posto per fiorirvi.

G. THIBON

L'ordine raddoppia il tempo perché aiuta a farne miglior uso.

CERANDO

Ognuno nasce con certe limitazioni, con certi talenti e con un compito definito da assolvere *malgrado* quelle limitazioni, *servendosi* di quei talenti.

C. CIRINEI

Dieci volte al giorno tu devi vincere te stesso.

F. NIETZSCHE

Ogni diritto è il frutto di un dovere compiuto.

G. MAZZINI

Bisogna adempiere puntualmente il proprio dovere verso gli altri e non già pretendere, come fanno i più, soltanto che gli altri l'adempiano verso di noi.

A. GABELLI

Perdona molte cose negli altri, nessuna in te stesso.

AUSONIO

Non passate giorno senza che abbiate riportato un piccolo trionfo su voi stessi. Un giorno in cui non avete educato la volontà è un giorno perduto.

MORN

È stolto chi non sapendo comandare a se stesso vuol comandare agli altri.

PUBLIO SIRO

Quanto più noi obbediremo a Dio, tanto più Dio obbedirà a noi quando lo pregheremo.

S. GIROLAMO

Il corpo obbedisce allo spirito nella misura con la quale lo spirito obbedisce a Dio.

DON GIOVANNI ROSSI

Il segreto del successo non è altro che fare solo ciò che si sa far bene.

LONGFELLOW

La parola che tieni dentro è tua schiava, quella che ti sfugge è tua padrona.

Proverbio persiano

Chi non sa serbare un segreto non è profondo; il suo cuore è come un recipiente capovolto.

INAYAT KHAN

Non chiedete a Dio che vi renda felici, ma utili: la felicità verrà da sé.

P. VENTURI

Ogni potere è dovere.

VICTOR HUGO

Allorché l'uomo si innalza al di sopra del senso del dovere, il dovere diventa la sua gioia.

INAYAT KHAN

Ogni minuto della vita è un'opportunità e la più grande opportunità è quella di conoscere il valore dell'opportunità stessa.

INAYAT KHAN

Una delle principali virtù sociali è di tollerare negli altri ciò che dobbiamo proibire a noi stessi.

DUCLOS

La carità, come l'amore, si manifesta più col tacere che col parlare. Il tacere costa più e dice più.

TOMMASEO

Un uomo è senza valore se non ha in sé una elevata devozione a un ideale; è ugualmente privo di valore se non si sforza di realizzare questi suoi ideali con metodi pratici.

TEODORO ROOSEVELT

Far bene ciò che si deve fare è il primo dovere. Una formica di genio non deve portare al formicaio un verme di meno anche se vede l'Universo al di là del suo formicaio e l'eternità al di là dell'istante che passa.

GUYAU

La pazienza non è da tutti, ma solamente è in quelli che sanno vincere se stessi.

SERDONATI

Considerare la pazienza come una virtù che porti alla debolezza, è un considerarla molto leggermente; perché questa virtù, educando l'animo a superare i mali, lo rende più forte ad affrontarli quando sia necessario per la giustizia.

ALESSANDRO MANZONI

Quasi tutto il segreto delle anime grandi è racchiuso in questa parola: *Perseverando*.

VICTOR HUGO

Il tempo è il dono più prezioso che Dio ci abbia fatto, e l'uomo con una profusione sì crudele e sorprendente lo va dissipando.

CLEMENTE XIV

Pitagora aveva diviso la giornata dei discepoli della filosofia in tre parti: la prima parte per Dio nella preghiera; la seconda per sé nello studio; la terza per gli uomini negli affari.

GRATRY

RACCOGLIMENTO - RIFLESSIONE
MEDITAZIONE - PREGHIERA

L'Eterno è con voi, quando voi siete con Lui.

Bibbia

Ci hai fatti, o Signore, per Te e il nostro cuore è inquieto finché non riposa in Te.

S. AGOSTINO

Il vero scopo della vita è di rendere Dio una realtà.

INAYAT KHAN

Quando apro gli occhi al mondo esterno, mi sento come una goccia nel mare; ma quando chiudo gli occhi e contemplo il mondo interiore vedo tutto l'universo come una bollicina sollevata nell'oceano del mio cuore.

INAYAT KHAN

La missione più importante è più necessaria a compiere nella nostra esistenza è di cercare di essere coscienti della nostra vita interiore.

LEONE TOLSTOI

Adora Dio come se lo vedessi, poiché se anche tu non Lo vedi, Egli ti vede.

NICHOLSON

Una vita forte e potente è necessariamente una vita raccolta.

VAN HOUTRYVE

Ti senti imprigionato e sogni l'evasione? Sta attento! Quaggiù non si evade che verso l'alto, non si evade che verso il cielo!

G. THIBON

Tutti quegli uomini agonizzano nel deserto. L'oasi è vicina tuttavia, ma è dietro di loro, giacché essi non vedono e non inseguono che miraggi. Basterebbe che si voltassero. La parola "conversione" ha proprio questo significato...

G. THIBON

Ascolta cento volte, parla una volta sola.

Proverbio arabo

Parlare è seminare, ascoltare è raccogliere.

CONFUCIO

Ho trovato sulla terra il mio Paradiso, perché il Paradiso è Dio e Dio è nell'anima mia. Il giorno in cui lo compresi tutto per me si illuminò.

SUOR ELISABETTA DELLA TRINITÀ

Mediante lo studio dei libri si cerca Dio, con la meditazione lo si trova.

PADRE PIO DA PIETRALCINA

Il silenzio favorisce la presenza di Dio.

FÉNÉLON

Non siamo mai soli.

X

Per mantenere e fortificare l'equilibrio e la stabilità, bisogna che la vita interiore domini l'azione esteriore, che se ne impossessi e la animi.

Le vere ricchezze sono interiori e l'attività più intensa dell'anima nasce dal raccoglimento. Bisogna stabilirsi nella luce e nell'amore per essere forti e non perire.

VAN HOUTRYVE

Gli uomini di oggi perdono troppo tempo ad ascoltare ed a leggere i pensieri degli altri. Sarebbe assai meglio che impiegassero più tempo ad ascoltare i loro pensieri. La sapienza possiamo impararla da altri, la saggezza dobbiamo ricercarla in noi stessi. La sorgente della saggezza sgorga nel nostro proprio suolo, fra i profondi abissi dei nostri solitari pensieri e sogni.

AXEL MUNTHE

Se tu sei solo, io ti dico che sarò con te.

Detti extracanonici di Gesù

O dolce solitudine! Io ho conosciuto gli incanti di cui inebri i tuoi innamorati. Guai a chi non sa essere solo un giorno in vita sua senza soffrire e a chi non preferisce il soliloquio alla conversazione con gli sciocchi.

SAVERIO DE MAISTRE

Vi ha una potenza meravigliosa nella preghiera e nel silenzio di quelle anime che sono unite a Dio nel sentimento della pace.

LEFEBYRE

Mi ritrovo più che mai risoluta a parlar poco con gli uomini e molto con Dio.

GIUSEPPINA BUTLER

L'aspirazione produce l'ispirazione.

ALICE A. BAILEY

Tutto ciò che è grande ed eroico fu sempre compiuto in silenzio.

JOLANDA

Serrati nella cella del conoscenza di te.

SANTA CATERINA

Nella preghiera sincera e fervida è l'origine di ogni più possente forza, d'ogni energia invincibile. Nessuno mai si rialza senza un conforto, senza una guida, senza un raggio, dopo una fervida e sincera preghiera.

JOLANDA

L'uomo non è mai così solo come quando è prossimo alla verità.

Sentenza indiana

Ritirarsi in se stessi e in Dio è la forza più grande che sia al mondo.

LACORDAIRE

La parola è come un sasso che cade nell'acqua. Sai tu quanti cerchi può generare?
Sii dunque prudente.

ROSA BORGHINI

Colui che tratta la preghiera come un obbligo oneroso, non sarà esaudito
dall'Eterno. *Talmud*

La grande armonia delle sfere celesti è anche in te: fa silenzio, ascolta; la udrai
salire sommessa e potente dalle misteriose profondità del tuo essere.

ROBERTO ASSAGIOLI

Se un forte, ma disattento, combatte con un debole, ma attento, soccombe il forte in
conseguenza della sua disattenzione.

Sentenza indiana

Impara dalla conchiglia, o figlio, ad aprire sol di rado la bocca. Allora potrai anche
tu tenere perle in bocca.

HAMMER

Studia la vita in te stesso. Nella tua anima è tutto l'Universo.

R. W. EMERSON

Dio dice: Io sono la speranza di chi la ripone in Me ed Io sono con lui e vicino a lui
quando egli si rammenta di Me.

MAOMETTO

Quando consideri bene il fondo della questione, Egli è del pari il Veggente e
l'Occhio e la Visione.

GULSHAN-I-RAZ

Salire a Dio significa entrare in se stessi e non solamente entrare in se stessi, ma
entrare in un mondo misterioso e stupendo, attraversare nell'imo se stessi e procedere oltre.

Sale veramente a Dio colui che penetrando interiormente in se stesso travalica sé e il
suo mondo intimo.

UGO DA S. VITTORE

La solitudine è la strada di Dio.

MEISTER ECKART

Non i difetti altrui o le altrui colpe o ciò che essi hanno fatto o non fatto; ma guarda
nel tuo proprio cuore ciò che tu stesso hai fatto o non fatto.

BUDDHA

Finché Dio ci sembra esterno e lontano, vi è ignoranza; ma quando Dio è realizzato
interiormente allora vi è vera saggezza.

SRI RAMAKRISHNA

L'insegnamento che entra solo nell'orecchio è come un pasto consumato in sogno.
Sentenza cinese

La mente di per se stessa può fare un cielo dell'inferno e un inferno del cielo.
G. MILTON

Non guardo né indietro né in avanti: guardo in alto!
MADAME SETON

Nessun può conoscere Dio se prima non conosce se stesso.
MEISTER ECKART

Chi prega con ardore, agisce con potenza; chi prega lungamente vede centuplicarsi il tempo e la forza per l'azione.
G. ROSTAGNO

O figlio dell'Esistenza! Il tuo cuore e la Mia casa: purificala per la Mia discesa. Il tuo spirito e il Mio Punto di Osservazione: preparalo per la mia Manifestazione.
BAHA' U'LLAH

O figlio dello Spirito! Ti ho creato ricco: perché ti fai povero? Ti ho fatto nobile: perché ti degradi? Dell'essenza della Conoscenza ti ho reso manifesto: perché cerchi un altro all'infuori di Me? Volgi il tuo sguardo verso te stesso, affinché tu possa trovarti dentro di te, Potente, Dominatore e Supremo!
BAHA' U'LLAH

Perché avete paura, perché tremate, perché dite che il mondo è sottosopra? Non vedete che l'anima vostra è sottosopra? Rientrate anzitutto in voi stessi, cercate la comunione con Dio e la faccia del mondo si schiarirà. Se sapeste rimettervi in equilibrio anche il mondo si rimetterebbe in equilibrio.
GANDHI

Sappi sopportare con costanza le difficoltà e otterrai la vittoria nella pace... Il mondo esteriore abbatte solo chi non ha vera vita interiore.
VAN HOUTRYVE

Il vivere in presenza delle grandi verità e delle leggi eterne e ciò che dà pazienza all'uomo quando il mondo intorno lo ignora e che gli dà calma e integrità quando il mondo lo elogia.
O. BALZAC

Nell'eterno azzurro dell'insondabile spazio
Si avvolge di pace il nostro globo agitato;
Uomo, avvolgi così i tuoi giorni
— sogno che passa —
Del calmo firmamento della tua eternità.
F. AMIEL

Molti dicono delle preghiere, ma pochi pregano. Pregare non è solamente parlare, ma è *ascoltare*.
R. PLUS

In un'anima unita a Dio tutte le azioni sono preghiere.

R. PLUS

La gente non dovrebbe tanto pensare a ciò che deve fare; dovrebbe piuttosto riflettere a ciò che deve *essere*.

MEISTER ECKHART

La polvere delle morte parole ti copre. Lavati l'anima nel silenzio.

R. TAGORE

Le stelle arrivano di notte nel cielo
L'onda della marea nel vasto mare
Né tempo, né spazio, né profondità, né altitudine
Possono togliermi ciò che è mio.

G. BURROUGHS

L'uomo si mescola alla folla chiassosa per soffocare il tumulto del proprio silenzio.

R. TAGORE

Col reale si vive, con l'ideale si esiste. Volete sapere che differenza c'è? Gli animali vivono, l'uomo solo esiste.

VICTOR HUGO

“Venite a me, come fiumi al mare, come giorni e notti al compimento dell'annuo ciclo. Apprendiamo il vero e insegniamolo nel pieno fulgore della luce. Non si venga mai a conflitto fra di noi. Cerchino gli animi nostri con fervore il bene supremo”.

Inno vedico

Forse è un segno di risveglio quando si sogna di sognare.

SCHOTTE

Quando il mondo inferiore avvampa nel desiderio del mondo superiore, questo discende verso quello ed ambedue i mondi si uniscono e penetrano l'uno nell'altro e nell'uomo.

Zohar

Dio dice: Se qualcuno cerca di avvicinarsi a Me di un palmo, Io cerco di avvicinarmi di un cubito; e se qualcuno cerca di avvicinarsi a Me di un cubito, Io cerco di avvicinarmi a lui di due braccia; e se qualcuno cammina verso di Me, Io corro verso di lui.

MAOMETTO

Per migliorare la vita esterna bisogna anzitutto migliorare la vita interna.

OUSPENSKY

Per avere la pace nel mondo gli uomini devono cambiare il loro modo di pensare.

EINSTEIN

La freccia lanciata dall'arciere colpisce un solo uomo oppure non ne colpisce alcuno: l'idea lanciata da un uomo abile può distruggere un regno e il suo re.

Sentenza indiana

- La coscienza è Dio che parla. X
- Dio dimentica i falli che noi ricordiamo e ricorda quelli che noi dimentichiamo. X
- Per discutere in noi stessi bisogna anzitutto salire. X
- Un libro vale non tanto per quello che è, ma per quello che diventa nel cervello dei suoi lettori: un suscitatore, un agitatore di pensieri nuovi.
 Un uomo è capace di dare e di ricevere solo nella misura in cui è capace di bastare a se stesso. La sua capacità di comunione è condizionata dalla sua capacità di solitudine.
 G. THIBON
- Prestare attenzione a tutte le voci. Questo ti sembrerà forse il massimo della giustizia e dell'amore. Ma ciò non basta. Bisogna anche avere orecchi per tutti i silenzi.
 G. THIBON
- L'uomo fu creato per portare la sua croce, perciò fu dotato di forti spalle. Un uomo può sopportare molto finché può sopportare se stesso. Può vivere senza speranza, senza amici, senza libri, anche senza musica, finché può ascoltare i propri pensieri, e il canto di un uccello fuori della finestra, e la voce lontana del mare.
 AXEL MUNTHE
- Mentre tutti domandano dei "perché?" al loro vicino, il mistico interroga se stesso.
 INAYAT KHAN
- Più un individuo esplora se stesso è più potere interiore egli trova in sé.
 INAYAT KHAN
- O Tu che sei racchiuso nel santuario del mio cuore, parlami ancora: la Tua voce esalta il mio spirito.
 INAYAT KHAN
- Allorché l'uomo giunge all'intima verità, egli si rende conto che non vi è nulla che non possa trovare in se medesimo.
 INAYAT KHAN
- Ogni istante ha il suo speciale messaggio.
 INAYAT KHAN
- Non vi sono avvenimenti poveri, vi sono solo avvenimenti accolti poveramente.
 MAETERLINCK
- Poiché credo in Dio, credo nella preghiera che è il mezzo più sicuro per divenire coscienti della Sua Presenza. Questo è il vero significato della preghiera, la sua forza e la sua ricompensa.
 GANDHI
- La preghiera è la migliore arma che abbiamo, è una chiave che apre il cuore di Dio.
 PADRE PIO DA PIETRALCINA

La preghiera cambia le cose.

X

Nulla nel mondo è insignificante.

SCHILLER

Le due parole più corte, “sì” e “no”, sono quelle che richiedono maggior ponderazione.

PITAGORA

Un’anima che si eleva, eleva il mondo.

E. LESEUR

Pregando non bisogna parlar molto.

GESÙ

In una casa moderna non manca mai la stanza da bagno che serve a lavare il corpo, invece nessuno pensa a creare una stanza riservata alla meditazione e alla preghiera che servono a lavare l'animo.

X

Qualche volta un pensiero è una preghiera. Vi sono momenti in cui qualunque sia l'atteggiamento del corpo, l'anima è in ginocchio.

VICTOR HUGO

Guarda nel tuo intimo perché nel tuo intimo è la sorgente del bene, è una sorgente inesauribile purché tu la scavi di continuo.

MARCO AURELIO

Che uso faccio della mia anima? Questa domanda deve fare a se stesso ognuno in ogni occasione ed esaminar se stesso.

MARCO AURELIO

Vi sono pensieri dotati di una forza d’attrazione prodigiosa che brillano come un fuoco, che portano nei cieli dell’intelligenza e schiudono l’eternità serena. Le stesse parole sono talvolta eroiche: hanno una potenza che risuscita le anime sepolte.

EDGARD QUINET

Il vero sentimento del divino si riconosce in quanto dà all’uomo la coscienza della sua libertà e della sua dignità: adorare non è prosternarsi ed umiliarsi, ma raddrizzarsi ed elevarsi.

GUYAU

Io, Signore, andai vagando come una pecorella smarrita cercandoti al di fuori di me con ansiosi ragionamenti, mentre Tu eri dentro di me... Io vagai per strade e piazze delle città di questo mondo cercando Te; e non Ti trovai, poiché invano io cercavo al di fuori Colui che era al di dentro di me.

S. AGOSTINO

Bisogna pensare più di due volte a quello che si fa una volta sola.

F. D. GUERRAZZI

La meditazione profonda abitua l'anima a vivere fuori del suo involucro corporale.
Essa la prepara così alla vita futura.

HIPPEL

Come l'incenso rianima il fuoco che si spegne, così la preghiera rianima la speranza
nel cuore dell'uomo.

GOETHE

Salire a Dio è rientrare in se stesso.

S. AGOSTINO

La preghiera è luce per la mente, riposo per il cuore; la speranza il suo tronco, la
carità il suo fiore.

SAINT FOY

È più facile fabbricare una città nell'aria che fondare una società senza religione.

PLATONE

Gli uomini devono saper vivere soli, e soli associarsi all'armonia delle cose. Chi
fugge la solitudine fugge se stesso: è uomo ammalato nell'intimo essere suo.

NICCOLÒ TOMMASEO

Non cercare Dio, guardalo!

VIVEKANANDA

PARTE SECONDA

IL RISVEGLIO

DALLA MEDITAZIONE ALLA COMPRESIONE

Il primo tema sul quale si sente spinto a meditare chi non viva più superficialmente, chi non si lasci più dominare dalle proprie reazioni istintive ed emotive, è quello del *bene* e del *male*.

L'atteggiamento spontaneo dell'uomo "naturale" è quello di considerar "bene" quello che gli arreca piacere e "male" quello che gli procura sofferenza. Ma appena comincia a riflettere, a considerare il concatenamento delle cause e degli effetti, si accorge come quella valutazione sia molto spesso sbagliata. Egli si rende conto che un apparente "male" ha non di rado effetti benefici e che, inversamente, un "bene" momentaneo può aver conseguenze assai spiacevoli.

Se poi egli prosegue e approfondisce la propria riflessione, scopre un fatto ancor più importante; cioè che "bene" e "male" non sono qualcosa di *oggettivo*, inerente ai fatti o avvenimenti esterni, ma che l'effetto di questi dipende

in massima parte dal *nostro* atteggiamento, dalla *nostra* valutazione, dalle *nostre* reazioni. Perciò dipende soprattutto da noi se quello che ci accade diviene per noi benefico o malefico.

Questo riconoscimento ha un effetto importantissimo, direi anzi "rivoluzionario" nel senso etimologico della parola; esso infatti trasferisce o "rivolge" il centro del problema dall'esterno all'interno. Noi comprendiamo che nulla può farci veramente del "male" se *noi* non lo permettiamo col nostro atteggiamento e che nulla può farci veramente "bene" se noi non sappiamo metterlo in valore e farne uso saggio e opportuno.

In tal modo arriviamo a un gioioso senso di libertà interna, d'indipendenza dal mondo, dalle circostanze, dagli altri. Ma allo stesso tempo ci rendiamo conto della nostra *responsabilità*. Non possiamo più accusare gli uomini e il destino di essere i soli, anzi neppure i principali, artefici dei nostri "mali", ma vediamo in quanta parte essi dipendano dai *nostri* modi di pensare, di sentire e di agire.

Il meditare sul mondo, la vita e noi stessi ci porta inoltre ad altri importanti e benefici riconoscimenti.

Il primo è quello di una vera *umiltà e modestia* e di una conseguente *semplicità* di contegno.

Quell'esame attento e spassionato ci rivela quanti errori, quante sciocchezze abbiamo commesse e commettiamo di continuo! Ma ciò è molto salutare, sia perché è il primo e necessario passo per non commetterne più, o sempre meno, sia perché ci aiuta a liberarci dalle nostre sciocche presunzioni, dalle nostre ridicole vanità e a sostituire l'orgoglio ingiustificato con una saggia umiltà. Si noti che questa non implica affatto un senso di inferiorità, che può essere altrettanto ingiustificato e dannoso; essa anzi è pienamente compatibile con un senso di umana *dignità*, poiché il riconoscimento delle proprie manchevolezze è già un inizio di superamento, e non esclude la consapevolezza dei nostri "talenti", delle nostre mirabili potenzialità latenti, dell'alto destino a cui siamo chiamati.

Così arriviamo ad un sano e giustificato *ottimismo*, ad una luminosa *speranza*, ad una *fede* incrollabile. E queste a loro volta suscitano ed alimentano il *coraggio* per affrontare le prove e combattere le battaglie della vita.

La meditazione, affrancandoci dal soggettivismo, dall'egoismo, dall'orgoglio, crea le condizioni favorevoli per lo sviluppo di due altri gruppi di alte qualità spirituali: la *bontà*, la *carità* e l'*amore*; la *saggezza* e la *comprensione*. Questi due gruppi di doti non solo si completano, ma anche si suscitano ed evocano a vicenda.

Infatti la bontà, l'amore, aprendo il nostro animo a quello degli altri ed aprendo per conseguenza quello degli altri al nostro, ci permette di leggere in loro, di accostarci, anzi

di penetrare in loro, fino ad unirci, a fonderci gli uni con gli altri. Tale comunione, tale immedesimazione porta alla *comprensione* diretta, "dal di dentro" per così dire. Ed inversamente la *comprensione* spirituale derivante dalla *saggezza* suscita naturalmente in noi un senso di *carità*, di *bontà*.

La loro sintesi costituisce quella *comprensione amorevole* che è la chiave magica per aprire ogni cuore, il mezzo irresistibile per dissipare malintesi, antipatie, ostilità, per stabilire *retti rapporti umani* in ogni campo della vita consociata, dalla famiglia all'intera umanità.

R. A.

VI

BENE - MALE PROSPERITÀ - AVVERSITÀ

Nulla a me può recar danno, all'infuori di me stesso; il male che mi coglie lo porto io stesso con me e non soffro realmente se non per mia colpa.

S. BERNARDO

Uno spettacolo degno dello sguardo di Dio è quello dell'uomo eroico in lotta contro l'avversa fortuna e che non si piega dinanzi ad essa.

SENECA

Ogni male a cui non si soccombe è un benefattore... Noi acquistiamo la forza dalla tentazione alla quale resistiamo.

EMERSON

Degli angeli vengono spesso a visitarci e noi non ce ne accorgiamo che quando sono partiti. Questi angeli sono la salute, la gioventù, l'agiatezza, gli affetti, le amicizie, il lavoro. Per apprezzarli nel loro giusto valore bisogna esserne privi; come per apprezzare la fortuna di chi ha un tetto, bisognerebbe restar fuori in una notte invernale.

GEORGE ELIOT

Dio non dice: "Questo è il cammino che conduce a Me, questo non lo è". Ma dice: "Ogni cosa che tu faccia può condurti a Me, ma se tu la fai in maniera tale che conduca a Me".

MARTIN BUBER

Di pensiero in pensiero, vagando per l'Universo, io vidi il poco che è Buono avanzarsi sicuro verso l'immortalità. E quell'immenso tutto, che è chiamato Male vidi frettoloso sommergersi, perdersi, morire.

W. WHITMAN

Ti credi solo, amico? Ma nel tuo cuore è sempre presente il testimone silenzioso delle tue buone e delle tue cattive azioni.

Sentenza indiana

Colui che ha commesso una colpa dice a se stesso: "Nessuno lo sa". Tuttavia gli dei lo sanno ed anche l'anima che dimora in lui.

Sentenza indiana

Piangere sopra un male che non esiste più è il miglior mezzo per attirarsene altri.

SHAKESPEARE

Quando la fortuna, per nostro errore, ci abbandona ce la prendiamo con tutti — non escluso il sole, la luna e le stelle — fuorché con noi.

SHAKESPEARE

Voglio provare che chiunque opera bene e nobilmente può, perciò solo, sopportare la sventura.

BEETHOVEN

La via dell'iniquità è larga; ma questo non vuol dire che sia comoda; ha i suoi buoni intoppi, i suoi passi scabrosi; è noiosa la sua parte e faticosa, benché vada all'ingiù!

MANZONI

La sorte deve scuoterci affinché noi lasciamo cadere i nostri frutti.

R. VOLKER

Non è detto che chi aspira al tutto debba essere cieco verso i singoli beni.

ERNEST WIECKERT

Facile è il bene per i buoni; difficile per i malvagi; facile è il male per i malvagi, difficile per i buoni.

BUDDHA

All'uomo che va per la via diritta sono riservate due corone diverse: una di fiori intrecciata dai buoni; una di spine attorta dai malvagi: gloriosissime tutte e due.

GIUSEPPE GIUSTI

Se la fortuna può rivelare tutte le piccolezze dell'uomo, solo la sfortuna mette in luce la sua vera grandezza.

NINO SALVANESCHI

La peggiore di tutte le ebbrezze è l'ebbrezza del potere. Colui che si lascia prendere dall'ebbrezza del potere non si risveglia che al momento della sua caduta.

Sentenza indiana

Chi mal fa mal riceve: questa è una delle più antiche sentenze.

ESCHILO

La prosperità non è una bilancia esatta; l'avversità è l'unica misura per pesare gli amici.

PLUTARCO

A forza di coraggiose rinunce e di torturanti attese, dopo aver constatato che gioia e dolore non sono che gli anelli luminosi e oscuri della catena della vita e che può far male la gioia e può far bene il dolore, tu giungerai alla zona quieta e pura della serenità.

ROSA BORGHINI

Il perpetuo sole produce il deserto.

ROSA BORGHINI

Ognuno porta il suo male, ma ognuno ne può trarre il suo bene.

ROSA BORGHINI

Quando le nuvole si avvicinano alla vetta è per nutrirla la sorgente.

ROSA BORGHINI

L'uomo che sa superare il successo, Io lo saluto con umiltà.

Detto turco

Via via che l'uomo volge il pensiero al bene, ogni cosa gli riesce, non v'è dubbio.

Sentenza indiana

Che cosa, o Eccelso, si deve accogliere? La parola del maestro. E che cosa fuggire? Le opere malvagie. Chi è maestro? Colui che ricerca la verità ed è sempre intento al bene delle creature.

Sentenza indiana

Fra chi pensa il male e chi lo fa vi è una sola differenza: l'occasione.

QUINTILIANO

La prova della grandezza di un uomo consiste nel saper vedere il male che ci può essere nei propri atti e cambiare.

PEARL S. BUCK

Su cento uomini che possono resistere alla avversità, uno solo resiste alla prosperità.

T. CARLYLE

La sfortuna si accanisce specialmente contro coloro che non sanno sostenerne gli assalti.

SHAKESPEARE

Noi facciamo sempre più bene che non crediamo quando facciamo del bene, e più male di quel che pensiamo quando facciamo del male.

A. VINET

Guai all'empio che costringe Iddio misericordioso ad essere severo.

Talmud

Il vero valore di un amico, della moglie, dei servi, della sua stessa anima, l'uomo impara a conoscerlo sulla pietra di paragone della sventura.

Sentenza indiana

La ferita di una freccia si cicatrizza; un bosco abbattuto dalla scure, ricresce; terribile è una aspra parola: la ferita ch'essa fa, non si rimargina.

Sentenza indiana

La distruzione di antiche "forme" non significa distruzione di "sostanze" eterne.

CARLYLE

Se hai fatto al tuo prossimo un po' di male, esso sia molto ai tuoi occhi; se gli hai fatto molto bene, sia poca cosa ai tuoi occhi. Al contrario, se il tuo prossimo ti ha reso un piccolo servizio consideralo come fosse molto importante; e se egli ti ha fatto molto male, di a te stesso che è piccola cosa.

Talmud

Ricordati del bene che hai ricevuto e dimentica quello che hai fatto.

MENANDRO

La differenza fra un mondano ed un santo sta in questo: al mondano preme molto fin dove arriva ma ben poco come vi giunge, mentre al santo preme assai poco fin dove arriva ma molto come vi giunge.

FR. ANDREA S.D.C.

Una situazione tragica è una situazione senza via d'uscita. Una prova diviene tragica quando noi la accogliamo come un male assoluto.

G. THIBON

La ragione insegna che quando la stessa disgrazia o lo stesso dispiacere capitano un certo numero di volte allo stesso uomo, egli deve cercarne la causa, non nell'odio che gli porterebbe il destino e nella fatalità, ma in un difetto del proprio ingegno, del proprio carattere o del proprio temperamento.

A. KARR

La bellezza e il rapido progresso di ognuno di voi sono dovuti alla vostra sincera ed intensa gratitudine. È il sentiero sicuro verso grandi vette di conseguimento, è il metodo più facile per ottenere ogni buona cosa. La gratitudine alla Vita per tutto ciò che la Vita vi dona è la porta spalancata che dà adito ad ogni benedizione.

GODFRÉ RAY KING

Le nubi possono celare una stella, ma le nubi passano e la stella rimane.

VAUVEN ARGUES

Il male esiste in senso morale e non in senso metafisico, come il nero esiste in senso pittorico (colore) e non in senso fisico.

ROBERTO ASSAGIOLI

Quel che è la muta per gli uccelli, il momento in cui cambiano le penne, tale è l'avversità, la sfortuna per noi esseri umani.

VINCENT VAN GOGH

Coloro che si lamentano della sorte, non hanno spesso che da lamentarsi di se stessi.

VOLTAIRE

“Se Dio esistesse, non ci sarebbero tali orrori” ha esclamato qualcuno. Ma se Dio non esistesse, se un ordine spirituale non fosse immanente nel mondo, se il caos fosse sovrano assoluto, esso regnerebbe anche nella tua anima e tu non t'indigneresti. Il tuo scandalo e la tua angoscia di fronte all'ordine violato rendono testimonianza al Creatore di quest'ordine. Questa indignazione che ti fa negare Iddio, è la voce stessa di Dio dentro di te, la voce di un Dio ancora velato, impotente e allo stesso tempo impaziente di manifestarsi.

G. THIBON

Senso della prova. Assediato dalla miseria, dalla malattia, ecc. Che precisione meravigliosa in tale immagine! Assediato, ossia privato di comunicazioni con l'esterno, ridotto a se stesso. L'uomo così isolato ha la scelta tra due atteggiamenti: può dimorare in quella zona superficiale e arida del sé che trae la sua vita precaria e effimera dai suoi scambi con l'esterno, oppure addentrarsi nel proprio io profondo dove sgorga la sorgente della vita eterna. Le prove che ci assediano non hanno altro senso che di riportarci verso quella sorgente interna.

G. THIBON

Il peccato, l'io in noi, è l'assenza di trasparenza: ciò che resiste alla luce, che respinge la luce. Nel mondo delle anime la luce divina dovrebbe tutto attraversare: la nostra opacità crea delle lacune in quest'oceano di purezza, essa è come una ferita fatta alla luce.

G. THIBON

Come il fuoco non spegne il fuoco, così il male non può spegnere il male.
TOLSTOI

Non basta non fare mai del male. Bisogna fare anche tutto il bene possibile.
FÉNÉLON

Per vedere la luce bisogna avere qualcosa di luminoso negli occhi, dice Platone; e per credere al bene bisogna sentirlo nel proprio cuore.
MONS. LANDRIOT

Quel che conta non è da che parte soffi il vento, ma il modo in cui disponi le tue vele.
X

Molti devono la grandezza delle loro vite alle loro tremende difficoltà.
X

I grandi uomini si creano le difficoltà di cui hanno bisogno.
H. KEYSERLING

Ogni cosa getta un'ombra, tuttavia nessuna ombra esiste, poiché essa non è altro che una ostruzione fatta alla luce.
FRANCIS ROLT - WHEELER

Quando il cielo è sul punto di affidare un gran compito a un uomo, dapprima mette a prova la sua mente con la sofferenza e i suoi nervi e le sue ossa con la fatica. Espone il suo corpo alla fame, lo sottopone ad una estrema povertà e fa fallire le sue imprese. In tutti questi modi egli stimola la sua mente, fortifica la sua natura ed elimina le sue deficienze.
Proverbio cinese

Tutte le cose cooperano al bene di coloro che amano Dio.
S. PAOLO

Non appena un individuo diviene retto, una via diritta gli si schiude dinanzi.
INAYAT KHAN

Spesso una perdita mondana si trasforma in un guadagno spirituale.
INAYAT KHAN

Fare il bene e farlo con gioia vale quanto esser felici noi e far felici gli altri.
GIOVANNI PASCOLI

Volere il bene e volerlo risolutamente è il gran mezzo per giungere a farlo.
X

L'egoista è più che ogni altro sensibile agli attacchi del male, perché rimane imprigionato in un angusto orizzonte; così è punito dal suo stesso egoismo.
E. DI FEUCHTERSLEBEN

Il male non si vince che operando il bene, l'errore non. si rintuzza che rivelando la verità.

LUIGI LUZZATTI

Il male non esiste, ma la perdita del bene si chiama male.

SANT'AGOSTINO

VII

UMILTÀ - MODESTIA - SEMPLICITÀ

Dove è l'umiltà, quivi è la sapienza.

Bibbia (Prov. 11, 2)

Nessuno è tuo amico, nessuno è tuo nemico, tutti ugualmente sono tuoi Maestri.

Luce sul sentiero

Poca sapienza dà agli uomini l'orgoglio, molta, dà la modestia. Così le spighe vuote estollono il capo superbe, mentre le spighe piene si chinano umilmente verso la terra loro madre.

LEONARDO DA VINCI

Oceano, questo è un laghetto che non è profondo e non è ricco di perle; eppure soccorre sempre i viandanti assetati.

Sentenza indiana

Devi essere umile. Ma l'umiltà non consiste nel nascondere il proprio ingegno e le proprie virtù o nel crederci peggiore degli altri; ma nel conoscere chiaramente quello che ci manca e nel non insuperbirci di quello che abbiamo.

LACORDAIRE

È curioso vedere che quasi tutti gli uomini che valgono molto hanno le maniere semplici e quasi sempre le maniere semplici sono prese per indizio di poco valore.

GIACOMO LEOPARDI

Essere orgoglioso val quanto professare l'ateismo.

Talmud

Che l'oceano tenga giù la perla e sostenga in alto la paglia, torna a vergogna sua; la perla resta perla e la paglia, paglia.

Sentenza indiana

Il riconoscere, all'occorrenza, di aver avuto torto non deve far arrossire, poiché nessun'anima può sbocciare e splendere di bellezza se non vuole mai riconoscere di aver sbagliato. Un'anima è elevata perché ha riconosciuto i propri errori e li ha corretti. Questo mezzo è il solo per elevarsi.

X

Il modo più certo per celare agli altri i confini del nostro sapere è di non oltrepassarli.

GIACOMO LEOPARDI

Ornamento dell'uomo è la bellezza; della bellezza, la virtù; della virtù, la dottrina; della dottrina, la modestia.

Sentenza indiana

Le vite tranquille sono come le pietre: crescono nel profondo senza che nessuno le veda; ma un giorno con esse si erigono le cupole.

ERNST WIECKERT

Come acquistarono la loro regalità i grandi fiumi e mari su centinaia di acque minori? Col merito di essere più bassi di loro; ecco come acquistarono la regalità loro.

LAO TZE

Tendere alla perfezione senza mai pretendervi.

MALEBRANCHE

Una cosa da poco
fa spesso gran fracasso:
dell'oro il suono è fioco,
ma la latta che chiasso!

Sentenza indiana

Nulla appanna il cristallo dell'anima come l'alito della compiacenza di noi stessi.

ROSA BORGHINI

Sei l'acqua che entra in superbia perché nessuno ancora ha frugato nel limo del suo fondo.

ROSA BORGHINI

Servire Dio è regnare.

VAN HOUTRYVE

Come è capace di beneficiare un umile non è capace un potente: quante volte il pozzo disseta, ma nemmeno una volta il mare.

Sentenza indiana

Non ti scolpare. Ascolta con faccia serena la riprensione, pensando che te la faccia Dio.

S. GIOVANNI DELLA CROCE

La vita umile intessuta di lavori noiosi e facili è un'opera di pregio che richiede molto amore.

PAUL VERLAINE

Il vero umile si riconosce da questo: che il parlare o il sentir parlar di sé non provoca in lui reazioni emotive.

G. CIRINEI

Non affermare che un uomo è umile perché abbassa la testa quando viene lodato: osserva invece come sopporta il biasimo.

X

È mio desiderio ardente adempiere una grande e nobile missione, ma mio dovere principale e mia consolazione è di adempiere le missioni utili e modeste come se fossero grandi e nobili.

HELEN KELLER

Ciò che importa non è quel che facciamo, ma lo spirito con cui lo facciamo. Fare il bucato o scrivere un romanzo: assai spesso il romanziere sarà meno grande, avrà meno meriti della donna che batte la biancheria.

RENATO BAZIN

La salute del mondo viene dall'umiltà di coloro che tengono la bocca chiusa di fronte alle offese.

Talmud

Coscienti o incoscienti, in questa vita siamo tutti attori che recitano per l'uditorio in una parte e in uno stile da esso approvato... L'unica obiezione è che l'attore può sostituirsi all'uomo e prenderne intero possesso. Solo poche anime elette sono capaci di portare la propria fama e una posizione elevata con un sorriso, rimanendo naturalmente se stesse; sono coloro che quando recitano sanno di recitare, che non partecipano alle illusioni artificiali del rango, del titolo, della proprietà e della ricchezza; accettano queste cose con un sorriso di sopportazione quando esse vengono loro incontro, ma si rifiutano di credere che essi stessi siano, in conseguenza di quelle, diversi dal resto del genere umano. Costituiscono quella classe di uomini, i veri grandi dello Spirito, che rimangono essenzialmente semplici nelle loro vite personali. È perché non adottano simili illusioni, che la semplicità è sempre il segno dei veramente grandi.

LIN YUTANG

Vi è tanto di buono nel peggiore di noi e tanto di cattivo nel migliore di noi che mal conviene a chiunque di noi di parlar male degli altri fra noi.

ERICH OULTON

Chi è il vero discepolo? In ciascun uomo vi è qualche cosa dalla quale io posso imparare. In ciò io sono suo discepolo.

R. W. EMERSON

Sii una lampada nella camera se non puoi essere una stella in cielo.

TUPPER

Le stelle non si vergognano di parere lucciole.

R. TAGORE

Chi confessa un errore ha già cominciato a correggersi.

G. GIUSTI

Ci avviciniamo al grande sole quando siamo grandi in umiltà.

R. TAGORE

Io imparo dai miei discepoli più di quello che essi imparino da me.

INAYAT KHAN

Di vite torta e piccola
nasce l'uva matura;
abete dritto e alto
senza frutto ha statura;
considera più l'opera
che la grande figura;
piccol'ape fa cera
e miele con dolzura.

JACOPONE DA TODI

Ciascuno di noi ha nella vita un compito importante, benché spesso non ne vediamo l'utilità. Semplici gocce d'acqua, ci domandiamo come l'oceano abbia bisogno di noi; e l'oceano potrebbe risponderci che esso non è composto che di piccole gocce d'acqua.

LACORDAIRE

La semplicità si acquista senza sforzo, è un fiore dell'abbandono. Svolgere dell'attività per acquistarla sarebbe un ottimo mezzo per non possederla mai... La semplicità non deve aspettarsi ricompensa in questo mondo; è così naturale che la si ignora, così efficace che la si disprezza, così spontanea che a volte è presa per orgoglio.

VAN HOUTRYVE

Sembra un paradosso, ma la semplicità è il segno esteriore e il simbolo della profondità del pensiero. A me pare che la semplicità costituisca la conquista più difficile nella cultura e nell'arte di scrivere. Quanto è difficile la chiarezza del pensiero! Eppure è soltanto quando un pensiero diventa chiaro, che è possibile esprimerlo semplicemente. State pur certi che quando uno scrittore sta elaborando un'idea, è l'idea che sta elaborando lui.

LIN YUTANG

Chi ammira se stesso ammira uno sciocco.

X

Non aspirate a fare grandi cose che quando sarete riusciti a fame delle piccole.

SENECA

Non il legno compatto può diventare un flauto, ma la canna vuota.

INAYAT KHAN

Un rimprovero fattoci da altri non ci raggiunge e ferisce che nella misura in cui noi lo facciamo già inconsciamente a noi stessi.

G. THIBON

La preghiera suprema del mio cuore non è di esser ricco, sapiente, celebre, potente o buono, ma semplicemente di essere *irradiante*. Io desidero irradiare la salute, il buon umore, il coraggio e la buona volontà. Desidero vivere senza odio, senza capricci, senza invidia, senza timore. Voglio essere semplice, onesto, franco, naturale, puro fisicamente e moralmente, senza affettazione, saper dire "non so" se è così, considerare tutti gli uomini su un piano di uguaglianza perfetta, far fronte a ogni ostacolo e ad ogni difficoltà con uno spirito calmo e senza timidezza... Se potrò venire in aiuto ai miei simili lo farò dando loro l'occasione di aiutarsi da loro stessi. Se potrò sollevare o ispirare qualcuno, che sia con la suggestione dell'esempio piuttosto che con le mie parole.

ELBERT HUBBARD

Bisogna credere e riempirsi di gioia nei piccoli respiri!

VIRGILIO SOMMANTI

Volete conoscere il fondo di un uomo? Dategli una grande potenza.

X

Siamo tutti così limitati che crediamo sempre di aver ragione.

X

Il Grande cammina col Piccolo senza cruccio. Il Mediocre si tiene a distanza.

R. TAGORE

Esser modesto è spesso più facile a chi abbia fatto qualche cosa che a chi non abbia fatto mai nulla.

ARTURO GRAF

Bisogna temere che l'ambizione non sia la maschera dell'orgoglio, ma bisogna temere anche che la modestia non sia un pretesto per la pigrizia.

JULES SIMON

Il silenzio, nella modestia, parla più forte delle parole baldanzose. Il razzo dice: "Io sono la luce" e si estingue in un attimo; il diamante, risplendendo costantemente, non parla mai della propria luce.

INAYAT KHAN

Chi parla spesso della propria modestia è un orgoglioso.

FRANCIS ROLT-WHEELER

Non ho mai incontrato un uomo dal quale non ci fosse qualcosa da imparare.

A. DE VIGNY

VIII

OTTIMISMO - SPERANZA - CORAGGIO - FEDE

Va con codesta tua forza...
Non sono Io che ti mando?

Bibbia (Giudici VI, 14)

Siate allegri nella speranza, pazienti nell'afflizione, perseveranti nella preghiera.
S. PAOLO

Il meglio per l'uomo è di essere gaio per quanto è possibile durante la sua esistenza e di affliggersi il meno che può. Ciò avverrà se non fisserà i propri desideri sulle cose caduche.

DEMOCRITO

La speranza è come il cielo notturno: non c'è angolo così oscuro in cui l'occhio che vi si indugia non finisca con lo scoprire una stella.

OTTAVIO FEUILLET

Rivolgi all'ideale, rivolgi al bene tutte le tue opere, e senza speranza, come senza preoccupazione di te stesso, combatti e non avere tristezza!

BUDDHA

O Figlio dell'Uomo! Tu sei Mio e ciò che è Mio non sarà mai distrutto: perché temi la tua distruzione? Tu sei la Mia Luce e la Mia Luce non si spegnerà mai: perché temi di essere spento? Tu sei la Mia Gloria e la Mia Gloria non sarà velata: tu sei la Mia Veste e la Mia Veste non sarà mai logora. Perciò mantieni il tuo amore per Me, affinché tu possa trovarmi nell'orizzonte più alto.

BAHA' U'LLAH

Svolgete il vostro lavoro con uno spirito pieno di fede. Non usate la vostra voce per gemere sulla corruzione del secolo. Lottate per renderlo migliore.

CHANNING

Il lato interno di ogni nube è luminoso e splendente; perciò io rivolto le mie nubi e le indosso sempre da rovescio per mostrare la fodera!

X

Ciò che rende più lieve la fatica e santifica il lavoro, ciò che rende l'uomo forte, buono, saggio, paziente, benevolo, giusto, umile e grande allo stesso tempo, degno dell'intelligenza, degno della libertà, è l'aver dinanzi a sé la continua visione di un mondo migliore che riluce attraverso le tenebre di questa vita.

VICTOR HUGO

Dal loro migliore lato prendiamo sempre le cose.
Voi vi lamentate di vedere le spine nei rosai
Ma io mi rallegro e rendo grazie al cielo
Che le spine abbiano delle rose.

A. KARR

Come l'albero concimato dalle foglie secche cadute al suo piede cresce in tal modo a proprie spese, così l'anima dell'uomo si sviluppa per mezzo di tutte le sue speranze distrutte e di tutti i suoi affetti infranti.

ROBERTSON

Ogni effetto è figlio di una causa, ogni causa è madre di un effetto. Pensate al bene ed otterrete il bene. La gioia è dinamogena: è un tonico possente, un eccitante meraviglioso dell'energia potenziale.

La guarigione non va agli angosciati e ai taciturni, ma è riservata ai fidenti e agli ottimisti. La gioia — dice Schopenhauer — è forse il solo atteggiamento logico che ci sia al mondo, perché è premio a se stessa. Nessuno può logicamente pentirsi di essere stato allegro.

X

Dacci, o Dio, la forza per sopportare le cose che non possono essere cambiate, il coraggio di cambiare le cose che devono essere cambiate e la saggezza per riconoscere le une dalle altre.

OLIVER J. HART

La tristezza ha un'azione irritante. Essa deprime il polso e la circolazione e poi la digestione e allora si è maturi per duecentonovanta malattie e quaranta complicazioni. Coloro che temono la malattia sono già malati. La ricetta per una buona salute è questa: dimenticate voi stessi. La salute è un'abitudine.

E. HUBBARD

Lamentarsi è confessare una colpa, una debolezza o un errore.

RUSKIN

Le pietre fanno parte della strada.

RENATO BAZIN

Non ho bisogno di sperare per tentare né di riuscire per perseverare.

GUGLIELMO D'ORANGE

Canta, come sogliono i viandanti ma cammina. Conforta col canto la tua fatica, ma non indugiarti oziosamente. Canta e cammina.

X

Cavalcando sul destriero della speranza, con in mano le redini del coraggio; rivestito dell'armatura della pazienza; cinto il capo dell'elmo della costanza, intrapresi il mio viaggio verso il paese dell'Amore.

INAYAT KHAN

Egli distese dall'alto la mano e mi prese, mi trasse fuori dalle grandi acque.

Bibbia (Salmo 18, v. 16)

Nessun pensiero vero, nessuna risoluzione pura, nessun atto di amore è esistito invano.

ROBERTSON

Quando un'avversità anche piccola ci colpisce, troppo facilmente ci lasciamo abbattere e ricorriamo alle consolazioni umane.

Se ci sforzassimo, da uomini forti, di star saldi nella battaglia, vedremmo scendere su di noi l'aiuto del Signore. Egli, infatti, è pronto ad aiutare coloro che lottano e sperano nella Sua grazia, poiché Egli ci procura le occasioni di lottare appunto affinché vinciamo.

Imitazione di Cristo

L'Eterno è l'iddio di eternità.
Il creatore degli estremi confini della terra
Egli non s'affatica e non si stanca;
La sua intelligenza è imperscrutabile.
Egli dà forza allo stanco e accresce il vigore a colui che è spossato.
I giovani s'affaticano e si stancano
I giovani scelti vacillano e cadono,
Ma quelli che sperano nell'Eterno acquistano nuove forze
S'alzano in volo come aquile,
Corrono e non si stancano
Camminano e non si affaticano

ISAIA

La tristezza: questa calunnia contro Dio...

RENATO BAZIN

Dalle difficoltà nascono i miracoli.

LA BRUYÈRE

Quelli che non hanno altro possiedono la speranza.

TALETE

Se l'inverno viene può la Primavera esser tanto lontana?

SHELLEY

Supera le nubi
Troverai il cielo.

X

La vita dell'anima è una vita di gioia, di trionfi, di soddisfazioni... Procediamo cantando il canto della vita nei nostri cuori e col sorriso sui nostri volti!

ALICE A. BAILEY

Accingiti oggi a ogni compito con volto sorridente ed il tuo lavoro sembrerà farsi da sé e ricambiare con soddisfazione il tuo sorriso.

X

Nessuno di noi percorre un cammino così duro e sassoso che non possa di giorno in giorno produrre qualche piccolo fiore di gioia.

Purtroppo l'occhio offuscato dal pessimismo non lo vede; il cuore malato si strugge nel desiderio di chi sa quale felicità e passa inosservata la piccola viola che fiorisce lungo la via.

X

Disperare è il più grande dei nostri errori.

L'ora più oscura è quella che precede l'alba.

Detto inglese

... Non sprecate lacrime
leggendo le pagine macchiate dei vostri anni trascorsi;
ma voltate il foglio
e sorridete, ah! sorridete, vedendo
le belle pagine bianche che vi restano.

X

Chi ride e canta suo male spaventa.

X

Gli angeli hanno fatto le canzoni;
quando si canta non si pensa male.

X

La sera della vita reca con sé la sua lampada.

JOUBERT

Gli uomini voltano le spalle alla sua Luce e, camminando nella propria ombra, si lagnano delle tenebre.

MAITREYA

Non vi sono abbastanza tenebre in tutto il mondo per spegnere la luce di una sola candela.

X

Non disperatevi mai. Ma se vi disperate, continuate a lavorare nella disperazione.

EDMUND BURKE

Dite a un uomo che è coraggioso e lo aiuterete a diventarlo.

T. CARLYLE

Chi non stima la vita non la merita.

LEONARDO DA VINCI

Fate il miglior uso di ogni cosa; pensate il meglio di ognuno; sperate il meglio per voi stessi.

G. STEPHENSON

Chi non ha fiducia negli altri trova alla fine che gli altri non hanno fiducia in lui.

Proverbio cinese

Il mondo è uno specchio e rende ad ognuno l'immagine del proprio volto. Fate una smorfia e vi guarderà con una smorfia, sorridete e sarà un compagno piacevole e gaio.

X

Più oscura la notte, più chiare le stelle;
Più profondo il dolore, più vicini a Dio.

Detto russo

Il coraggio nel pericolo è mezza battaglia vinta.

PLAUTO

Chi spera fortemente ha in sé il dono dei miracoli.

ERACLITO

Coraggio sempre! Senza questa condizione non vi è virtù. Coraggio per vincere il tuo egoismo e diventare benefico; coraggio per vincere la tua pigrizia e proseguire nel tuo studio o nel tuo lavoro; coraggio per patire le malattie e i dolori morali senza codardi lamenti; coraggio per anelare a una perfezione a cui non è possibile giungere sulla terra, ma alla quale se non aneliamo, secondo il sublime motto del Vangelo, perderemo ogni nobiltà.

SILVIO PELLICO

La più ingenua speranza è più vicina al vero della disperazione più ragionata.

CHARLES WAGNER

La speranza della salute è già principio di salute.

Sentenza indiana

Chi pensa sempre che gli possa accadere qualche malanno rende questo malanno senza fine e vive in continua angustia.

CICERONE

Il coraggio è la luce delle avversità.

VAUVENARGUES

Rimpiangere le proprie esperienze è come arrestare il proprio sviluppo, negarle è come smentire la propria esistenza.

A. CEVESATO

Non dire che la vita è triste. Essa è felice finché tu puoi compiere un progresso sopra di te e tu puoi fare ciò fino alla tua ultima ora.

E. QUINET

La speranza è un fiore strappato al paradiso.

X

Abbiate fiducia negli uomini ed essi saranno sinceri con voi; trattateli con magnanimità ed essi si mostreranno grandi.

EMERSON

Non ti preoccupare: oggi è quel “domani” di cui ti preoccupavi ieri.

X

Che vuoi dire rassegnarsi? Vuoi dire mettere Dio fra sé e il dolore.

ROBERT BROWNING

A furia di andar male tutto finisce bene.

Proverbio russo

La mia salute è legata alle mie speranze: io sto bene quando spero.

NIETZSCHE

È vero, il fardello è pesante! Ove sarebbe il merito di vincere se il vincere non costasse tanto sforzo? Riavere la serenità quando si è perduta la speranza è difficile. Veglia sulla tua anima, non fare che invecchi; afferma la sua eterna giovinezza. L'abitudine della tristezza imprime rughe allo spirito e alla fronte. Fa che il dolore non lasci traccia nello spirito.

SIGNORA E. QUINET

Il valore sfida la morte: il coraggio sfida la morte e la vita.

TOMMASEO

Dio può non esaudire la vostra preghiera, ma non deluderà mai la vostra fiducia.

X

Paziente raccolto di spighe sotto il sole ardente, passaggio di granelli in vagli cernitori, solcature profonde a rovescio di zolle, arsurre agostali della terra nei raggi brucianti, ricchi di forze astrali, ordinata semenza autunnale, penetrante umidore di piogge nell'oscurità della terra, nascita fra foglie cadenti e nebbie fumose, imperversare di nevi e tramontane in mesi invernali, speranze deluse di primavera per ritorni di brine e di gelo, sarchiature e mondature accurate, insidie di malattie, di tempeste, di grandini... ecco quante cose ha passato la spiga, prima di farsi granita e matura! Un'anima è più di una spiga. Ma verrà il giorno trionfale in cui tutto l'essere sarà ripieno di granelli dorati, sostanziosi, senza amarezze, vero pane di Dio, maturato nella luce di Dio, su sfondi riposanti di verde e di azzurrità di cielo!

VIRGILIO SOMMANI

Nessuno è stato mai schiacciato dal fardello dell'oggi. È quando il fardello del domani viene aggiunto a quello dell'oggi che il peso diviene superiore alle forze umane. Non vi caricate mai così. Ma se vi trovaste a essere carico in questo modo, ricordate per lo meno questo: è colpa vostra, non di Dio. Egli vi chiede di lasciare a lui la cura del futuro e di occuparvi del presente.

G. MACDONALD

L'ottimista è un migliore riformatore del pessimista: chi crede nella bontà della vita riesce a cambiarla più che gli altri.

CHESTERTON

Due uomini guardarono attraverso le sbarre di una prigione: uno vide il fango, l'altro le stelle.

X

Bisogna guardare le cose come sono, ma sforzarsi di farne risaltare il lato positivo, vitale. Non bisogna dire che la neve è calda, che il fuoco non brucia, ma che sotto la neve germoglia il grano e che il fuoco riscalda.

VAN HOUTRYVE

Nel corso della vostra vita forse dovrete soffrir molto; ma anche un cuore infelice può restare dolce e amante; e non è pienamente disgraziato colui che ama, compatisce e crede.

BOGHEN

Pensa, quando il sole tramonta, che è pronto a risorgere dalla parte opposta.

ROSA BORGHINI

La speranza è un frutto in germoglio. Lo sconforto non è che egoismo deluso.

GIUSEPPE MAZZINI

L'uomo intrepido può sbagliare qualche volta. Chi ha paura sbaglia sempre.

A. MOSSO

Temer si dee di sole quelle cose
c'hanno potenza di fare altrui male:
Dell'altre no, ché non son paurose.

DANTE

Se vi sono persone veramente disgraziate, è anche giusto dire che la maggior parte degli uomini costruiscono faticosamente l'edificio della propria disgrazia e fabbricano, per così dire, delle "prigioni in aria". La maggior parte degli uomini fanno consistere la felicità in ciò che essi non hanno e in ciò che un altro possiede. È stato detto con ragione: "Tutti guardano il rovescio della propria vita e il diritto della vita degli altri

A. KARR

L'aurora comincia a mezzanotte.

G. THIBON

Ogni bimbo giunge con la novella che Dio non è ancora scoraggiato dall'uomo.

R. TAGORE

L'uomo è un viaggiatore che cerca la sua patria. Non camminate a testa bassa; bisogna alzare gli occhi per riconoscere la strada.

LAMENNAIS

Quando Dio chiude una porta, ne apre sempre un'altra.

Proverbio arabo

Ogni condizione, anche la più disgraziata, presenta qualche vantaggio, ma solo l'osservatore attento e spassionato (che si solleva cioè al di sopra delle reazioni emotive che essa suscita) ha possibilità di scoprirlo.

G. CIRINEI

Sei scontento della tua sorte? Agisci allora in modo da essere più contento di te stesso. È un ottimo rimedio contro lo scoraggiamento ed è la via di un migliore destino.

X

Tutte le cose sono possibili per colui che crede, sono meno difficili per colui che spera, sono facili per colui che ama e semplici per chiunque spera, creda, ami.

FRATE LORENZO

L'ottimista prende l'iniziativa, il pessimista lo segue.

INAYAT KHAN

La più grande cosa al mondo è grande solo per chi la sa apprezzare.

X

Colui che sa fondare non teme la distruzione; colui che sa conservare non ha paura di perdere.

LAO TZE

Il segreto per fare grandi scoperte è di credere che nulla è impossibile.

G. LIEBIG

Il malato che ha fede nel medico, risana anche senza la presenza del medico. Colui che seguirà la mia parola mi avrà sempre con sé, vicino e presente.

BUDDHA

Tutto quello che ho veduto m'insegna a fidare nel Creatore per tutto quello che non ho veduto.

X

Gli ideali sono come le stelle: non li raggiungiamo mai, ma, come i marinai sul mare, noi orientiamo con essi il nostro percorso.

X

Colui che si è lasciato abbattere dalle sventure dei tempi si rialza per combattere. Se la pluralità dei demoni ha un gran potere, quella degli spiriti buoni ne deve avere uno maggiore. Se così non fosse l'umanità sarebbe perduta da un pezzo, poiché è certo che i deboli, i malvagi, gli imbecilli, hanno ovunque la maggioranza per loro.

I P. RICHTER

A Lussemburgo un giorno incontrai l'accademico Tissot. Aveva allora ottantotto anni. "Caro amico — mi disse — è ora che mi occupi del mio avvenire".

A. KARR

Non mi stancherò mai di cantare
Queste verità nei miei versi:
Che il gran piano di Dio
ha bisogno di voi e di me,
che il volere è più forte del destino
e che l'amore muove il mondo.

ELLA WILCOX WHEELER

Quando volgete la schiena al sole la vostra ombra si proietta davanti, ma quando vi voltate e guardate verso il sole, l'ombra sta dietro di voi.

INAYAT KHAN

Disperazione. Non puoi più salire verso il tuo Dio? Sii ancora fedele, poiché sta per suonare l'ora suprema in cui il tuo Dio scenderà verso di te.

G. THIBON

Più noi pensiamo alle nostre disgrazie, tanto maggiore diviene il loro potere di nuocerci.

VOLTAIRE

Non disperate mai. Tu credi di aver toccato ormai il fondo della tua possibilità ed ecco che arrivano delle forze nuove: è proprio questo che si chiama vivere.

FRANZ KAFKA

Una delle peggiori tragedie dell'umanità è quella di rimandare il momento di cominciare a vivere. Sogniamo tutti i giardini incantati al di là dell'orizzonte, invece di gioire alla vista delle aiuole fiorite sotto le nostre finestre. Perché siamo così sciocchi, così tragicamente sciocchi?

DALE CARNEGIE

La natura si sforza costantemente di renderci sani poiché noi siamo necessari al suo piano. La natura ha bisogno dell'uomo perché egli sia utile agli altri uomini. Noi rimaniamo perciò sani nella misura in cui ci dimentichiamo per render "servizio" ai nostri simili.

ELBERT HUBBARD

Accade quasi sempre, nella vita, che quando davanti a noi si chiude una porta, se ne apra un'altra. Il guaio è che spesso guardiamo con tanto rammarico la porta chiusa da non vedere l'altra che si è aperta.

X

Lo splendore eterno si svela lentamente: lascia passare l'eclissi e tu vedrai la stella.

VICTOR HUGO

Nulla ti turbi, nulla ti sgomenti, tutto passa, Dio non cambia, con la pazienza si vince tutto, a chi è con Dio nulla manca, Dio solo basta.

S. TERESA DEL BAMBIN GESÙ

È necessario allargare i nostri cuori, elevare i nostri pensieri al di là delle rovine delle speranze terrene, e non perdere di vista che in cima ad ogni pena accettata si trova un diamante.

BIANCA DI SAINT-MARTIAL

Quando l'uomo ha compiuto tutto lo sforzo che può fare, Dio non gli chiede altro e fa il resto.

EDOUARD ROD

Per quanto profondo sia il flutto incalzante della disgrazia, la gioia trova sempre un angolo asciutto per posarsi e, se non lo trovasse, imparerebbe a nuotare.

C. H. SPURGEON

I nostri dubbi sono dei traditori che ci consigliano di non attaccare proprio quando una battaglia prontamente ingaggiata ci assicurerebbe la vittoria.

SHAKESPEARE

“Perché ti abbatti anima mia? Perché ti commuovi in me?
Spera in Dio, perch'io lo celebrerò ancora;
Egli è la mia salvezza e il mio Dio”.

Bibbia (Salmo 42-5)

Benedetto l'uomo che confida nell'Eterno e la cui fiducia è l'Eterno!
Egli è come un albero piantato presso alle acque...

Bibbia (Geremia 17-7)

E l'Eterno sarà un alto ricetto all'oppresso, un alto ricetto in tempi di ristrettezza; e quelli che conoscono il Tuo nome, confideranno in Te, perché, o Eterno, Tu non abbandoni quelli che Ti cercano.

Bibbia (Salmo 9 vv. 9-10)

La speranza è il miglior medico che io conosca.

A. DUMAS

L'ottimismo deriva da Dio, il pessimismo dalla mente umana.

INAYAT KHAN

Nella via del pessimista il suo stesso atteggiamento diviene un ostacolo.

INAYAT KHAN

La troppa paura dei pericoli, fa sì che spesso vi cadiamo.

LA FONTAINE

Tutte le nostre difficoltà provengono dal non credere nel nostro potere.

X

IX

BONTÀ - CARITÀ - AMORE

Chi non ama il suo fratello che vede come può amare Dio che non vede? E questo comandamento abbiamo da Dio: che chi ama Dio ami anche il proprio fratello.

S. GIOVANNI

Soprattutto abbiate amore intenso gli uni per gli altri, perché l'amore copre moltitudine di peccati.

S. PIETRO

L'uomo per essere buono non ha bisogno che di veder soffrire dopo aver sofferto.

X

Niente è migliore per l'anima che il rendere un'anima meno triste.

P. VERLAINE

L'amore chiede a ciascuno ciò che ha di più caro; è questo che bisogna dare, e, se si ama veramente, è proprio questo che si vuoi dare.

DE GOBINEAU

Non riconosco altro segno di superiorità che la bontà.

BEETHOVEN

Dare la felicità e fare il bene: ecco la nostra legge, la nostra ancora di salvezza, il nostro faro, la nostra ragione di essere.

FAMIEL

Gli uomini che vogliono vivere una vita bella non lo possono né per la nascita, né per gli onori, né per le ricchezze, né per altro, ma unicamente per l'amore.

PLATONE

Sale più in alto chi aiuta un altro a salire.

GEORGE MATTEWS ADAMS

Dimentica il male che ti hanno fatto e il bene che tu hai fatto; sii come il cielo che tutto dà senza nulla chiedere.

LAO TZE

Per amare gli uomini non bisogna pretender molto da loro.

HELVETIUS

“Devo continuare a dare e dare ancora?”. “Oh, no, — rispose l'Angelo guardandomi con occhi penetranti — dà fino a quando il Signore cesserà di dare a te.”

X

Se voi non date non saprete mai quello che la vita può ricambiarvi.

WARWICK DEEPING

Il mezzo migliore per aiutare se stesso è di aiutare gli altri.

ELBERT HUBBARD

Tutti al mondo abbiamo le nostre gioie, tutti i nostri dolori; ma l'uomo il quale si dimentica di avere dei fratelli, è il più infelice di tutti.

NICCOLÒ TOMMASEO

La dottrina è spesso una vana suppellettile che poco ci serve agli usi della vita... Ma la bontà è un utensile di prima necessità che dobbiamo avere tra mano ogni ora, ogni momento. Senza uomini dotti il mondo potrebbe andare avanti benissimo; senza uomini buoni ogni cosa sarebbe sovvertita.

GIUSEPPE GIUSTI

Non si faccia ad altri ciò che sarebbe sgradito a noi stessi; questa è, in compendio, la legge morale; ogni altra legge procede da essa.

Sentenza indiana

Bisogna volere il bene che noi non possiamo ancora fare.

IBSEN

I buoni ricordano solo il bene che è stato loro fatto e dimenticano il male; essi servono gli altri senza speranza di compenso.

Sentenza indiana

Il profumo dei fiori non si diffonde contro vento; il profumo delle virtù umane si diffonde in ogni senso.

Sentenza indiana

Nulla devi regalare al povero; molto a lui devi rendere.

X

A fare sana e giusta politica non basta conoscere gli uomini, bisogna anche amarli.

ARTURO GRAF

Ogni altra scienza è nociva a chi non possiede la scienza della bontà.

MONTAIGNE

Siamo anzitutto buoni, poi saremo felici. Non esigiamo il premio prima della vittoria, né il salario prima del lavoro.

ROUSSEAU

Il modo più sicuro per rendere piacevole la vita a noi medesimi è di renderla piacevole agli altri.

X

Per avere pace tra gli uomini basterebbe che ognuno usasse nel giudicare gli altri quella indulgenza con cui giudichiamo noi stessi.

X

Giudico la purezza e la solidità di un affetto dal sentimento di libertà che mi lascia.

CHIBON

Il distintivo di una grande anima è una facile indulgenza, una generosa disposizione al perdono.

GIUSEPPE MAZZINI

Non biasimate gli altri che con benevolenza. La verità che non è caritatevole, procede da una carità che non è vera.

RABELAIS

La felicità... sta nel darla.

S. DEMAISTRE

“Costui è uno dei nostri“ oppure “è uno straniero“, così riflette chi ha poco cervello. Per gli uomini di nobile vita, tutta la terra è una famiglia.

Sentenza indiana

L'inferno è un luogo dove non si ama più.

SANTA TERESA

Amiamo. Che la nostra anima e la nostra vita siano un perpetuo canto di amore, in primo luogo per Dio e poi per tutto ciò che nell'umanità soffre, ama e piange. Che la gioia profonda abiti in noi. Siamo l'allodola nemica della notte che sempre annuncia l'aurora e risveglia in ogni creatura l'amore della luce e della vita. Siamo dei risvegliatori di anime.

ÆLESEUR

Sebbene lontano, non è lontano colui che ci sta a cuore; chi non ci sta a cuore, sebbene vicino è lontano.

Sentenza indiana

Molto fa chi molto ama, assai fa chi fa bene, e fa bene chi serve più al bene comune che ai suoi particolari interessi.

Imitazione di Cristo

Se l'anima tua supplisce ai bisogni dell'affamato e sazia l'anima afflitta, la tua luce si leverà nelle tenebre, l'Eterno sazierà l'anima tua nei luoghi aridi, e tu sarai come una sorgente la cui acqua non manca mai.

ISAIA

Si dovrebbe pensare più a far bene, che a star bene: e così si finirebbe anche a star meglio.

MANZONI

Soltanto ciò che si fa per amore è fatto liberamente, qualunque cosa possa costare il farlo.

R. TAGORE

Finché amiamo siamo utili, finché siamo amati siamo indispensabili.

R. L. STEVENSON

L'anima è una luce velata; se negletta, si oscura e si spegne, ma quando vi si versa l'olio santo dell'amore, s'infiama come face immortale.

ERMETE

Natura trasformò nell'aridità dei deserti le foglie in spine; tu pensa, quando qualche arida anima ti punge, al deserto che la circonda. Troverai una goccia per la sua arsura.

ROSA BORGHINI

Bisogna amare gli uomini come bisogna amare la campagna, malgrado il fango.

J. RENARD

Giammai l'odio avrà ragione dell'odio; solo l'amore avrà ragione dell'odio.

BUDDHA

Vivere una vita di bontà vuol dire vivere una vita universale. Vivere in perfetta bontà vuoi dire raggiungere lo scopo della propria vita nell'infinito.

R. TAGORE

Ogni amore che dipende da qualche cosa, quando la cosa cessa, cessa anche l'amore; ma l'amore che non dipende da alcuna cosa non finisce mai.

Talmud

Nella vita non v'è che una felicità: vivere per gli altri.

LEONE TOLSTOI

Quando noi diamo di che vivere a coloro che sono nell'indigenza, non diamo punto a loro ciò che è nostro, ma diamo ciò che è loro. Non è tanto un'opera di misericordia che noi facciamo, quanto un debito che noi paghiamo.

S. GREGORIO MAGNO

Colui che pecca credendo di far bene, ha altrettanti meriti, e forse anche più, di colui che compie una buona opera senza esser mosso dalla pietà.

Talmud

Non togliere l'altare dal tempio né dalla natura umana la compassione.

FOCIONE

I mali coi quali affliggiamo il nostro prossimo ci inseguono come l'ombra segue il corpo. Ma il giusto deve ambire le opere che si fondano sull'amore dei simili, e queste peseranno più di ogni altra nella bilancia celeste. Inutili saranno i tuoi esempi se frequenterai i buoni; e non devi paventare la vita fra i cattivi per ricondurli al bene.

KRISHNA

Anche se tutte le gioie della terra venissero a mancarti, se possiedi la carità, possiedi l'unico bene necessario.

VAN HOUTRYVE

Quando si fa del bene bisogna farlo con gioia.

Talmud

Dare è amare e ricevere è imparare ad amare.

J. DE CERANDO

Molti sono i difetti degli uomini che rendono difficile il vivere in società. Per ben riuscirvi è necessario cercare di diminuire i propri e tollerare quelli degli altri.

G MAZZINI

... la religione veramente sentita impone che si procuri il bene degli uomini; impone che si educi con tutti i modi possibili il popolo; impone che si eseguisca la legge di Dio sulla terra... Se la religione si riducesse a pregare Dio perché salvi l'anima di chi prega, si ridurrebbe a un pensiero di egoismo che Dio non vuole.

G MAZZINI

Quale uomo non vive in questo mondo per il bene proprio? Ma solo chi vive per il bene altrui, vive veramente.

Sentenza indiana

I fiumi non bevono le loro acque; gli alberi non mangiano i loro dolci frutti, né le nubi le messi; la ricchezza dei buoni va a vantaggio altrui.

Sentenza indiana

Nel metterci a parte dei suoi doni, il generoso non si limita; l'albero che ci ristora di ombra, ci offre anche i suoi frutti.

Sentenza indiana

Un piccolo ma sollecito dono a chi chiede, gli dà una gioia quale non avrebbe da un grande dono offertogli con indugio.

Sentenza indiana

Non aspettiamo ad essere giusti e compassionevoli. Non aspettiamo l'arrivo di sofferenze eccezionali di altri o nostre. La vita è breve; affrettiamoci quindi a sollevare i cuori dei nostri compagni durante questo breve tragitto. Affrettiamoci ad essere buoni.

FAMIEL

L'amore è un'espressione di gratitudine. La gelosia, una forma di paura, è radicata in un sentimento d'inferiorità.

L. S. TERRIL

Non è lecito risplendere soltanto, occorre anche ardere.

S. BERNARDO

Ogni affetto e ogni gioia porta con sé il suo dolore, la sua espiazione. Non vi è che una sola felicità che il tempo non cancella; una sola illusione che non tramonta mai; una sola consolazione che si oppone al dolore: Fare del bene. Non troveremo su dieci cuori beneficati un cuore riconoscente?

MELANIA WALDON

Non stanchiamoci di gettare sul nostro cammino i semi della benevolenza e della simpatia. Senza dubbio molti ne andranno perduti, ma se uno germoglierà esso trasformerà la nostra strada e rallegrerà il nostro sguardo.

MADAME SWETCHINE

Noi non conosciamo le tristi cure, i dolori profondi, le pene segrete degli altri e perciò non siamo mai troppo indulgenti nel compatire i difetti altrui.

BALZAC

C'è sempre il mezzo di esser felici, perché c'è sempre il mezzo di amare.

CHARLES VILDRAC

Sii nobile! E la nobiltà che risiede negli altri uomini, sopita ma mai morta, sorgerà maestosa per incontrarsi con, la tua.

JAMES RUSSEL LOWELL

Non abbiamo conseguita la vittoria finché il nostro nemico non è diventato nostro amico.

X

Cosa si ha da fare quando ci opprime un grande affanno? Cercare l'amico che ne abbia uno maggiore, dargli del denaro se è povero, o del coraggio se non ha bisogno di denaro; trovare argomenti di conforto, di speranza che ridonino a quell'infelice un po' di serenità, un po' di pace. Resteremo sorpresi nel sentire noi stessi rianimati. Niente ci consola quanto consolare chi soffre come noi.

LEGOUVÉ

Il male non regna mai solo; noi troviamo nell'uomo anche qualcosa di buono, delle doti, delle virtù e soprattutto il dolore. Se vogliamo essere caritatevoli, e tale è il nostro dovere, non ci fermiamo nei nostri giudizi su gli altri in ciò che hanno di male, ma guardiamo in essi un compagno di prova, un fratello d'armi nella lotta della vita, un infelice come noi.

LEON DENIS

Sai cos'è la virtù? La virtù è amore. Ama Dio, ama i tuoi genitori, ama i tuoi fratelli, ama i poveri, ama il tuo paese, ama anche chi ti fa del male e sarai virtuoso e Iddio ti benedirà.

L. SETTEMBRINI

Il distintivo di una grande anima è una facile indulgenza, una generosa disposizione al perdono. Il piacere di una vendetta dura un istante e la soddisfazione del perdono concesso dura sempre.

ROJAS

Dobbiamo amare i nostri simili prima che ci sembrino degni di essere amati.

SHAKESPEARE

Tutto ciò che io possiedo, persino il mio corpo, esiste solo per il bene altrui.

BUDDHA

Tutta la religione è amore: la fede è amore che crede; la speranza è amore che aspetta; l'adorazione è amore che si prostra; il pentimento è amore che piange; la preghiera è amore che domanda; la misericordia è amore che perdona; il martirio è amore che si sacrifica.

ROSA DI S. MARCO

Soprattutto sii buono. La bontà è quanto somiglia più a Dio e più facilmente disarmare gli uomini. Un pensiero costantemente dolce e amabile verso gli altri finisce per stamparsi nella fisionomia stessa e le dà un'impronta che attira tutti i cuori. La fronte sulla quale brilla il genio mi lascia freddo, mentre il primo venuto, che mi dia l'impressione di esser buono, mi commuove e mi attrae.

LACORDAIRE

I cuori buoni non invecchiano mai.

NICCOLÒ TOMMASEO

La dolcezza è sapienza e forza.

Sapienza, poiché il discernimento è dato soltanto a quelli che posseggono la dolcezza, essendo la collera una passione che turba la ragione. Forza, poiché non vi sono uomini più fermi e più costanti nel bene che i mansueti e i benigni.

S. VINCENZO DI PAOLI

Per far fruttare le cose, bisogna amarle.

X

Dio ama chi dona con gioia.

S. PAOLO

Scopriamo le glorie e la potenza della Bontà. La Bontà è l'opposto della separatività. La Bontà fonde le durezza, concilia ed integra in una superiore armonia gli elementi, le forze, gli esseri contrapposti, riunisce ciò che è disperso, risana le ferite, placa gli animi esacerbati, rompe col suo potere sottile e irresistibile i tristi circoli viziosi dei rancori, delle invidie, delle gelosie, degli odi. La Bontà è la necessaria precorritrice della Pace. Senza Bontà non vi può essere Pace, non vi può essere Letizia, non vi può essere Amore. La Bontà è la condizione necessaria del retto e armonico operare delle altre "virtù", è il filo che le tiene unite e concordi fra loro e con Dio.

ROBERTO ASSAGIOLI

Che nessuno inganni qualcuno
che nessuno disprezzi qualcuno,
che nessuno auguri male a qualcuno.
Come la madre sacrifica la sua vita
per suo figlio, suo unico figliuolo,
così bisogna avere nel cuore
per tutto quanto vive, un amore senza limiti,
che in alto e in basso, ai quattro venti dei cieli
l'universo intero sia irradiato
da uno spirito d'amore
libero da odio e crudeltà.

BUDDHA

L'amore rivela. Ama di più. Astieniti dall'auto-difesa. L'anima non ha bisogno di difesa. Tu sei un'anima.

ALICE A. BAILEY

Accresci la tua comprensione ed il tuo amore; ama con costanza ed abbi chiara visione. Non dimenticare che ciò di cui i tuoi fratelli hanno maggior bisogno è la visione amorevole. Sempre maggiore amore e maggior visione.

ALICE A. BAILEY

Cercando il bene altrui noi troviamo il proprio.

PLATONE

Sii buono: la bontà contiene le altre cose La bontà è la base delle nature eccelse:
Con una sola virtù Dio creò il cuore del giusto Come con un solo zaffiro la cupola
del cielo.

VICTOR HUGO

Per distinguere il vero dal falso amore non c'è che un contrassegno che non inganna mai: il sacrificio.

JOLANDA

Nella sfera delle realtà morali e spirituali i più intelligenti sono quelli che amano. Chi ama sa, chi ama vede, chi ama comprende, chi ama si eleva su quelle vette che emergono al disopra delle nubi avvolgenti l'umanità e dalle quali lo spirito assurge al Creatore.

ROSTAGNO

Chi ama conosce Iddio, chi non ama non ha conosciuto Iddio, perché Dio è carità.

G. ROSTAGNO

Aiutare, non per compassione, cioè un acuto, improvviso dolore da cui ci si voglia liberare, ma per amore, cioè per comunione di vita...

... Amare gli uomini vuol dire sentire i loro bisogni e portare il loro dolore.

MARTIN BUBER

Non vi è nulla di più bello che avvicinarsi alla divinità e diffonderne i raggi sul genere umano.

BEETHOVEN

La conoscenza gonfia, ma la carità edifica.

S. PAOLO

Fate tutto il bene che potete
Con tutti i mezzi che potete
In tutti i modi che potete
In tutti i luoghi che potete
Tutte le volte che potete
A tutti quelli che potete
Sempre finché potrete.

JOHN WESLEY

Non possono gli uomini vivere a loro agio, in questo mondo così bello, sotto questo incommensurabile cielo stellato? Come possono essi conservare quei sentimenti di cattiveria, di vendetta, la rabbia di distruggere i propri simili? Tutto ciò che vi è di cattivo nel cuore umano dovrebbe scomparire al contatto con la natura, questa espressione più elevata del bello e del bene.

LEONE TOLSTOI

La simpatia è la chiave che apre la serratura di ogni cuore.

X

Quando siamo riluttanti a lasciarci piegare chiediamoci se ci piacerebbe che gli altri fossero inesorabili verso di noi.

SENECA

Non accettar tutto, ma tutto comprendere; non approvare tutto, ma tutto perdonare; non aderire a tutto ma ricercare in tutto la parte di verità che vi si trova racchiusa. Non respingere né un'idea, né un atto di buona volontà per quanto incerti e deboli essi siano, amare le anime come le amò Gesù Cristo fino alla sofferenza e fino alla morte.

ELISABETTA LESEUR

Anche se parlassi le lingue degli uomini e degli angeli, se non ho carità non sono che un bronzo che risuona o un cembalo squillante. E quando avessi tutta la fede in modo da trasportare i monti, se non ho carità non, ho nulla. E quando distribuissi tutto il mio per nutrire i poveri e dessi il mio corpo ad essere arso, se non ho carità nulla mi giova. La carità è paziente, è piena di bontà. La carità non è invidiosa, la carità non si vanta, non si gonfia, non fa nulla di indecoroso, non cerca il proprio tornaconto, non si inasprisce, non tiene conto dei torti che le fanno, non gode dell'ingiustizia, ma si rallegra della verità, scusa ogni cosa, crede ogni cosa, spera ogni cosa, sopporta ogni cosa.

S. PAOLO

Come è maggior cosa illuminare che solo risplendere, così è maggior cosa trasmettere agli altri ciò che si è contemplato che solo contemplare.

S. TOMMASO D'AQUINO

Concepire un'idea utile e serbarla per sé è somigliare alla nuvola piena d'acqua che ci passa sul capo senza inaffiare la terra assetata e polverosa.

A. KARR

Chi è pietoso contro i crudeli finisce con Tessere crudele contro i pietosi.

Talmud

Nulla rimpicciolisce lo spirito come il parlar male degli altri, anche di chi se lo merita.

ROSA BORGHINI

Anche se ode parole sgradite, il probò dice sempre parole buone: il nuvolo beve l'acqua salata del mare e piove acqua dolce.

Sentenza indiana

Il perdono è la virtù della vittoria.

MAZZINI

La buona volontà è irresistibile. È un potere sottile, silenzioso a cui nulla può opporsi, a cui tutto cede. La buona volontà scioglie ogni nodo, fuga ogni ombra, risolve ogni problema.

ROBERTO ASSAGIOLI

Quando vi sembra che la vita non possa darvi più alcun bene, consacratevi al bene altrui, e vedrete da quello rinascere il vostro.

E. FUÀ-FUSINATO

L'amore è il principio di ogni cosa, la ragione di ogni cosa, il fine di ogni cosa.

X

La prima condizione di una vita felice sta nella benevolenza di chi ci circonda. Per averla c'è una via sola: dare e dimostrare la nostra.

MASSIMO D'AZEGLIO

Il cuore versa la vita in ogni cosa che ama.

X

O mio Servo! Tu sei come una spada gemmata nascosta in un fodero oscuro, per cui il suo valore è ignoto. Ma esci dal fodero dell'egoismo e del desiderio, affinché le tue gemme possano mostrarsi e manifestarsi alla gente del mondo.

BAHA' U'LLAH

Con coloro che sono buoni con me io sono buono; con coloro che non sono buoni con me, sono pure buono; così alla fine tutti diventano buoni.

LAO-TZÈ

Colui che è amico di tutti gli esseri, colui che è intento al benessere di tutti, con gli atti, con il pensiero e con la parola, egli soltanto conosce la religione.

Sentenza indiana

Piccolo orto aveva; grande siepe mise; mangiò la siepe Torto.

ROSA BORGHINI

Nessun uomo è un vero credente, a meno che non desideri al fratello ciò che desidera per sé.

MAOMETTO

Tutte le cose che Dio ha create hanno l'amore per causa e per fine insieme.

A. KARR

Se visiti un cieco, chiudi tu pure gli occhi.

Proverbio arabo

Perfezionare se stessi è ciò che si chiama virtù; estendere agli altri i sentimenti che abbiamo per noi stessi è ciò che si chiama bontà.

CONFUCIO

L'ago, diritto, serve a congiungere, la forbice, curva, a staccare, lascia pertanto le vie tortuose e attieniti alla virtù.

Sentenza indiana

Elevandosi si serve e servendo ci si eleva.

ROBERTO ASSAGIOLI

Prima condizione per migliorare qualcuno è mostrargli stima e affetto, ispirargli fiducia in sé e coscienza del buono, poco o molto, che è in lui.

MAZZINI

Una buona azione è un pensiero di Dio realizzato dagli uomini.

Massima cinese

Amare è trovare nella felicità altrui la felicità propria.

LEIBNITZ

Se non possiamo avere simpatia per un nemico, bisogna tuttavia avere per lui dell'amore.

L. ADAMS BECK

Dove vi è amore non vi è più dolore o se vi è dolore si ama questo dolore.

S. AGOSTINO

Poiché amo Dio vorrei portargli le anime e poiché amo le anime le vorrei portare a Dio.

“CONSUMMATA”

Un po' di profumo resta sempre attaccato alla mano che porge delle rose. *Proverbio cinese*

Non siamo veramente buoni se non sappiamo esserlo anche coi cattivi.

S. FRANCESCO

L'odio non è una passione realista: esso è rivolto contro un'immagine bassamente falsata e semplificata del prossimo. È il nostro proprio peccato che odiamo negli altri; noi sostituiamo alla realtà oggettiva della persona odiata la proiezione dei lati più oscuri di noi stessi e affermiamo che essa è del tutto quel mostro o quella canaglia che noi non siamo che in parte.

G. THIBON

Dietro noi stessi vi è un solo Spirito e una sola vita; come possiamo quindi esser felici se il nostro prossimo non è felice?

INAYAT KHAN

Chi ha speso ha usato, chi ha accumulato ha perduto, ma chi ha dato ha salvato il suo tesoro per sempre.

INAYAT KHAN

L'amore è una merce che tutti richiedono; se la immagazzinerete nel vostro cuore, ogni anima sarà vostra cliente.

INAYAT KHAN

Non ho bisogno di togliere nessuno dal mio cuore per collocarvi qualche altro; il mio cuore è abbastanza grande per contenere ognuno e tutti.

INAYAT KHAN

Possedere è affermare se stessi; amare è abnegazione. Il possessore deve perdere presto o tardi l'essere posseduto, chi ama conquista alla fine, se non la persona amata, l'amore stesso.

INAYAT KHAN

L'amore di per se stesso è il potere sanatorio e il farmaco per ogni dolore.

Dobbiamo togliere con cura da noi stessi ogni spina la cui presenza negli altri ci punge.

INAYAT KHAN

Un uomo buono non deve solo perdonare, ma voler bene al suo nemico, come l'albero del sandalo che profuma la scure che lo abbatte.

Sentenza indiana

Noi possiamo innalzarci al disopra di quelli che ci insultano col perdonarli.

NAPOLEONE

Non continuiamo ad essere buoni che se cerchiamo di divenire migliori.

HELEN KELLER

Scrivi le ingiurie sulla sabbia e scolpisci i benefici sul marmo.

BOISTE

Perché viviamo se non per rendere la vita meno difficile gli uni agli altri?

G. ELIOT

Esser buono non basta, bisogna esserlo a cuore contento.

A. BARRATIN

Quando hai freddo vai a tagliar della legna per tua nonna.

Proverbio americano

Per essere felici bisogna vivere per gli altri.

X

Il miglior modo di aiutare non è quello di addossarsi i dispiaceri degli altri bensì di ispirare il coraggio e l'energia necessari affinché possano farvi fronte da sé ed andare arditamente incontro alle difficoltà della vita.

Da "Unity"

Dobbiamo esser cortesi con gli uomini almeno quanto lo siamo coi quadri che mettiamo in una buona luce affinché facciano la migliore impressione.

R. W. EMERSON

Il sole non aspetta d'esser richiesto per far parte della sua luce e del suo calore; così anche tu fa tutto il bene che dipende da te senza attendere che ti si domandi.

EPITTETO

Se tu sei in estasi e tuo fratello ha bisogno di una tisana lascia la tua estasi e vai a portare la tisana. L'Iddio che tu lasci è meno sicuro di Quello che troverai.

REYSBREDELL

Il cuore umano è un tempio e allorché se ne chiude la porta all'uomo la si chiude anche a Dio.

INAYAT KHAN

Se desiderate seguire il sentiero dei santi, imparate prima di tutto, il perdono.

INAYAT KHAN

L'amore, in principio, vive soltanto di reciprocità; ma quando è sviluppato si sostiene da solo.

INAYAT KHAN

Voglio ricordarmi che non devo chiedere amore, ma dare amore.

M. COLLINS

La provvidenza aiuta quelli che aiutano gli altri.

R. KIPLING

Il tempo non si compone solo di ore e di minuti, ma d'amore e di volontà: si ha poco tempo quando si ha poco amore.

A. VINET

Non si può far del bene a tutti, ma a tutti si può dimostrare bontà.

ROLLIN

L'uomo benefico è colui che dona meglio, non colui che dona molto.

VICTOR HUGO

Una pietà senza limiti verso tutti gli esseri viventi: ecco la più sicura garanzia, la garanzia più solida di una condotta conforme alla morale.

SCHOPENHAUER

L'ingratitude dei beneficiati non vi faccia pentito del beneficio, ma v'insegni a operarlo con animo più puro d'umane speranze.

NICCOLÒ TOMMASEO

Amate! L'amore è l'ala dell'anima a Dio e al grande, al bello, al sublime, che sono l'ombra di Dio, sulla terra.

G. MAZZINI

L'amore e l'ala che Dio ha dato all'anima per salire fino a lui.

MICHELANGIOLO

L'amore è la vita e il principio vivificante della natura, come l'odio è il principio distruggente e mortale.

LEOPARDI

La bontà del cuore è vittoriosa di nemici quasi invincibili.

LAVATER

L'amor del prossimo nasce dall'amore di Dio e l'amor di Dio si alimenta dell'amore del prossimo.

SAN GREGORIO

Ah, come vive male chi vive solo per se stesso.

A. DE MUSSET

Quali sono stati nella vostra vita i momenti di vera felicità? Non sono forse stati quelli in cui vi siete dimenticati per gli altri?

A. VINET

La vera ricchezza della vita è l'affetto; la vera povertà l'egoismo.

A. VINET

L'egoismo può farci felici un'ora o un giorno, ma ci rende infelici per tutta la vita.

MANTEGAZZA

Il gran nemico è sempre l'egoismo. Bisogna incalzarlo sempre, perché si nasconde dappertutto. Il gran rimedio è la carità.

LE QUERDAC

X

SAGGEZZA - COMPRENSIONE

Felice è l'uomo che ha trovato la saggezza.

Bibbia (Prov. 3-13)

Ciò che più conta non è quello che avviene, ma come mi comporto quando mi avviene.

FR. ANDREA B. C D.

Occorrono poche cose per far contento il saggio: nulla può fare contento uno sciocco; ecco perché quasi tutti gli uomini sono infelici.

LA ROCHEFOUCAULD

Togliete la discrezione e la virtù diverrà vizio.

S. BERNARDO

L'uomo saggio mentre fa il suo dovere rimette a Dio la cura di dare alla sua azione i risultati convenienti e di inserirli nell'ordine universale.

LEIBNITZ

Un uomo non dovrebbe mai vergognarsi di confessare di avere avuto torto, cosa che, in altre parole, vuoi dire che egli è più saggio oggi di ieri.

POPE

Il saggio non si pente, si corregge.

LEMENTEY

Non cercate di migliorare gli altri col ragionamento ma con l'esempio: che la vostra vita, non le vostre parole, sia un insegnamento.

F. AMIEL

Non vi rattristate di non essere compreso; rattristatevi di non comprendere.

Proverbio cinese

Perché la maturazione sia completa nei campi dell'anima, bisogna che il verde della speranza si trasmuti nell'oro della saggezza.

ROSA BORGHINI

I sapienti sono dei costruttori, intenti tutta la vita ad alzar l'edificio del mondo.

Talmud

Non ho mai trovato maestri capaci di farmi correggere quanto i miei errori medesimi.

GIUSEPPE GIUSTI

La fede è la mia semenza, le opere buone sono la pioggia che le fa crescere. La saggezza mi fa da giogo e da aratro; la modestia ne è il timone, il pensiero vi fa da cinghia e l'attenzione da vomere. Vigilante in atti e in parole, parco di cibo, strappo con la verità le male erbe del campo. Con cuore mansueto aggiogo all'aratro i buoi, che sono il mio saldo volere. E il solco io incido verso il luogo della suprema pace, sempre diretto innanzi a me senza dar mai volta. Così coltivo il mio campo e la messe che ne raccolgo è l'immortalità; e quanti con me gettano uguale semenza e compiono uguale lavoro, raccolgono per frutto la liberazione da tutti i mali dell'esistenza.

BUDDHA

Ben diceva un saggio che quando veniamo offesi bisogna elevare l'anima così in alto che l'offesa non l'arrivi.

ANSELMI

Bisogna idealizzare il reale che vediamo e realizzare l'ideale che sentiamo.

A. DUMAS FIGLIO

Un nemico è altrettanto utile quanto un Buddha.

Sentenza indiana

Sono felici soltanto coloro che mirano a qualcos'altro che non sia la loro felicità... Interroga te stesso se sei felice e tu cesserai di esser tale.

I. STUART-MILL

Poca gente è così saggia da preferire il biasimo che sarebbe utile alla lode che tradisce.

LA ROCHEFOUCAULD

Come l'ape trae il succo dai fiori, così il saggio sa prendere da tutte le cose ciò che hanno di migliore.

Sentenza indiana

Chi legge evita l'ignoranza, chi prega evita il peccato, chi tace evita la disputa, chi veglia evita il pericolo.

Sentenza indiana

Non è tanto la nave quanto l'abile navigatore che assicura un viaggio felice.

G. W. CURTIS

Il saggio non parla; gli uomini di talento parlano, gli imbecilli disputano.

Detto cinese

Dio ama tre classi d'uomini: colui che non si adira; colui che non cede la sua libertà; colui che non serba rancore.

Talmud

Non fare nulla che il tuo nemico non possa sapere.

SENECA

Il sapiente è superiore al re. Un saggio che muoia non può essere sostituito, mentre se muore un re, tutti sono capaci di sostituirlo.

Talmud

I migliori aunchi non si buttano all'impazzata
I migliori guerrieri non fan mostra di collera
I più grande conquistatore vince senza venire a compromessi
Il migliore utilizzatore di uomini agisce come fosse loro inferiore
Si chiama questo il potere derivato dal non contendere
Si chiama la capacità di utilizzare gli uomini
Il segreto di essere unito al cielo, a quello che fu ab antico.

LAO-TZÈ

Sentir e meditare: di poco
esser contento: da la meta mai
non torcer gli occhi: de le umane cose
tanto sperimentar, quanto ti basti
per non curarle: non ti far mai servo,
non far tregua coi vili: il santo vero
mai non tradir, né proferir mai verbo
che plauda il vizio o la virtù derida.

ALESSANDRO MANZONI

Non sapete niente se sapete solo comandare, rimproverare e correggere.

FÉNÉLON

Nella sabbia dei minuti che passano i piccoli superamenti sono l'oro che cerchi lontano.

ROSA BORGHINI

Comprendere una cosa vuoi dire ritrovare in essa alcun che di nostro ed e questa scoperta di noi stessi al di fuori di noi che ci fa lieti.

R. TAGORE

Tutto comprendere e tutto perdonare.

X

Quando tu trovi una persona che merita le si parli e non le parli, tu hai perduto il tuo uomo. Quando tu trovi un uomo che non merita gli si parli e gli parli, tu hai perduto la tua parola. Un uomo saggio non perde né il suo uomo né la sua parola.

CONFUCIO

Il cibo si lodi quando e digerito; la moglie, quando non e più giovane; il guerriero, quando è tornato dalla battaglia, e il grano quando e raccolto nel granaio.

Sentenza indiana

Chi e mite e poco stimato; chi e severo è temuto. Sii mite quando e il momento della mitezza e severo quando e il momento della severità.

Sentenza indiana

L'uomo e considerato dai suoi come loro uguale; solo gli estranei riconoscono i suoi meriti. Vishnu appare agli occhi dei pastori come un pastore, sono gli dei che riconoscono in lui il Signore del mondo.

Sentenza indiana

La montagna ha l'altezza senza la profondità, il mare ha la profondità senza l'altezza; il saggio ha insieme altezza e profondità: nulla lo può vincere.

Sentenza indiana

Dalla ricchezza la carità, dalla parola la verità, dagli anni la gloria e la virtù, dal corpo atti benefici; così l'uomo tragga fuor dal perituro ciò che è imperituro.

Sentenza indiana

La moderazione e il filo di seta che corre per la catena di perle di tutte le virtù.

X

Mi fa compassione colui che, fiero delle sue teorie, mi dice: "Da trent'anni le mie idee sono le stesse. Io sono ciò che ero ed amo ciò che amavo". L'uomo assurdo è quello che non cambia mai.

BARTHÉLÉMY

Una stolta coerenza e il fantasma delle piccole menti.

R. W. EMERSON

Quando qualcuno parla male di te, vivi in modo che nessuno possa credergli.

PLATONE

I saggi sono istruiti dalla ragione, i meno saggi dall'esperienza, i più ignoranti dalla necessità e le bestie dalla natura.

CICERONE

L'importante non è tanto il sapere dove si è, quanto conoscere la direzione verso cui ci muoviamo.

X

Saggezza e sapere ciò che si deve fare, abilità nel saperlo fare e virtù nel farlo.

X

Lo studioso della scienza divina deve essere modesto ed umile in spirito, attivo, ricco di ogni virtù: deve tollerare le offese e farsi amare dagli uomini; deve essere umile coi familiari, schivo dal peccato, giudice degli altri secondo le loro azioni. Egli deve dire: "Nulla voglio di tutte le cose di questo mondo, poiché questo mondo non è fatto per me". Nessuno deve scoprire in lui alcuna cattiva cosa.

Talmud

Cerca la virtù negli altri, i vizi in te stesso.

FRANKLIN

Occorre una grande superiorità di mente e di cuore per apprezzare la sincerità quando essa ferisce o per praticarla senza che essa offenda.

VAUVENARGUES

Si condanna ciò che non si comprende.

QUINTILIANO

Colui che si propone di riformare il mondo deve prima riformare se stesso, e ciò, se lo fa sinceramente, lo terrà così occupato che non avrà tempo per criticare il suo vicino. Pure, il suo vicino ne sarà beneficiato, come un uomo che non abbia una candela ma che infine scorga la luce di un altro.

Sentenza tibetana

Errare è umano, perdonare è divino.

POPE

Quando la scienza ha percorso il suo ciclo, arriva naturalmente al punto di una modesta diffidenza e dice con un senso di dispetto: “Quante cose vi sono che io non so!”. Ma la ragione che, matura dall’esperienza, e arrivata alla saggezza, dice con animo sereno per bocca di Socrate in mezzo alle mercanzie di una fiera: “Quante cose vi sono di cui non ho bisogno”.

EMANUELE KANT

Non chi ha poco e povero ma chi più desidera.

SENECA

Ricorda che il tuo problema è essenzialmente quello del retto uso. Che un puro intento di servire e l’amorevole proponimento di divenire innocuo animi ognuno di voi.

ALICE A. BAILEY

Conoscere l’ordine delle precedenze e possedere il principio della saggezza.

CONFUCIO

Quando riconoscete da voi stessi che tale e tal altra cosa è buona e irreprensibile, raccomandata dalle persone dabbene e che eseguita cagionerà felicità, allora eseguitemela...

Siate la vostra stessa luce, siate il vostro proprio asilo: non cercate altro asilo. Che la verità sia la vostra luce e il vostro asilo: non cercate altro asilo.

BUDDHA

Resisti alle prime apparenze e non affrettarti mai a giudicare. Pensa che vi sono cose verosimili senza essere vere, come ve ne sono delle vere senza essere verosimili.

MADAME DE LAMBERT

Vi ha ugual merito a parlar bene che a saper tacere.

PLATONE

Saggio è colui che non aspira all’irraggiungibile, che non ama attardarsi a piangere su ciò che è perduto, che non si lascia opprimere dalla calamità.

Sentenza indiana

Se non ti aspetti l’inaspettato non troverai la verità.

ERACLITO

Il segreto per essere felici? Saper apprezzare quello che si ha.

X

Il saper spendere è almeno tanto difficile quanto il saper guadagnare.

VITTORIO G. ROSSI

Tutti siamo discepoli e nessuno è Maestro, se non Dio, che si rivela come Sapienza e Amore; ed in ciascuna natura vi è qualcosa dalla quale possiamo imparare.

FRANCESCO RACANELLI

L'uomo per essere felice non ha bisogno né di ricchezze né di onori: lo stretto necessario basta alla gioia del corpo, la cultura disinteressata delle lettere alla gioia dello spirito, il compimento del dovere alla gioia della coscienza.

LACORDAIRE

Ogni cosa ha, per maniera di dire, due manici: a pigliarla dall'uno, essa si sopporta, dall'altro no. Se il fratello ti farà ingiuria, non pigliare la cosa per modo che tu dica: egli mi fa ingiuria, perché questo è quel manico dal quale se tu la prendi essa non si porta; ma pigliala da quell'altra banda, e di: mio fratello, nutrito e cresciuto meco insieme; e tu la piglierai da quel lato dal quale essa si può portare.

EPITTETO

È vera grandezza avere insieme la fragilità di un uomo e la sicurezza di un Dio.

SENECA

Un etto di verità richiede un chilo di saggezza per bene applicarla.

WILLY BARABINO

Oso dire che si trae più profitto dagli errori spontaneamente commessi che dalle cose ragionevoli fatte per consiglio altrui!

SOMERSET MAUGHAM

Colui che non si offende per non esser stato compreso, è un uomo superiore.

CONFUCIO

La saggezza consiste nel moderare i propri sogni o il proprio idealismo col buon senso dell'umorismo, a sua volta materiato di realtà.

LIN YUTANG

Nulla può arrecarvi pace se non voi stessi.

R. W. EMERSON

Il Tao produce gli esseri, li nutre, li fa crescere, li perfeziona, li matura, li alimenta, li protegge.

Li produce e non se ne appropria, li fa ciò che sono e non si glorifica, regna sopra di essi e li lascia liberi.

LAO-TZÈ

Quanto fa bene osservare da una certa altezza i piccoli avvenimenti di cui si compone la nostra esistenza! Felice colui che può vedere ogni cosa nella luce dell'eternità.

VAN HOUTRYVE

È saggio, vedendo i vizi degli altri, correggere i propri.

PUBLIO SIRO

L'uomo saggio cambia il caso in fortuna.

T. FULLER

I saggi imparano molte cose dai loro nemici.

ARISTOFANE

Se vuoi conoscere bene il mondo e gli uomini devi guardare nel tuo stesso cuore; se vuoi conoscere te stesso ti devi allontanare da te stesso.

BONAFÉ

La vita ha il senso che noi le attribuiamo.

X

Se qualcuno ti tradisce una volta, la colpa è sua; due volte, la colpa è tua.

Proverbio rumeno

Il silenzio non equivale sempre al tatto, ed è il tatto che è d'oro, non il silenzio.

SAMUELE BUTLER

Il filosofo e il perfetto antagonista del realista integrale, il quale, immerso nei suoi affari quotidiani, crede che i suoi successi e i suoi guadagni siano assoluti e reali. Con una simile persona non vi è nulla da fare, perché essa non dubita mai e non vi è con lei nessun punto di riferimento. Confucio ha detto: "Se una persona non si è mai chiesta: Che fare? Che fare? Io non so davvero che fare con una simile persona".

LIN YUTANG

È bene essere contenti di ciò che abbiamo, mai di ciò che siamo.

MACKINTOSCH

Saper tacere, saper aspettare, saper sorridere senza giudicare; tre virtù negative che formano la base della scienza della vita.

X

Guarda bene in fondo alle cose e non lasciarti sorprendere né ingannare dalle apparenze. La società ricompensa più spesso l'apparenza del merito, che il merito vero.

LA ROCHEFOUCAULD

È con elementi imponderabili che si fanno le grandi cose. La tua esistenza sarà un capolavoro o un lavoro sciupato a seconda che tu utilizzi o trascuri le minime circostanze.

VAN HOUTRYVE

... Qualunque sia il compito che Dio voglia affidarti, qualunque la sorte che arriderà alla tua opera, sempre interroga la coscienza. Non temere mai d'esser solo o mal compreso, non cercare mai di piacere a quelli che non puoi stimare. Agisci in modo che tu possa dire a chiunque ciò che hai fatto. Le ire umane sono una miserabile cosa quando le paragoni alla pace del tuo animo.

Nella vita su questa terra non troverai altro e non devi cercare altro...

LUCIANO ZUCCOLI

Il mare della vita è in costante movimento, nessuno può fermare le sue mutevoli onde. Il Maestro cammina sulle onde; l'uomo saggio nuota nell'acqua, l'ignorante affoga nel tentativo di traversata.

INAYAT KHAN

Non importa in quali circostanze, interiori o esteriori, un uomo si trova; importa solo quel che fa di esse e per mezzo di esse.

H. KEYSERLING

Chi desidera comprendere, comprenderà.

INAYAT KHAN

La saggezza e il mezzo per acquistare la libertà.

SOMERSET MAUGHAM

Grand'uomo e chi non ha perso il suo cuore di fanciullo.

MENCIO

La verità e mia madre, il sapere mio padre, il diritto mio fratello, la pietà mia sorella, la spassionatezza mia moglie, il perdono mio figlio: questi sono i miei sei congiunti.

Sentenza indiana

Ogni cosa ha una radice e dei rami. Parimenti i vostri atti hanno delle conseguenze e una parte essenziale. Chi riconosce ciò che è essenziale e quali sono le conseguenze non è distante dalla Via.

CONFUCIO

Un discepolo domandò: “Cosa è la virtù detta umanità?” Egli rispose: “Amare gli uomini.” E la saggezza? “Conoscere gli uomini tali quali sono”.

CONFUCIO

Il segreto della felicità sta nell'esigere molto da sé e poco dagli altri.

X

Non possiamo lavorare per il transitorio e conquistare il permanente.

F. G. PEABODY

Se il cane abbaia all'elefante, questi non se ne preoccupa e continua la sua strada; ugualmente fa il saggio quando è assalito dall'ignorante.

INAYAT KHAN

Non sono venuto a insegnarvi cose che non sapete, ma a rendere in voi più profonda la saggezza che già possedete.

INAYAT KHAN

Davanti a un pericolo morale, invece di fuggire, i più si fermano, presi dalla curiosità, e rimangono vittime. Davanti a un pericolo materiale, invece di rendersi conto di quel che si tratta, i più si abbandonano senz'altro alla fuga, e provocano le catastrofi.

X

Aver compreso ciò che è un'anima! Scienza terribile che cambia aspetto al mondo: lo impiccolisce, lo ingrandisce, ispira un'infinita pietà.

RENATO BAZIN

Non venire rallegrato dalla lode, non venire addolorato dal biasimo, ma conoscere a fondo le proprie virtù o poteri e la caratteristica di un uomo superiore.

Sentenza indiana

Lo sciocco proclama i suoi talenti, il saggio li tiene segreti; un filo di paglia galleggia sull'acqua, ma una pietra preziosa va a fondo.

Sentenza indiana

Colui che si arresta alla conoscenza del transitorio entra nella regione delle tenebre. Ma in una maggiore oscurità si ravvolge chi persegue solo l'eterno.

Chi invece conosce che l'eterno e il transitorio si congiungono, vince il passo della morte con l'aiuto di quello e consegue l'immortalità con l'aiuto di questo.

Sentenza indiana

Non basta conoscere la verità per impartirla agli altri; bisogna conoscere anche la psicologia della natura umana.

INAYAT KHAN

Il saggio non dice tutto ciò che pensa, ma pensa tutto ciò che dice.

ARISTOTELE

Bisogna pensare ciò che è vero, sentire ciò che è bello, volere ciò che è buono.

PLATONE.

Non si vive di ciò che si mangia, ma soltanto di ciò che si digerisce.

B. FRANKLIN

Un uomo di spirito trae sempre qualche profitto dal male che si dice di lui.

GEORGE SAND

Bisogna partire dall'assoluto nel pensiero per realizzare il relativo nell'azione.

Chi, all'inizio, non credesse che nel relativo, non otterrebbe nulla. L'abbassamento di livello fra l'ideale e l'azione essendo ineluttabile, bisogna che l'ideale sia molto alto. Non dimentichiamo che anche qui agiscono le leggi della pesantezza e della traiettoria. L'ideale ha la funzione dell'innalzo: chi ha maneggiato delle armi sa che per tirare lontano sulla terra bisogna mirare alto nel cielo.

G. THIBON

La cosa è rimediabile? No? Allora perché t'inquieti? La cosa è rimediabile? Sì? Allora perché t'inquieti?

Proverbio spagnolo

La mente dell'uomo superiore è acuta, ma non ferisce; vi è nelle sue azioni dolcezza e dignità allo stesso tempo; il suo cuore è caldo, ma non brucia; egli è eloquente, ma non ha che una parola.

Sentenza indiana

Non basta avere delle grandi qualità: bisogna anche saperle amministrare.

LA ROCHEFOUCAULD

Il segreto della vita non sta nel fare quello che ami fare, ma nell'amare quello che fai.

Proverbio

Ogni giorno per il saggio è una vita nuova.

X

Chi parla molto può essere molto sapiente, ma raramente è molto saggio.

X

Non basta acquistare la sapienza, bisogna anche usarla.

CICERONE

C'è un solo modo per essere felici ed e di cessare di affannarsi per cose che si trovano al di là del nostro potere.

EPITTETO

La salute è il più gran bene; il contentarsi il più ricco tesoro; la pace dell'anima il miglior amico; il nirvana l'altissima felicità.

BUDDHA

Il segreto per vivere in pace con tutti consiste nell'arte di comprendere ciascuno secondo la sua individualità.

FRIEDRICH LUDWIG JOHN

Tutte le cose nella vita sono dei materiali con cui la saggezza può costruire.

INAYAT KHAN

Voi dimostrate di essere tanto più saggi, quanto maggiore è il numero delle persone con cui andate d'accordo.

INAYAT KHAN

La vita può esser ricolma di benedizioni, allorché sappiamo come riceverle.

INAYAT KHAN

Il lavoro umano non ha altro scopo che quello di acquistare sapienza. Quando questa viene il lavoro è compiuto. Il fiore sboccia per il frutto; quando il frutto viene il fiore appassisce.

KABIR

La tua saggezza sia la saggezza dei capelli bianchi, ma il tuo cuore sia il cuore dell'infanzia innocente.

SCHILLER

Non vendete mai il vostro cammello per comprare una medicina per il gatto.

Proverbio arabo

Per fare ascoltare ciò che si dice occorre mettersi al posto di coloro a cui ci rivolgiamo.

ROUSSEAU

L'effetto di un buon consiglio dipende quasi sempre dal modo con cui è dato.

X

La discussione nasce dal dire: "Ciò che affermo io è giusto, ciò che affermi tu è sbagliato". Un saggio non dice mai così e quindi non fa sorgere alcuna discussione.

INAYAT KHAN

Se desiderate esser obbediti, imparate a ubbidire a voi stessi.

Se desiderate il rispetto, rispettate voi stessi.

Se desiderate l'altrui fiducia, imparate ad aver fiducia in voi stessi.

INAYAT KHAN

Non bisogna fare come fanno gli altri, ma come fan quelli che fanno bene.

CESARE CANTÙ

È cosa molto utile esser fermo per temperamento e flessibile per riflessione.

PLUTARCO

Colui che dà gran peso all'esteriorità non fa che mostrarsi un uomo senza cultura, perché cultura significa saper distinguere quel che è essenziale da quel che è accessorio.

F. W. FORSTER

Saggio è colui che non è ingannato dall'apparente stabilità delle cose e che inoltre sa prevedere il nuovo indirizzo che sarà preso nel prossimo cambiamento.

SCHOPENHAUER

PARTE TERZA:

LA META

DALLA COMPRENSIONE ALLA PACE

La comprensione saggia ed amorevole ha un valore supremo e largisce numerosi e preziosi doni spirituali a coloro che sono disposti a riceverli ed utilizzarli.

La comprensione dà anzitutto un retto senso delle proporzioni, ci fa vedere gli eventi e gli uomini in una giusta prospettiva, mentre di solito il nostro egocentrismo e la nostra miopia ce li fanno apparire sproporzionati e deformati. Le cose che ci toccano o ci interessano da vicino ci sembrano grandi anche se sono minime, mentre le cose lontane, anche se importanti e veramente grandi, non sono da noi scorte, o lo sono soltanto in modo vago e nebuloso.

E poiché la “comicità”, il “ridicolo” sono prodotti soprattutto da quelle sproporzioni e da quegli errori di prospettiva, la comprensione che ce li fa scorgere ci dà così il divino dono dell’umorismo.

La comprensione amorevole costituisce la base necessaria per un altro dei più alti doni che può ricevere e dare l’uomo: l’amicizia. Questa non deve e non può essere cieca, come lo è troppo spesso ciò che si suole chiamare “amore”. Veramente amico è colui che vede senza illusioni le manchevolezze, anche gravi, della personalità del proprio amico, ma che scorge allo stesso tempo le sue qualità, i germi di bene insiti in lui, le sue potenzialità superiori, e, non lasciandosi allontanare dalle prime, “punta” sulle seconde, le aiuta a manifestarsi, le suscita e le evoca.

La comprensione reciproca è necessaria per stabilire un’armonica e feconda cooperazione in ogni campo, fra gli individui e fra i gruppi.

Oltre a creare giusti rapporti umani, la comprensione crea giusti rapporti fra noi e la vita, fra noi e l’universo, fra noi e Dio.

Eliminando le illusioni e gli accecamenti che ci velano o nascondono la realtà, la comprensione ci aiuta a “veder chiaro”, a percepire la *verità*, a penetrare, dietro le ingannevoli apparenze, la meravigliosa *realtà*, lo *Spirito* animatore dell’universo.

In tal modo arriviamo a scoprire la grande legge di *giustizia* e di equilibrio che regola la vita in ogni sua manifestazione. È la legge di causa ed effetto, riconosciuta e dimostrata dalla scienza nel mondo fisico, la quale opera anche nel mondo psicologico e morale, nel mondo *umano*.

Infatti, sarebbe assurdo che esistesse rapporto di causa ed effetto, cioè “giustizia” nel mondo materiale e non in quello morale. Ma questa legge (chiamata del *karma*, o dell’azione, dagli indiani) non va considerata come qualcosa che ci lega, ci vincola, ci chiude in un inflessibile destino; essa anzi, ben compresa ed usata, ci aiuta a svincolarci dai legami creati dalla nostra ignoranza e dai nostri errori, ci indica la via e ci offre i mezzi per conquistare la nostra *libertà*. Un esempio può aiutarci a ben comprendere la natura di questa “*libertà nella legge*”.

L’uomo mediante l’aviazione ha conquistato il potere di muoversi *liberamente* nell’aria, ma non lo ha fatto abrogando o violando la legge della gravità, bensì utilizzandola abilmente in modo che, mentre egli obbedisce ad essa, la domina. Lo stesso si può fare — e lo fanno i saggi, gli illuminati — nel campo morale.

Anche il grande mistero della *morte* e dell’*immortalità* può venire chiarito dalla comprensione spirituale. Essa dissipa l’illusione materialistica che il dissolversi del corpo fisico costituisca una “fine” per l’uomo; essa aiuta l’uomo a scoprire in, sé *ciò che non*

può perire, *ciò* che permane nel mondo della realtà e che può rivestirsi di nuove forme materiali e visibili per compiere ulteriori esperienze, per assolvere nuovi compiti, per giungere alla completa realizzazione di SÉ, all'unione cosciente con la Vita Divina.

Si arriva così alla comprensione più alta e più vasta: alla rivelazione che l'universo è realmente un "cosmo" cioè (nel senso etimologico) *ordine, armonia, bellezza*.

La bellezza essenziale è superformale; è appunto "coerenza" e rapporto armonico fra gli esseri, i fenomeni, gli eventi. All'apice, *Bellezza, Verità e Bontà* convergono, si fondono in una sintesi, nella suprema *Unità*.

La bellezza formale è il riflesso nella vita manifestata di questo principio di armonia; l'arte *vera* è l'espressione umana di questa bellezza immanente nell'universo.

E la *pace* è l'effetto, immancabile nell'animo dell'uomo, della comprensione, è la realizzazione cosciente dell'universale armonia. Via via che un numero crescente di uomini acquisterà questa interna PACE, saranno create le condizioni, le sole salde e sicure, per l'eliminazione dei contrasti, delle lotte, delle guerre, per l'instaurazione della pace collettiva ed esterna nel mondo.

R. A.

XI

UMORISMO — PARADOSSI MOTTI DI SPIRITO

L'umorismo è una naturale disposizione del cuore e della mente ad osservare con simpatica indulgenza le contraddizioni e le assurdità della vita.

ENRICO NENCIONI

L'umorismo rivela il lato serio delle cose sciocche e il lato sciocco delle cose serie.

CANTONI

L'umorismo è la cintura di salvataggio nel fiume della vita.

RAABE

L'umorismo è l'arte di rovesciare all'improvviso l'abito dell'apparenza per mettere in luce la fodera della verità.

LUCIANO FOLGORE

L'umorismo può dirsi un intimo sorriso dell'anima che, se lo si sappia sentire, mai non si esaurisce perché mai non esplose; è una gioia superiore in cui una parte migliore di noi si sente trasportata su di un piano superiore al normale e dà la soddisfazione perfettamente intellettuale di essere attori e giudici al contempo.

GUIDO STACCHINI

Il vero umorismo non sta nel "fare dello spirito", ma nel mettere in evidenza l'umorismo già insito nei fatti. La vita ha aspetti umoristici. Dunque in realtà Dio è il primo, il vero umorista. Ecco un attributo di Dio che non si trova nei trattati di teologia, ma che pure è innegabile. Altrimenti l'uomo umorista possederebbe una facoltà che Dio non avrebbe — cosa assurda, poiché, in quello, l'uomo sarebbe superiore a Dio!

ROBERTO ASSAGIOLI

Il riso è un'arma contro l'illusione.

ROMAIN ROLLAND

Non è spirituale prendere tutto terribilmente sul serio.

ALICE A. BAILEY

Chi non sa vedere il lato comico delle cose e prendere in giro se stesso è un piccolo uomo sciocco e detestabile.

LOUIS BROMFIELD

Il mondo, trovo io, è troppo serio, ed essendo troppo serio ha bisogno di una saggia e allegra filosofia. Dopo tutto soltanto il filosofo allegro è profondo filosofo; le imbronciate filosofie d'Occidente non hanno nemmeno cominciato a capire cosa sia la vita...

Il mondo può essere trasformato in un luogo più pacifico e ragionevole a viverci soltanto quando gli uomini si saranno imbevuti della leggera gaiezza di questo spirito. L'uomo moderno prende la vita troppo seriamente e poiché è troppo serio il mondo è pieno di guai!

LIN YUTANG

Se ti viene riferito che alcuno ha detto male di te in qualche cosa, non confutarlo, ma da saggio rispondi: Costui certamente non sa gli altri difetti che sono in me, poiché non avrebbe detto questo soltanto!

EPITTETO

Le cose che tu non vuoi si sappia che hai fatte, non solo non le ridire, ma non le fare!

B. BALDI

Parlare saggiamente può non essere sempre facile, ma per non parlar male basta solo star zitti.

X

Malgrado l'ininterrotta continuità dei nostri difetti, noi troviamo ugualmente il tempo di dir male dei difetti degli altri.

J. RENARD

Una coscienza pura troppo spesso non è dovuta che a una memoria poco buona.

N. R.

Vi è una cosa che, quanto più se ne ha bisogno, più si rifiuta e questo è il consiglio, mal volentieri ascoltato da chi ne ha più bisogno, cioè dagli ignoranti.

LEONARDO DA VINCI

Io non sfuggo gli uomini rotondi come le palle, né i quadrati come i dadi, ma quelli che sono fatti come i tamburi, che guardati per un verso paiono tondi, per l'altro quadrati.

GALILEO GALILEI

Una grande ricchezza è un pesante fardello per i saggi; una piccola ricchezza basta già a far perdere la testa agli sciocchi.

Sentenza indiana

Bene hanno fatto i cuculi a tacere al sopravvenire della pioggia; là dove gli oratori sono i ranocchi è bello il silenzio.

Sentenza indiana

Non esiste al mondo uomo più generoso dell'avaro; egli dà ad altri le proprie ricchezze senza averle nemmeno toccate.

Sentenza indiana

La gente è smaniosa di ciò che non ha; ma una volta ottenuto, se ne annoia: d'inverno vorrebbe il caldo, ma d'estate di nuovo il freddo.

Sentenza indiana

Ogni male proviene dall'ignoranza, ma vi è un male più pericoloso ancora ed è l'ignoranza della propria ignoranza.

MAOMETTO

Prima di promettere occorre ponderazione, quando si è promesso occorre buona memoria.

X

Lo sciocco e l'imbecille si conoscono da sei cose: si affliggono senza motivo; parlano senza cagione; si confidano a tutti; cambiano avviso facilmente; s'ingeriscono di ciò che non li riguarda; non sanno distinguere quelli che vogliono far loro del bene da quelli che vogliono far loro del male.

Proverbio orientale

Gli uomini afflitti dall'abitudine di interpretare tutto alla lettera sono dei disgraziati che per troppo accomodare le reti dimenticano di pescare.

R. TAGORE

Vi è una sola cosa che dobbiamo temere ed è... la paura!

MONTAIGNE

Il santo che non fa miracoli ha pochi pellegrini.

THOMAS FULLER

Se vuoi sapere le qualità che mancano al tuo amico, ascolta quali egli si vanta di avere.

Proverbio arabo

Il vero coraggio sta nell'andare avanti quando si ha paura!

X

La soverchia attenzione nell'osservare i difetti altrui fa sì che si muore senza aver avuto il tempo di conoscere i propri.

LA BRUYÈRE

Il sapere e la ragione parlano, l'ignoranza e il torto urlano.

X

A un ignorante si può far capire che è un ignorante; ma come farai per far capire a un imbecille che egli è un imbecille?

X

Il dotto conosce l'ignorante perché lo è stato anch'egli, ma l'ignorante non può conoscere il dotto perché non è mai stato tale.

Proverbio orientale

Quanto sono belli i precetti che escono dalla bocca di chi li segue!

Talmud

Quando si tratta di consigliare gli altri, tutti sono saggi; quando si tratta di agire per conto proprio, perfino i saggi non sono più tali.

Sentenza indiana

Il male dell'uguaglianza è che la vogliamo soltanto coi nostri superiori.

H. BECQUE

La più facile e più sicura maniera per liberarsi dalle critiche, è di correggersi.

DEMOSTENE

Se non hai saputo custodire da te stesso il tuo segreto, non ti lagnare che altri l'abbia divulgato.

Massima orientale

L'uomo non pensa mai all'avvenire se non quando gli dà noia il presente.

ALGAROTTI

Pochi si sono del silenzio pentiti;
dell'aver troppo parlato, infiniti.

BERNI

La differenza tra una convinzione e un preconceito sta nel fatto che si possono spiegare le ragioni della propria convinzione senza arrabbiarsi.

X

Dire e parlare non sono sinonimi: molti dicono per parlare, pochi parlano per dire.

X

Vi sono tre generi di ignoranza: non saper ciò che si dovrebbe sapere; sapere male ciò che si sa; sapere ciò che non si dovrebbe sapere.

LA ROCHEFOUCAULD

Non basta essere onesti: bisogna anche mostrarsi tali.

KOTZBUE

Tutti desiderano di avere la verità dalla parte loro, pochi di essere dalla parte della verità.

X

L'uomo è più ragionatore che ragionevole.

FEDERICO II

La gente allegra fa più pazzie che la gente seria, ma le pazzie di quest'ultima sono molto più grandi.

VON KLEIST

Si dice che bisogna offrire al virtuoso quanto abbiamo di più caro: per questo appunto il malvagio attribuisce ai buoni i vizi e le colpe sue proprie.

Sentenza indiana

Il gufo non vede di notte, di giorno non vede la civetta; ma un essere singolare, l'innamorato, non vede né di giorno né di notte.

Sentenza indiana

La scienza di chi è troppo modesto; il denaro dell'avarò; la forza del braccio del pauroso: sono tre cose inutili nel mondo.

Sentenza indiana

Niente è più facile che ingannare noi stessi, perché crediamo volentieri ciò che desideriamo.

DEMOSTENE

Abbiamo sempre qualcosa da rimproverarci; se dici: “non ho nulla”, hai già questo.
ROSA BORGHINI

O zoppo, da lodarsi sei tu che non vai a mendicare nella casa degli altri; beato te, o cieco, che non vedi il volto di chi si è insuperbito per le sue ricchezze; encomiabile sei tu, o muto, che non aduli vilmente per la speranza di un guadagno; onore a te, o sordo, che non odi le parole dei malvagi.

Sentenza indiana

Chi è l'avarò? E colui che vive sempre nella povertà per timore della povertà.
S. BERNARDO

Per un uomo onesto, onore è una parola che non ha plurale.
RENATO BAZIN

L'uomo è il capolavoro della creazione; così dice l'uomo...
GAVARNI

C'è più piacere a tirar fuori una piccola perla dalla spazzatura che a guardarne una più grossa nella vetrina del gioielliere.
LIN YUTANG

È permesso di essere bestia a condizione di non vantarsi!
MARK TWAIN

Il pericolo di aver fatto una buona azione è di credersi capace di farle tutte.
CONTESSA DIANA

Ci sono prudenti che si adombrano delle virtù come dei vizi e predicano sempre che la virtù sta nel mezzo; e il mezzo lo fissano giusto in quel punto dove essi sono arrivati e ci stanno comodi !
A. MANZONI

Vi sono molti uomini che passano metà della loro vita a temere ciò che potrà accadere loro nell'altra metà.
MANTEGAZZA

Ognuno è uno sciocco per almeno cinque minuti al giorno. La saggezza consiste nel non oltrepassare questo limite.
E. HUBBARD

Il difficile è di essere un brav'uomo tutti i giorni.
H. DE NOUSSANEB

È meglio essere un uomo senza denari, che aver denari senza essere uomo.
UGO FOSCOLO

La più spiccia e la più certa maniera di vivere con onore nel mondo è di essere realmente ciò che si vorrebbe sembrare.
SOCRATE

Non occorre sempre dire ciò che si pensa, ma bisogna sempre pensare quello che si dice.

MADAME DE LAMBERT

L'alloro è un sempreverde, ma a dormirci sopra troppo a lungo finisce per appassire.

ERNEST WIECHERT

Chi mente bisogna che si abitui alla menzogna, poiché occorrono sette bugie per coprirne una sola.

RUCKERT

Novantanove volte su cento gli uomini si guardano bene dal riconoscere i propri torti. Il più delle volte la critica è futile perché spinge alla difensiva e costringe alle giustificazioni, è pericolosa perché ferisce quella qualità preziosa dell'uomo che è l'orgoglio, urta il suo senso d'importanza e risveglia il suo risentimento.

DALE CARNEGIE.

Come si vede bene il dovere altrui!

RENATO BAZIN

Troverai sempre chi ti dice qual è il tuo dovere più di quanto non lo sappia tu stesso.

EMERSON

Conosci te stesso? Te ne assicurerai appena scoprirai in te più difetti che non ne scoprono gli altri.

X

Il vizio più inopportuno dopo quello di censurare gli altri, è quello di lodare se stessi.

BACONE

Nessuno sa tanto male di noi quanto ne sappiamo noi stessi e ciò nonostante nessuno pensa tanto bene di noi quanto noi stessi.

X

Non dobbiamo credere che la metà del bene che si dice di noi e del male che viene detto degli altri.

X

Siate più savi degli altri se potete, ma non ditelo loro.

LORD CHESTERFIELD

Un elogio è come il profumo, grato all'odore, ma è bene fiutarlo poco, perché dà al capo, addormenta, e alle volte inebria e fa perdere la bussola.

I fiori troppo odorosi bisogna tenerli fuori dalla camera.

G. DUPRE

Bisogna essere al disopra delle ricompense. Così s'insegna loro a salire. Sono così abituate a discendere!

RENATO BAZIN

Da compiangere l'uomo che non sa parlare; da compiangere ancor più quello che non sa tacere!

X

Il nano vede più lontano del gigante quando può montargli sulle spalle.

COLERIDGE

Il giorno più completamente perduto è quello in cui non abbiamo riso.

CHAMFORT

La politica è l'arte di ottenere denaro dai ricchi e voti dai poveri, col pretesto di proteggere gli uni e gli altri.

X

Gli uomini hanno la pietra di paragone per saggiare l'oro, ma l'oro è la pietra di paragone per saggiare gli uomini.

X

La legge è la coscienza di quelli che non ne hanno.

X

La critica è come un piccione viaggiatore: ritorna sempre là donde era partita.

DALE CARNEGIE

Vivete in modo da non dovervi vergognare di vendere il vostro pappagallo alla persona più pettegola della città.

X

Molti uomini nella prima metà della vita spendono la salute per acquistare la ricchezza e nella seconda spendono il denaro per riacquistare la salute.

DINO PROVENZAL

Quando uno domanda il vostro parere generalmente vuole la vostra lode.

CHESTERFIELD

La felicità è come il carbon coke, qualcosa che si ha come un sottoprodotto mentre si fa qualche altra cosa.

ALDOUS HUXLEY

Non ridere è una dieta rigorosa che il nostro organismo non si permette.

A. KARR

B.

Chi conosce i precetti e poi non li mette in pratica somiglia a uno che accende una lampada e poi chiude gli occhi.

Sentenza indiana

Chi è lontano può starci vicino; chi è vicino, può esserci lontano; alla distanza di solo quattro dita, l'occhio non vede l'orecchio.

Sentenza indiana

È antico questo detto, o Atula, non è come del giorno d'oggi: "Dicono male di chi se ne sta zitto, dicono male di chi parla molto, anche di chi parla poco dicono male; incensurato non v'è nessuno nel mondo".

Dhammapada

L'azione perfetta è quella fatta col massimo interesse e col massimo disinteresse.

ROBERTO ASSAGIOLI

Tu non prendi nulla sul serio? Attento! Finirai col prender sul serio il nulla.

G. THIBON

La bocca dell'uomo saggio è nel suo cuore; il cuore dello stolto è nella sua bocca.

SALOMONE

Spesso la gente si rassegna ad essere se stessa dopo aver preso e strappato, una dopo l'altra, una mezza dozzina di maschere.

A. KARR

Nello stesso giorno l'uomo normale cambia dieci volte la sua filosofia.

A. MAUROIS

I nostri amici e i nostri parenti trovano una dolce consolazione per le disgrazie che ci colpiscono, nella gioia di averle predette e di avercelo detto!

A. KARR

La ragione umana è una cosa buffa: nella vostra bocca, come in quella di tutti. "Egli ha torto" vuol dire: "Non pensa come me". "Egli ha ragione" significa: "È della mia opinione".

A. KARR

Non bisogna credere all'indulgenza delle persone se non quando si esercita in cose che riguardano loro direttamente. Un tale s'impietosisce per un avvelenatore, per un assassino: voi lo credete indulgente. Per giudicarlo aspettate che qualcuno nella folla gli pesti un piede e che uno per disgrazia rompa una delle sue tazze giapponesi!

A. KARR

Le grandi opere danno l'immortalità; ma sono le piccole che danno il pane, senza di cui la vita finirebbe e l'immortalità comincerebbe troppo presto!

A. KARR

Il malumore della donna ha questo particolare: che deve necessariamente fare il proprio corso: i migliori argomenti, le ragioni più chiare, le prove più convincenti fanno a questo corso come i ciottoli al corso di un ruscello: il ruscello mormora un po' più forte e continua la sua via.

A. KARR

Soltanto un galantuomo dimentica il passaporto o trascura d'averlo in regola. I bricconi hanno sempre piene le tasche di carte inattaccabili.

Allo stesso modo la verità non si preoccupa della verosimiglianza.

A. KARR

Non vi è disgrazia peggiore di quella che si ha.

A. KARR

La via della gloria non è mai piana e purtroppo il più delle volte non è neanche diritta.

X

Ognuno odia negli altri i propri difetti ed ama negli altri la qualità che non ha.

JOUBERT

La reputazione di un uomo d'ingegno entra nella sua famiglia soltanto dal di fuori e forzando un po' la porta.

A. KARR

C'è una bella differenza tra l'imitare un galantuomo e il fingere di esserlo.

B. FRANKLIN

Se non potete essere un aiuto, non siate almeno un ostacolo.

JEANNE VIETINGHOFF

Il conflitto fra vecchi e giovani è molto vecchio, ma sempre giovane. Vi sono però dei giovani vecchi e dei vecchi giovani.

ROBERTO ASSAGIOLI

Le mosche cercano le piaghe, le api i fiori, i buoni le virtù, gli uomini volgari i difetti.

Sentenza indiana

Ognuno si lamenta della propria memoria, ma nessuno si lamenta del proprio giudizio.

LA ROCHEFOUCAULD

Le ingiurie sono le ragioni di chi ha torto.

ROUSSEAU

Le verità che desideriamo meno sentire sono quelle che si ha più interesse a conoscere.

LA BRUYÈRE

Come sono fortunato! Ogni volta che commetto un errore gli altri lo scoprono sempre!

CONFUCIO

La strada del successo è ingombra di donne che spingono i loro mariti in avanti.

X

Sono sempre puntuale agli appuntamenti perché ho notato che quelli che aspettano non pensano che ai difetti di quelli che si fanno attendere.

BOILEAU

Spesso s'incontra il proprio destino nella via che s'era presa per evitarlo. X

Il denaro può procurarvi un buon cane, ma solo l'amore potrà fargli agitare la coda. X

Seccatore è colui che ti toglie la solitudine senza darti la compagnia.
GIAN VINCENZO GRAVINA

Il rumore non fa del bene. Il bene non fa rumore. X

Gran parte della felicità passa inosservata perché non costa nulla.
Proverbio americano

Alcune persone parlano per esperienza. Altre — per esperienza — non parlano. X

Il custode della prigione si trova in una situazione peggiore di quella del prigioniero stesso! Mentre del prigioniero è imprigionato il corpo, del custode è imprigionata la mente.
INAYAT KHAN

Allorché l'avaro mostra della generosità, la celebra con le trombe.
INAYAT KHAN

L'uomo trova sempre il modo di giustificare ciò che gli conviene.
INAYAT KHAN

Il mio modo di scherzare è di dire la verità; è lo scherzo più divertente del mondo.
G. B. SHAW

Il più gran merito della compagnia è di farci apprezzare la solitudine.
CHINCOLLE

Il maniaco è un mortale privilegiato che ha una sola pazzia.
DECOURCELLE

Angustiarci dei difetti degli altri, è un'aggiunta non necessaria all'angustia che ci danno i nostri.
INAYAT KHAN

La vita è per il dieci per cento come ve la fate e per il novanta per cento come la pigliate.
IRVING BERLIN

Fortuna è spesso il nome che si dà al merito degli altri. X

Un paradosso è una verità che si presenta con la testa in basso e i piedi in alto per attrarre la nostra attenzione. X

L'impossibile di oggi è il possibile di domani. Il possibile di oggi è l'impossibile di domani.

X

Dei mali del corpo tutti vorrebbero, ma molti non possono guarire; di quelli dell'anima potrebbero tutti, ma pochi vogliono.

ANNIBAL CARO

Le donne che pensano troppo alla loro toeletta, pensano poco alle loro virtù.

CATONE

La pigrizia cammina così lenta che la povertà non fa fatica a raggiungerla.

CONFUCIO

Ho troppa stima di Dio per aver paura del diavolo.

A. DE VIGNY

Uno sciocco sapiente è più sciocco di uno sciocco ignorante.

MOLIÈRE

Chi ti parla dei difetti di un altro, parla dei tuoi agli altri.

DIDEROT

I vecchi dicono quello che hanno fatto, i giovani quello che fanno, gli sciocchi quello che vogliono fare.

F. PANANTI

Non bisogna contentarsi di lodare gli uomini buoni, ma bisogna aiutarli.

SOCRATE

Per la via di "poi, poi", si arriva a casa di "mai, mai".

VAUVENARGUES

La straordinaria premura di sdebitarsi di un beneficio ricevuto è una specie di ingratitudine.

NICCOLÒ TOMMASEO

Essere avaro vuoi dire rubare agli altri, scialacquare vuol dire rubare a sé e agli altri.

MANTEGAZZA

XII

AMICIZIA — COLLABORAZIONE

L'amico si deve comportare con l'amico come con se stesso, poiché l'amico è un altro se stesso.

ARISTOTELE

Nelle amicizie e nelle vicende della vita la vera maniera di farsi cari a tutti è di stimare i servigi che si ricevono dagli altri assai più che non li stimino essi stessi e di ritenere i servigi che tu rendi agli altri molto minori di quello che essi ritengono.

PLATONE

I veri amici vi visitano quando siete felici solo se sono invitati, ma quando siete disgraziato vengono a trovarvi senza attendere inviti.

TEOFRASTO

Se non avete un amico che vi corregga i difetti, pagate un nemico che vi renda questo servizio.

PITAGORA

La prima legge dell'amicizia è di chiedere agli amici cose oneste e di fare per gli amici cose oneste.

CICERONE

Ammonire ed essere ammoniti è proprio della vera amicizia.

CICERONE

Non vi è vincolo più saldo di amicizia che il consenso e la comunanza dei pareri e delle volontà.

CICERONE

Sembra che tolgano il sole dal mondo coloro che tolgono l'amicizia dalla vita.

CICERONE

Chi è amico ama, chi ama non è sempre amico. Perciò l'amicizia giova sempre, l'amore invece talvolta nuoce.

SENECA

Di nessun bene si gode il possesso senza un compagno.

SENECA

L'amicizia è il più perfetto dei sentimenti dell'uomo perché il più libero, il più duro, il più robusto.

LACORDAIRE

La peggiore moneta con cui si possa pagare gli amici sono i consigli; l'unica moneta buona sono i soccorsi.

ABATE GALIANI

Non c'è amore e amicizia che possano rimanere sterili. Questi due sentimenti non debbono essere oziosi: o agiscono o non esistono affatto.

LABOUISSSE ROCHEFORT

L'amicizia è la collina verdeggiante che costeggia la polverosa via della vita.

GIBSON

Amico: un uomo che vi conosce a fondo e, nonostante ciò, vi vuol bene.

E. HUBBARD

In poche parole vi dirò da che cosa si riconosce un amico: quando si fa del male egli avverte; quando si fa del bene egli esorta a perseverare; quando ci si trova nell'imbarazzo o nel pericolo aiuta, solleva, libera.

BUDDHA

L'amicizia raddoppia le gioie e divide i dolori a metà.

BACONE

Saldissima tra le amicizie è quella santificata dall'unità dell'intento buono.

GIUSEPPE MAZZINI

L'amicizia è una pianta che deve saper resistere ai periodi di siccità.

JOUBERT

Nell'amicizia le anime si uniscono e si confondono l'una nell'altra così che più non si trova il punto di unione delle medesime. Se mi s'imponesse di dire perché amo quella persona, sento che non potrei esprimermi altrimenti che così: "A me pare di essere lui, a lui pare di essere me

MONTAIGNE

Riprendi l'amico in segreto e lodalo in palese.

LEONARDO DA VINCI

Quando Dio dall'alto dei cieli contempla l'amico che si stringe all'amico nel giorno del dolore, si compiace di aver creato l'uomo; ed allora, ma allora soltanto, si rammenta di averlo creato ad immagine sua.

D. GUERRAZZI

Un amico è colui che indovina sempre quando si ha bisogno di lui.

J. RENARD

Gli uomini che danno dei consigli salutari anche se spiacevoli sono i soli che possono esser ritenuti degli amici; gli altri non ne hanno che il nome.

Sentenza indiana

I veri amici sono come le stelle; vediamo la loro luce più chiaramente nelle notti oscure.

X

L'amico mi è caro, ma anche il nemico mi giova: quello mi mostra ciò che posso, questo, ciò che devo.

SCHILLER

Tutto ciò che è contrario alla virtù è contrario all'amicizia, poiché è sulla virtù che l'amicizia si fonda.

S. TOMMASO

L'amicizia è cosa divina poiché dà diritto di dire la verità agli uomini che la dicono così poco e che l'ascoltano sì raramente.

LACORDAIRE

Il falso amico è come l'ombra che ci segue finché dura il sole.

C. DOSSI

Ci sono tre generi di amicizie che si risolvono a vantaggio e tre a detrimento: l'amicizia coi sinceri, l'amicizia coi costanti, l'amicizia con gli esperti sono amicizie vantaggiose; l'amicizia coi falsi, l'amicizia con gli adulatori, l'amicizia coi chiacchieroni sono amicizie dannose.

CONFUCIO

I tuoi amici t'invitano a pranzo: arriva tardi se vuoi. Essi ti chiamano perché tu li consoli: affrettati.

CHILONE

La principale necessità della nostra vita è qualcuno che ci faccia fare ciò che possiamo fare. Questo è il compito di un amico.

R. W. EMERSON

L'amicizia dei buoni somiglia al fiume: nasce sottile, s'ingrossa a metà strada, si allarga passo passo, non va mai a ritroso, preso che abbia l'aire.

Sentenza indiana

Un buon libro è un buon amico: ci riprende senza cerimonia e ci incoraggia senza adulazione.

FÉNÉLON

Sul cammino sassoso che si percorre nel mondo il cielo ha fatto sbocciare in un giorno di pietà il dono di un fiore delicato e profondo il cui nome è amicizia.

X

Gli amici: una famiglia di cui abbiamo scelto i membri.

A. KARR

Spesso i servizi grandi sono resi dagli amici piccoli.

A. KARR

Vedrai gli altri venire a te con fiducia perché non avrai mai tentato di accaparrare e trattenere gelosamente nessuno.

Libero di te stesso e rispettoso delle libertà altrui, attuerai l'ideale così bello dell'amicizia in cui, come dice il Lacordaire, "liberi di lasciarsi sempre, non ci si lascia mai".

E. MONTIER

I miei amici mi addormentano dolcemente, mai i miei nemici mi tengono sveglio.

INAYAT KHAN

L'amicizia è la cosa di questo mondo più vicina alla religione.

JOHN RUSKIN

Senza dubbio la felicità della nostra vita dipende in gran parte dalla nostra capacità di scegliere dei buoni amici.

JOHN LUBBOCK

Un uomo senza un amico è come la mano sinistra senza la destra.

Proverbio cinese

Il solo mezzo per avere un amico, è di essere un amico.

EMERSON

Tutti sono buoni a compatire le sofferenze di un amico, ma ci vuole un'anima veramente bella per godere dei successi di un amico.

O. WILDE

Vi farete più amici in una settimana interessandovi sinceramente a ciò che fanno gli altri, che sforzandovi per un anno ad interessare gli altri su ciò che voi fate.

X

Amare è una cosa, comprendere è un'altra; chi ama è un devoto, ma chi comprende è un amico.

INAYAT KHAN

Il sacro nodo dell'amicizia può legare tra loro non solo gli uguali, ma anche gli inferiori ai superiori. Quindi chi ben consideri le dolci ed utili amicizie, vedrà che non di rado agli umili si avvicinano i grandi.

DANTE

L'amicizia è una fratellanza e nel suo più alto senso è il bello ideale della fratellanza. È un accordo supremo di due o tre anime, non mai di molte, le quali sono divenute come necessarie l'una all'altra; le quali hanno trovato l'una nell'altra la massima disposizione a capirsi, a giovarsi, a nobilmente interpretarsi, a spronarsi al bene.

SILVIO PELLICO

Chi non accetta il consiglio di veri amici, cade poi sotto la mano dei cattivi consiglieri.

GIUSEPPE GIUSTI

La vera amicizia è pianta che cresce adagio, e non prospera mai, se non viene innestata sopra un fusto di merito scambievole e conosciuto.

Preferisci tra gli amici non solamente coloro che si rattristano alla notizia di qualche tua disavventura, ma assai più coloro che nelle tue prosperità non t'invidiano.

CHESTERFIELD

La vera amicizia nasce e cresce solo tra i buoni, si perfeziona tra gli ottimi. Essa è tanto più salda quanto più antica.

CASSIODORO

Non vi è amicizia reale se non tra coloro che sono uniti nella virtù.

ANTISTENE

Ricordati più spesso dei doveri dell'amicizia che dei suoi diritti.

M. GIOIA

Stringi amicizia con un uomo che abbia il cuore incorrotto e sia sincero, con un uomo che desideri imparare, ma possa anche insegnarti qualcosa.

CONFUCIO

XIII.

VERITÀ - UNIVERSALITÀ SPIRITUALITÀ

Ho chiuso tutti i libri. Ce n'è solamente uno aperto a tutti gli sguardi: quello della natura. È in questo libro grande e sublime che io imparo a servire e adorare il suo divino Autore. Nessuno può essere scusato per non leggerlo, perché esso parla a tutti gli uomini in una lingua comprensibile a ogni intelligenza.

ROUSSEAU

In ogni cosa c'è uno spirito: non esiste corpo, per quanto piccolo esso sia, che non racchiuda una particella di sostanza divina.

GIORDANO BRUNO

Tutto quello che è transitorio è solo un simbolo.

WOLFANGO GOETHE

Dice Gesù: "... dovunque essi siano... e se uno è solo, io sono con lui. Rimuovi la pietra ed ivi mi troverai, incidi il legno ed io sono quivi".

Detti extra-canonici di Gesù

L'estensione delle cognizioni fa passare sotto gli occhi tanti modi di vedere diversi così che dà alla mente la tolleranza che nasce dall'universalità delle idee.

MADAME DE STAEL

Spirituale è colui il quale vive solo nell'invisibile e per il quale tutto ciò che è visibile ha soltanto la verità di un'allegoria.

FEDERICO SCHLEGEL

Felici coloro che in questo mondo non vedono che verità o errore, bene o male, bianco o nero. Per me la vita si consuma nello studio e nella dosatura del grigio.

THIBON

L'illusione di cui vivevi si dissipa. La tua anima sanguina, ma una maschera cade, una menzogna finisce. Perdi una gioia, ma acquisti una verità.

Di che cosa ti lamenti?

G. THIBON

Possiedi una verità: non vuoi conoscere che quella, trai da essa tutte le tue forze. Attenzione! La verità è un organismo e la tua verità forma un sol corpo con l'insieme delle altre verità. Un membro tagliato è un membro morto e, se per meglio adorare la tua piccola verità tu la isoli, non ti resterà che una menzogna tra le dita!

G. THIBON

Al soddisfatto. Tu ti adagi nella "verità". Ma è il possesso della verità che crea il tuo riposo, oppure l'amore del riposo che crea la tua verità?

G. THIBON

Osserva il mondo del pensiero e separa il falso dal vero. Apprendi il significato dell'illusione e in mezzo ad essa rintraccia il filo dorato della Verità.

ALICE A. BAILEY

Qualunque sia il modo in cui gli uomini vengono a Me, in quella guisa Io li accetto.
In ogni maniera essi seguono la Mia Via.

Bhagavad Gita

Egli è il mare, ma noi siamo l'acqua.

ERNEST WIECHERT

Le grandi verità hanno sempre fatto ridere i piccoli stolti.

NINO SALVANESCHI

La verità è come la luce, una e varia; è come la natura, una e feconda, è come Dio:
uno ed immenso.

NICCOLÒ TOMMASEO

Come il profumo nel fiore, l'olio nel grano di sesamo, la scintilla nel legno, il burro
nel latte, lo zucchero nella canna, così scorgi nel corpo l'anima per mezzo dell'intelletto.

Sentenza indiana

L'anima che si affatica nello spogliarsi per Dio di tutto ciò che non è Dio, rimane
subito in Dio rischiarata e trasformata; di modo che sembra il medesimo Dio ed ha le
stesse proprietà di Lui.

S. GIOVANNI DELLA CROCE

Quello che Dio pretende è di farci altrettanti dei per partecipazione come Egli è per
natura, siccome il fuoco tutte le altre cose in fuoco converte.

S. GIOVANNI DELLA CROCE

Vi sono solo due poteri nel mondo, lo spirito e la spada. Alla lunga la spada sarà
sempre vinta dallo spirito.

NAPOLEONE

La ragione per cui l'uomo va in cerca della felicità non è perché essa costituisca il
suo sostentamento, ma perché la felicità è il suo stesso essere: nella ricerca della felicità
quindi egli cerca se stesso.

Che cos'è Dio? Dio è ciò che ci manca per completare noi stessi.

INAYAT KHAN

Non appena l'ideale di Dio diviene vivente, il suo adoratore si trasforma nella stessa
Verità. Allora egli non va più in cerca della Verità, ma la Verità diviene il suo stesso
essere; e nella luce di quell'assoluta Verità egli trova tutta la conoscenza.

INAYAT KHAN

Il sole: l'ombra di Dio.

MICHELANGELO

Non c'è nulla. Zero non esiste. Ogni cosa è qualche cosa. Niente non è niente.

X

L'interno è come l'esterno delle cose; il piccolo è come il grande; non c'è che una
sola legge e Colui che opera è Uno. Nulla è piccolo, nulla è grande nell'economia divina.

ERMETE

La stessa zolla di terra forma molti vasi; lo stesso pezzo d'oro si ritrova in molti viaggi; lo stesso latte si munge da molte vacche; lo stesso spirito supremo anima molti corpi.

Sentenza indiana

Sebbene non vi sia differenza sostanziale fra me e Te, o Signore, io sono Tuo, ma Tu non sei mio; poiché l'onda appartiene al mare, ma il mare non mai all'onda.

Sentenza indiana

Bisogna che la scienza divenga religiosa e la religione scientifica.

ESCHURÉ

La verità non ha bisogno di veli, poiché si vela da sé agli occhi dell'ignorante.

INAYAT KHAN

Nella ricerca della Verità la prima e l'ultima lezione è l'Amore. Non vi deve essere separazione, niente "io sono" e "tu non sei". Finché l'uomo non è arrivato a quella coscienza universale non può conoscere la Vita e la Verità.

INAYAT KHAN

Per chi ha gli occhi e gli orecchi veramente aperti le foglie di un albero sono come pagine della Bibbia.

INAYAT KHAN

Se tu cerchi il bene in ogni anima lo troverai, poiché se Dio è in tutte le cose, a maggior ragione Egli sarà anche in tutti gli esseri.

INAYAT KHAN

Il primo segno che si è realizzata la verità è la tolleranza.

INAYAT KHAN

L'anima di tutti è una sola anima e la Verità è Una sotto qualunque religione si celi.

INAYAT KHAN

L'onda è il mare stesso, pure quando si alza in forma di un'onda è l'onda, ma quando tu guardi l'insieme è il mare.

INAYAT KHAN

L'avvenire appartiene alla Chiesa che avrà le porte più larghe.

A. KARR

Non c'è di peggio di un'esagerazione per far diventare falsa perfino una verità. Certe verità poi sono così delicate che debbono restar discrete e quasi accennate a mezza voce, se vogliono restar verità. Gridarle, invece, e orchestrale, può farle svanire: certo le falsa.

DON GIUSEPPE DE LUCA

Gli uomini sono dèi mortali; gli dèi sono uomini immortali.

ERMETE

(secondo Vivekananda) "...non esistono religioni false, ma falsi religiosi; la religione può essere una dottrina, ma è soprattutto un impeto di ascesa verso l'Uno; e perciò non importa che tutto il mondo sia convertito al Buddhismo, al Vedantismo, al Cristianesimo e all'Islamismo, ma molto importa che ciascun uomo attui in sé lo spirito più puro e più alto della propria religione, qualunque essa sia. E l'ateo, che in purezza di cuore vive in armonia con la propria legge, è assai più vicino a Dio del bigotto che venera Dio con le labbra, ma in ogni atto rinnega il Padre negando carità ai propri fratelli".

VIRGILIO BROCCHI

Tutte le concezioni umane, da qualunque parte esse vengano, hanno il buono e il cattivo; bisogna saper assimilare e prendere tutto il buono e offrirlo a Dio ed eliminare il cattivo.

PADRE PIO DA PIETRALCINA

Io non vado che da chi mi chiama, ma chi mi chiama non mi chiama invano.

VITTORIO CALVINO

Gli arredi di un altare non sono che il simbolo della religione... ma il cuore di Dio si rivela nella corolla d'un fiore.

Detto cinese

Nella natura è bensì tutto mutamento, ma dietro il mutamento riposa un essere eterno.

W. GOETHE

Se chiudi la porta a tutti gli errori, la verità resta fuori anch'essa.

R. TAGORE

Noi non siamo che dei fanciulli che vanno raccogliendo qua e là sassolini dalla spiaggia delle conoscenze mentre tutto un oceano ignoto si stende davanti ai nostri occhi.

NEWTON

Dio scrive dritto con linee torte.

Proverbio portoghese

Gli uomini devono imparare a conoscere dal visibile l'invisibile.

IPPOCRATE

Tutte le vicende della vita sono prove per far distinguere il vero dal falso.

INAYAT KHAN

Dio solo esiste, sia che si concepisca come Dio o come molti dei, poiché tutti i numeri sono semplicemente l'estensione dell'uno.

INAYAT KHAN

Lo zampillo dell'amore s'innalza nell'amore per un individuo, ma si diffonde e ricade nell'amore universale.

INAYAT KHAN

Più ci si accosta alla realtà, e più ci si avvicina all'unità.

INAYAT KHAN

Sii veritiero con te stesso e ne seguirà, come la notte il giorno, che tu non potrai

allora esser falso con nessun uomo.

SHAKESPEARE

Vi è una sola religione per quanto vi siano cento versioni di essa.

G. B. SHAW

Il primo dei nostri doveri è l'amore della verità e la fede in essa. La verità è Dio. Amare Dio e amare la verità sono la stessa cosa.

SILVIO PELLICO

Dalla scienza della natura emergono tali prove della divinità, da rendere il dubbio assurdo e l'ateismo ridicolo.

HERSCHELL

Questo Dio che celebriamo nelle mie carte, io lo vedo presente per tutto. Lo vedo nei fiori del mio giardino, dalla luce che sprizza sulle mie pupille, nell'aura che m'imbalsama la vita, lo tengo in quest'anima mia.

BACONE

Dio è la causa, l'origine, l'essenza e la vita di tutte le cose. In Lui sta la potenza che rinnova, riforma, risuscita ciò che è vecchio, ciò che è corroso, ciò che è morto.

DIONIGI

L'uomo ha sete di mistero perché ha sete di infinito. È questa sete d'infinito che spinge le anime superiori sulla via che non finisce. Esse vanno alla scoperta con la sublime certezza di non poter mai tutto scoprire. L'oggetto della ricerca essendo infinito, esso eccede sempre ogni scoperta e fa aumentare la sete nello stesso tempo che la soddisfa.

E. HELLO

Il culto migliore che si possa rendere a Dio è obbedire ai suoi voleri.

CANTÙ

Non è colpa di Dio se tu non lo percepisci. Egli è sempre dinanzi a te e ti parla in mille modi e tua soltanto è la colpa se tu non lo puoi vedere né sentire.

X

Quale sciagura esser lontani da Colui che è dovunque.

SANT'AGOSTINO

Coloro che hanno tutto meno Te, o Signore, deridono coloro che hanno Te solo.

R. TAGORE

Una tinta superficiale di scienza ci può portare fino a negare l'esistenza di Dio, mentre il vero sapere riavvicina l'uomo al suo Creatore.

F. BACONE

Oh! Se gli uomini potessero solamente persuadersi che la forza non è nella forza, ma nella verità!

L. TOLSTOI

Il piacere può appoggiarsi all'illusione, ma la felicità riposa sulla verità.

CHAMFORT

Vi sono delle forze insondabili nell'animo umano poiché nel suo fondo vi è Dio
stesso.

PADRE GRATRY

XIV

GIUSTIZIA - LIBERTÀ - DESTINO

Vero riformatore è colui che fa appello all'invisibile giustizia divina contro la visibile forza terrena.

TOMMASO CARLYLE

La libertà è la sola cosa che non possiamo ottenere se non la concediamo anche agli altri.

W. A. WHITE

Una cosa non è giusta perché Dio la vuole, ma Dio la vuole perché è giusta.

S. TOMMASO

In tanto il frutto dell'esistenza è raggiunto in quanto viviamo liberi; se quelli che dipendono da altri possono dirsi vivi, chi sono allora i morti?

Sentenza indiana

Non ha il diritto di essere libero chi non ha il coraggio di essere povero.

VICTOR HUGO

L'uomo libero può essere prigioniero, non schiavo.

AMYOT

Come non vorrei essere uno schiavo così non vorrei essere un padrone.

LINCOLN

L'indice infallibile della libertà interna è il senso dell'umorismo.

H. KEYSERLING

Per diventare ed essere libero l'uomo deve *volere* la sua libertà e inoltre deve *credere* in essa.

H. KEYSERLING

La liberazione va ricercata entro noi stessi.

Detto buddistico

Il tempo può avere un parto difficile, ma non abortisce mai.

LAMENNAIS

La religione cristiana non esige la pace ad ogni costo, ma la giustizia ad ogni costo. Tutti vogliamo la pace, ma il diritto è più importante della pace. La pace può essere stabile e durare solo quale frutto della giustizia.

X

Nulla che sia ingiusto nel campo morale può esser giusto in quello politico.

GLADSTONE

La storia del mondo è il tribunale del mondo.

SCHLEGEL

Per chi conosce la vera natura delle cose, che bisogno c'è di maestro? Per chi è guarito da una malattia che bisogno c'è del medico? Per chi ha traversato il fiume che bisogno c'è di barca?

Sentenza indiana

Trascuriamo la vita forgiando le nostre catene e ci lamentiamo poi di doverle portare.

GUSTAVE VAPERAU

Ad ogni istante siamo liberi di scegliere; una volta che abbiamo scelto siamo legati alla nostra decisione.

H. KEYSERLING

Un giorno m'incontrai faccia a faccia col mio Signore e, inginocchiandomi, Gli chiesi: Dimmi, o Signore della compassione, sei Tu che punisci il peccatore e ricompensi il virtuoso? "No, disse Egli sorridendo, il peccatore attira la propria punizione e il virtuoso guadagna il suo compenso".

INAYAT KHAN

Solo quando ci sottomettiamo completamente ai vincoli della verità acquistiamo la gioia della libertà.

R. TAGORE

La libertà è la condizione di ogni sviluppo spirituale.

JEANNE DE VIETINGHOFF

Chi fa soffrire il prossimo fa male a se stesso; chi aiuta il prossimo aiuta se stesso.

X

Gli avvenimenti non ci capitano a caso. Noi meritiamo tutto ciò che ci accade. La buona e la cattiva sorte non esistono. Le nostre anime sono delle colombaie, gli avvenimenti volteggiano attorno ad esse quali piccioni e ognuno conosce la sua dimora. Le anime e la sorte si rispondono...

GHIBON

Gli uomini chiamano destino ciò che è la conseguenza delle loro azioni.

WALTER BESANT

Tutto quello che immettiamo nella vita degli altri, toma indietro nella nostra.

EDWIN MARKHAM

Nessuna cosa può germogliare senza un seme. Nessuno può ottenere la felicità senza aver compiuto atti capaci di condurre alla felicità.

Sentenza indiana

Se l'uomo parla ed agisce con malvagio pensiero, il dolore lo segue, come la ruota segue il piede del bove che tira il carro... Se l'uomo parla o agisce con pensiero puro, la felicità lo segue, come un'ombra che mai non lo abbandona.

BUDDHA

Colui che fa il bene lo fa a vantaggio della propria anima e colui che fa il male lo fa contro la stessa; poiché il Signore non è ingiusto verso i suoi servi.

MAOMETTO

Ogni male nuoce di più a colui che lo commette che a colui che lo subisce.

S. TOMMASO D'AQUINO

Come un vitello ritrova, tra mille vacche, la sua propria mamma, così l'azione di un'esistenza anteriore tiene dietro a chi la commise.

Sentenza indiana

Dal destino e dall'azione dell'uomo dipende il successo di un'impresa; ma il destino è manifestamente la stessa azione umana in un'esistenza anteriore.

Sentenza indiana

Seminare una cosa e raccoglierne un'altra: ciò non accade mai. Qualunque seme si semini, è quello che germoglia.

Sentenza indiana

L'uomo che fa del male non ha caro se stesso, poiché del male da lui fatto tocca a lui stesso di soffrire.

Sentenza indiana

Colui che fa quaggiù una qualche azione ne raccoglie egli stesso il frutto; se qualcuno inghiotte un veleno, non muore già un altro in conseguenza di esso.

Sentenza indiana

Il saper governare se stesso è la sola vera libertà di cui possa godere un individuo.

FEDERICO PERTHES

Ogni individualità morale concorre per parte sua a cambiare la faccia del mondo. Ogni essere libero è creatore

CHARLES SÉCRETAN

È degno della libertà chi sa conquistarsela ogni giorno.

W.GOETHE

La vera libertà sta nel potere ogni cosa su se stesso.

MONTAIGNE.

Il saggio limita i propri bisogni per conservare ed estendere la sua libertà.

SCHOPENHAUER

È il pensiero che taglia le nostre catene, e pensare vuoi dire diventar sempre più liberi.

ANTONINO ANILE

Dio prende sempre la parte del perseguitato. Se un giusto perseguita un altro giusto, Dio si mette dalla parte del perseguitato; se un cattivo perseguita un giusto, Dio si pone dalla parte del perseguitato; se un cattivo perseguita un altro cattivo, Dio si mette dalla parte del perseguitato; e perfino se un giusto perseguita un cattivo, Dio si mette dalla parte del perseguitato.

Talmud

XV

MORTE - IMMORTALITÀ

E la Vita è eterna e l'Amore è immortale e la Morte è solo un orizzonte, e un orizzonte non è che il limite della nostra vista.

VESCOVO BRENT

Perciò non dovresti preoccuparti della morte... poiché tanto è certa la morte per colui che nasce quanto la nascita per colui che muore.

Bhagavad Gita

La morte è una tassa che l'anima deve pagare per aver avuto un nome ed una forma.

INAYAT KHAN

Non esiste un soggetto del quale il saggio si preoccuperà meno di quello della morte.

SPINOZA

La morte è come l'uscita di casa all'aurora.

CHUANG TZE

Il bene che si fa agli uomini è passeggero. Le verità che si lasciano loro sono eterne.

CUVIER

Io lascio ai miei cari le piccole cose, le grandi sono retaggio di tutti.

R. TAGORE

Il sonno non è che una breve morte e la morte un sonno più lungo.

FLETCHER

La notte bacia il giorno morente sussurrandogli all'orecchio: Io sono la morte, tua madre. Io ti darò vita novella.

R. TAGORE

La morte sta alla vita come la nascita. Si cammina sia quando si leva il piede sia quando lo si abbassa.

R. TAGORE

Sapremo un giorno che la morte non può mai derubarci di ciò che l'anima nostra ha guadagnato, poiché i suoi guadagni sono una sola cosa con essa.

R. TAGORE

O Figlio del Supremo! Io ho fatto per te della morte un annuncio gioioso: perché ti disperi al suo avvicinarsi? Io ho fatto per te uno splendore della Luce: perché ti nascondi dinanzi ad essa?

BAHA' U'LLAH

La nascita non è un principio, la morte non è una fine.

Proverbio cinese

Senza un'idea superiore non può esistere un uomo né una nazione. E vi è una sola

idea superiore sulla terra: l'idea dell'immortalità dell'anima umana, perché tutte le altre idee superiori di cui può vivere l'uomo sorgono soltanto da questa idea.

F. DOSTOJEWSKY

Gli artefici di buone opere non devono esser pianti.

Sentenza indiana

Gli uomini dormono finché sono vivi: quando muoiono si destano.

ALI (*genero di Maometto*)

Non sono le cose che disturbano gli uomini bensì le opinioni che essi se ne formano. La morte per esempio non è orribile, altrimenti sarebbe parsa tale anche a Socrate. Ma l'opinione che della morte come cosa orribile ci formiamo, quella sì che è orribile.

EPITTETO

La morte di un uomo non arresta il suo servizio.

RENATO BAZIN

La morte è il nostro ultimo dovere. Bisogna adempierlo bene.

RENATO BAZIN

Accettare la morte come un atto di vita.

RENATO BAZIN

La vita bene spesa lunga è.

LEONARDO DA VINCI

Ma a che mi gioverà questo studio fatto sul punto d'andar via? A questo: ad andarmene migliore di prima.

SENECA

No, colui che inonda di luce l'oriente non lo fa splendere così ai miei sguardi per piombarci poi nella notte del nulla. Colui che distese questo orizzonte incommensurabile, colui che innalzò queste masse enormi, che il sole indora sulle vette ghiacciate, è pur quegli che ha ordinato al mio cuore di battere e al mio spirito di pensare. Il volo d'un insetto che traversa l'aria basta a persuadermi, e spesso l'aspetto della campagna, il profumo dei venti e non so quale incanto diffusomi intorno, innalzano così i miei pensieri, che una prova invincibile dell'immortalità m'entra violentemente nell'anima e la occupa tutta.

SAVERIO DE MAISTRE

Abbiamo confidenza ed aspirazione al cielo, ove tutto è eterno, né paventa corruzione. La tomba col suo squallore è la culla del sole. E le lugubri ombre della morte sono lumi sfolgoranti per gli spazi stellati!

NEZAHUALCOJOTL (re degli Alcolhua - Messico)

Ci vuoi più coraggio per vivere che per morire.

DON MOROSINI

(Prima di essere fucilato dai nazisti alle Fosse Ardeatine)

Non v'accorgete voi che noi siamo vermi

Nati a formar l'angelica farfalla
Che vola alla giustizia senza schermi?

DANTE

La morte non è il mancar del sole ma lo spegnersi della lampada al sopraggiungere della luce del giorno.

R. TAGORE

Io sento l'onda ringiovanitrice della morte e sto saldo, pieno di coraggio, nelle tempeste della vita.

NOVALIS

Tutto passa rapidamente, tutto è passato, tutto passerà. Si vive poco e si è molto più a lungo morti che vivi. Gli occhi di carne non vedono ciò che è. Gli aspetti, le forme, i miraggi sono fuggitivi e passeggeri; quel che dura, vive e regge il mondo è Tinvisibile. Non vivete con i sensi, vivete con lo spirito.

ELAMMARION

Perché tutto dovrebbe esser finito alla nostra morte? La crisalide sa forse che diverrà farfalla?

VOLTAIRE

Dove io giaccio esausto, altri si ergeranno, giovani e freschi. Sui gradini che io ho scavato essi saliranno, sulla scala che ho costruito monteranno... Nessuno vive per se stesso, nessuno muore per se stesso.

OLIVIA SCHREINER

Temere la morte significa o temere di non aver più sensazioni o di averne altre. Ma se non avrai più sensazioni, non soffrirai più; se ne avrai differenti, sarai un altro essere e non cesserai di vivere.

MARCO AURELIO

La nostra vita presente è il crogiuolo laborioso da cui deve uscire la nostra vita futura.

LACORDAIRE

Nel pensare alle cose che periscono, pensate a quelle che si rinnovano, e sarete, insieme con quelle, rinnovati di speranza operosa.

NICCOLÒ TOMMASEO

XVI

ARTE - BELLEZZA - ARMONIA - PACE

Il bello è lo splendore del vero.

PLATONE

Il bello è il riverbero dell'infinito sul finito; è Dio intraveduto.

E. KANT

Non vi è nulla che abbia l'effetto di rendere l'anima più pura, più religiosa che lo sforzo ch'essa fa per produrre un capolavoro, poiché Dio è perfetto e chiunque tende alla perfezione si propone una cosa divina.

MICHELANGELO

L'arte ha lo stesso scopo della religione; far sentire Dio agli uomini.
L'estetica è l'arte di sentire Dio nelle cose.

PÉLADAN

Amate le cose belle di tale amore che vi aiuti a sempre più amare le buone.

X

Il poeta, come uomo e come cittadino, deve amare la sua patria; ma la patria della sua potenza e della sua influenza poetica è il buono, il nobile, il bello, che non appartengono ad alcun paese speciale e che egli accoglie ed esalta ovunque li trovi.

W. GOETHE

Se c'è una cosa che dona valore alla vita umana, questa è la contemplazione della bellezza pura.

PLATONE

L'arte non è arte e la poesia non è poesia se non è pura; se non è innocente; se non ha gli occhi luminosi e il cuore mondo; se non sa e non insegna, se non è buona e non è benefica.

GIOVANNI PASCOLI

“Dare all'ordinario un senso elevato, all'abituale un aspetto misterioso, al conosciuto la dignità dello sconosciuto”.

Programma estetico del romanticismo

La pittura è una poesia che si vede e non si sente, la poesia è una pittura che si sente e non si vede.

LEONARDO

L'Arte non imita, interpreta. Essa cerca l'idea che dorme nel simbolo e presenta il simbolo in modo che gli uomini vedano, attraverso, l'idea. Dove no, a che varrebbe l'Arte?

G. MAZZINI

La miglior parte della bellezza è quella che nessuna pittura può esprimere. Guai al letterato che si reputa artista soltanto!

ED. GUERRAZZI

Di autentico vi è soltanto ciò che è eternamente bello.

W. GOETHE

Non è una gran disgrazia non avere talento artistico quando si sente il talento degli altri.

BARBEY D'AUREVILLY

Il pensiero e la poesia profondi hanno due nemici: la luce e le nubi che velano entrambi le stelle. La loro notte è oscura, ma limpida. Questa oscurità limpida è la caratteristica delle grandi opere. L'oscurità, nell'uomo superficiale è dovuta ad incapacità e difetto di tecnica e somiglia a una giornata di nebbia fitta, nell'uomo profondo è invece frutto della comunione col mistero e può paragonarsi a una notte stellata.

GHIBON

Non può esistere un vero scrittore (o pittore o musicista o scultore) senza il desiderio dell'eterno.

ENRICO EMANUELLI

La poesia è necessaria all'uomo; chi non ama la poesia ha uno spirito arido e pesante, perché i versi sono la musica dell'anima.

VOLTAIRE

Nei poeti sogna l'umanità.

HEBBEL

Quando scrivo la musica non so se sono nel mio corpo o fuori del mio corpo. Dio solo lo sa.

HAENDEL

Fra l'amore e la musica vi è questa differenza: che l'amore non può dare l'idea della musica, ma la musica può dare l'idea dell'amore.

BERLIOZ

Allorché l'anima è intonata a Dio ogni azione diventa musica.

INAYAT KHAN

Ogni personalità umana è come un pezzo di musica, che ha un tono ed un ritmo propri.

INAYAT KHAN

L'anima del mondo è stata conformata dall'armonia musicale. L'armonia è azione senza sforzo.

PLATONE

Conseguono il fine della vita quelli soltanto che sono in perfetta armonia con l'uomo e con la natura e perciò in serena comunione con Dio.

Sentenza indiana

Non esiste isolamento per colui che sa prendere il suo posto nell'armonia universale

ed aprire la sua anima a tutte le impressioni di questa armonia. Allora si giunge a sentire quasi fisicamente che si vive di Dio e in Dio; rianima attinge senza posa a questa vita universale.

MAURICE DE GUÉRIN

Non vi è maggior impedimento all'esser in buoni rapporti con gli altri, che riessere in disarmonia con se stessi.

BALZAC

L'uomo deve anzitutto creare la pace in se stesso se desidera vedere la pace nel mondo, poiché se gli manca la pace interna ogni suo sforzo sarà vano.

INAYAT KHAN

L'anima è Pace, io sono un'anima.

X

Quando la forza delle cose esterne giunge a turbarti, a scomparti, ritorna presto in te stesso e non rimanere fuori dell'armonia più di quanto vi sei costretto; perché tu sarai tanto più padrone del ritmo quanto più vi ritornerai.

MARCO AURELIO

Nella vita vi è un tesoro più prezioso assai dell'oro; vuoi saper che cosa sia: è la pace e l'armonia!

X

È quasi sempre in pace con gli altri chi è in pace con se medesimo.

X

La pace è tal bene che non si può desiderarne uno più caro, né possederne uno più utile

S. AGOSTINO

La pace non è la mancanza di guerra, ma una virtù che nasce dalla forza d'animo.

SPINOZA

La Pace risiede nella Verità e la Verità è liberazione.

X

Nelle silenziose profondità di voi stessi, oltre il turbine degli eventi, le immaginazioni, le memorie, i sentimenti, la Pace di Dio è sempre presente e aspetta che voi siate capaci di riconoscerla e di riceverla.

ADELE CURTIS

Tu puoi avere la pace soltanto se la dai.

MARIE VON EBNER ESCHE

La più grande di tutte le benedizioni umane è la Pace e il più degno di tutti gli sforzi umani è quello rivolto a instaurare la Pace.

PERCIVAL CHRISTOPHER WREN

Pace solida, pace imperturbabile e sicura, pace interna ed esterna; pace stabile sotto ogni aspetto.

Imitazione di Cristo

INDICE

Prefazione	Pag.	4
<i>Parte Prima: La ricerca</i>		
	Dal Dolore alla Meditazione	“ 7
I	Gioia - Dolore	“ 9
II	Energia - Volontà - Attività	“ 19
III	Accettazione - Distacco - Pazienza	“ 31
IV	Disciplina - Dovere - Ordine - Organizzazione - Abitudine .	“ 38
V	Raccoglimento - Riflessione - Meditazione- Preghiera.	“ 45
<i>Parte Seconda: Il risveglio</i>		
	Dalla Meditazione alla Comprensione	“ 54
VI	Bene - Male - Prosperità - Avversità	“ 56
VII	Umiltà - Modestia - Semplicità	“ 62
VIII	Ottimismo - Speranza - Coraggio - Fede	“ 67
IX	Bontà - Carità - Amore	“ 77
X	Saggezza - Comprensione	“ 90
<i>Parte Terza: La Meta</i>		
	Dalla Comprensione alla Pace	“ 102
XI	Umorismo - Paradossi - Motti di Spirito	“ 104
XII	Amicizia - Collaborazione	“ 115
XIII	Verità - Universalità - Spiritualità	“ 120
XIV	Giustizia - Libertà - Destino	“ 126
XV	Morte - Immortalità	“ 129
XVI	Arte - Bellezza - Armonia - Pace	“ 132