



Abbaye Saint-Joseph de Clairval

F – 21150 Flavigny-sur-Ozerain

3 settembre 2009

San Gregorio Magno, papa e dottore della Chiesa

Carissimo Amico dell'Abbazia di San Giuseppe,

« **B**ISOGNA che le nostre anime stiano ai piedi di Nostro Signore come quegli umili e semplici fiori che si trovano ai piedi delle montagne... Chiedo a Dio che non facciamo mai nulla per ostentazione, ma che facciamo il bene nell'ombra, considerandoci sempre come le più piccole nella Chiesa di Dio ». Queste parole di santa Teresa Couderc, fondatrice della Congregazione delle Suore del Cenacolo, rivelano ciò che fu la sua propria vita, una vita nascosta e di una sorprendente umiltà.

GESÙ stesso ci ha insegnato l'umiltà, con il suo esempio e le sue parole. I primi trent'anni della sua vita sono stati nascosti agli occhi degli uomini, a Nazaret. Molto spesso, in seguito, Egli ha raccomandato ai suoi apostoli l'umiltà, in particolare alla vigilia della sua Passione, quando, dopo aver lavato i piedi dei suoi discepoli, ha detto loro: *Capite che cosa vi ho fatto? Voi mi chiamate Maestro e Signore e dite bene, perché lo sono. Se dunque io, il Signore e il Maestro, vi ho lavato i piedi, anche voi dovete lavarvi i piedi gli uni gli altri. Infatti vi ho dato un esempio, affinché anche voi facciate come io ho fatto a voi. In verità, in verità vi dico: il servo non è più grande del suo padrone, né il messaggero più grande di chi lo manda. Se sapete queste cose, siete beati se le mettete in pratica* (Gv 13,12-17).

Marie-Victoire Couderc nasce il 1° febbraio 1805 in una frazione di Sablières, villaggio dell'Ardèche, in una famiglia che non è né nobile né del tutto plebea. Al Mas, vasta proprietà, si conduce una vita tranquilla, ma laboriosa. I genitori tengono alla buona educazione umana e cristiana dei loro dieci figli. La signora Couderc non esita ad alzarsi molto presto per andare a Messa due volte alla settimana. Ancora giovanissimi, i due figli maggiori, Jean e Marie-Victoire, cominciano a sentire i primi tocchi della chiamata divina. Le storie ancora recentissime della persecuzione dei sacerdoti e dei religiosi durante il Terrore confermano il loro desiderio di donarsi a Dio.

Verso la fine del marzo 1825, viene predicata una missione a Sablières. Maria Vittoria vi fa la conoscenza di padre Jean-Pierre-Étienne Terme, sacerdote missionario. Gli confida il suo desiderio di essere religiosa. Qualche mese dopo, padre Terme la riceve al noviziato di Aps, casa da lui fondata allo scopo di formare delle religiose dedite all'insegnamento nelle aree rurali. Maria Vittoria prende il nome di suor Teresa. A quell'epoca, padre Terme si occupa del pellegrinaggio di san Francesco Regis a La Louvesc. Un giorno, gli viene l'idea di aprire una casa per ricevere le donne in pellegrinaggio,

al fine di evitare molti scandali. Infatti, fino ad allora i locandieri davano alloggio nelle stesse stanze ai pellegrini dei due sessi. Egli fa costruire un edificio in cui installa tre religiose del noviziato di Aps: suor Agnese, suor Teresa e suor Regis. Nonostante la sua giovane età (ventitré anni), suor Teresa viene nominata Superiora. Le religiose di La Louvesc avranno una duplice occupazione: d'inverno, svolgeranno l'insegnamento nelle campagne; d'estate, si dedicheranno all'accoglienza delle pellegrine. Ma ben presto, il numero troppo elevato di donne che vengono accolte porta la disorganizzazione nella casa. La giovane Superiora ha allora un'ispirazione: non dare alloggio che alle persone che siano disposte a fare una novena o un triduo in onore di san Regis.

### **Un'impronta profonda**

Nel 1828, padre Terme fa un ritiro ignaziano che lo segna profondamente. Fin dal suo ritorno a La Louvesc, predica un ritiro per le suore e annuncia che da allora in poi per le pellegrine accolte nella loro casa verranno tenuti gli Esercizi Spirituali di sant'Ignazio. In breve tempo, il numero delle donne che partecipano ai ritiri diventa notevole; madre Teresa scriverà: « Eravamo ammirate a vedere il fervore con cui si facevano gli Esercizi ». Di fronte a questo successo, padre Terme si chiede se sia il caso di proseguire il lavoro delle scuole. A poco a poco, matura in lui la convinzione che debba rimanere solo l'opera dei ritiri.

Dopo la morte di padre Terme, nel dicembre 1834, l'opera dei ritiri viene affidata alla direzione dei padri gesuiti. Ben presto, le figlie di padre Terme si separano in due congregazioni: le insegnanti si chiameranno "Suore di San Regis" e quelle che si occupano dei ritiri "Suore del Cenacolo". In occasione della canonizzazione di Teresa Couderc, papa Paolo VI dirà: « È il Cenacolo un istituto religioso dedicato a Nostra Signora, la Madre di Cristo, che, in mezzo alla prima

comunità cristiana, attende, invoca e riceve in nuova pienezza l'effusione dello Spirito Santo, nel giorno di Pentecoste... È scuola di vita cristiana e di dottrina cristiana, è rifugio di silenzio e di meditazione, è clinica di riabilitazione per le forze morali e spirituali... Il Cenacolo è una istituzione specializzata per un servizio sociale di esercizi spirituali... Figli del mondo moderno, noi siamo in grado di apprezzare il carattere provvidenziale d'una simile istituzione... Questo bisogno di compensare in intensità religiosa e personale la vita solita dissipata nel fascino del male ( Sap 4,12 ), nell'attrattiva delle cose frivole o degli interessi profani, si addice agli uomini d'oggi che vogliono conservarsi cristiani e non perdere di vista il fine vero ed ultimo della nostra esistenza » ( 10 maggio 1970 ).

Per garantire il nostro cammino verso il fine ultimo, sant'Ignazio ci indica la tattica del nostro nemico, Lucifero, che, ispirando il desiderio delle ricchezze e l'amore del vano onore del mondo, vuole condurci a un orgoglio smisurato e di lì a tutti gli altri vizi. Nostro Signore, al contrario, ci attira a una completa povertà spirituale e al desiderio degli obbrobri e del disprezzo per far nascere in noi l'umiltà, che predispone alle altre virtù (cfr. *Esercizi Spirituali*, n. 142, 146). Viene presto offerta a madre Teresa l'occasione di mettere in pratica questa dottrina spirituale.

### **Disegni di misericordia**

Il 23 ottobre 1838, un rendiconto finanziario erroneo, redatto da una suora intrigante, induce il vescovo di Viviers, mons. Bonnel, a dubitare delle capacità di madre Teresa. Egli la destituisce dal suo incarico e nomina al suo posto una novizia nella quale ripone grandi speranze, conferendole il titolo di "Superiora fondatrice"!... L'umiliazione è profonda per madre Teresa. Ma si fa strada in lei una convinzione: la volontà di Dio sulla sua vita passa attraverso il rinnegamento di sé; ed essa accetta la sua destituzione per vivere nell'ombra. L'umiltà non è per lei fine a se stessa, ma il mezzo privilegiato per unirsi profondamente a Dio ed essere un docile strumento della sua santissima volontà. Questo atteggiamento deriva da una certezza di fede: « Siamo costretti a confessare e a credere, scriverà madre Teresa, che tutto ciò che Dio fa è ben fatto, e inoltre che ha sempre disegni di misericordia in tutto quello che Egli ordina o permette... Tutto ciò che proviene dal buon Maestro è buono come Lui ». Se anche può essere difficile per la natura riconoscere questa bontà di Dio in certe prove, è sempre possibile vedervi brillare un bene più prezioso ancora, la Croce: « Abbracciamo la Croce così come ci è data, chiede madre Teresa. Voi sapete che essa santifica tutto ciò che tocca da quando è stata essa stessa santificata da Colui che è la fonte di ogni santità; amiamola, se è possibile, perché più l'ameremo, più essa sarà per noi proficua ».

La nuova Superiora, che non ha la minima idea della vita religiosa, resta in carica solo pochi mesi, perché presto, di fronte alla confusione che introduce nella casa, il vescovo capisce che è necessario sostituirla. Sotto l'influenza di madre Teresa, la comunità elegge madre Contenet. Questa s'immagina che sia opportuno relegare la vera fondatrice, che ha ancora solo trentacinque anni, al rango più basso: spesso la umilia, anche davanti alle novizie, che, esasperando questo atteggiamento, trattano con derisione colei che non è più nulla nella casa da lei fondata. Le suore, testimoni di queste umiliazioni, si stupiscono della docilità di madre Teresa. Suor Regis dirà: « Rimase a lungo incaricata della cantina e del giardino, a sarchiare e annaffiare come una servetta ». La si tiene in disparte da ogni cosa, occupandola senza sosta in compiti che la lasciano lontana dalle ricreazioni.

### **Una sofferenza più viva**

« La missione d'una Fondatrice, spiegherà papa Paolo VI, diventa, in certi casi, dolorosamente drammatica, specialmente quando le difficoltà sorgono per iniziativa di chi esercita l'autorità nella Chiesa e da parte di chi condivide la sorte della vita comune, e cioè quando chi fa soffrire è persona venerata e buona, ed ha la veste della paternità o della filiazione spirituale. È questo un genere di sofferenza di cui, a prima vista, non si supporrebbe la possibilità, né tanto meno l'esistenza: essa incide su rapporti stabiliti nel campo della carità ecclesiale, che è quanto il Signore ci ha lasciato di più impegnativo e di più bello; ed è proprio per questo che ogni ferita a tali rapporti produce sofferenza più acuta. L'amore accresce la sensibilità e la porta dall'epidermide al cuore... Questa, si può dire, è la storia di Teresa Couderc » (*Ibid.*).

In mezzo a queste prove, la Madre sta attenta a non irritarsi; talvolta, pronuncia queste semplici parole: « Va bene », poi, chinando gli occhi, riprende il suo lavoro o se ne va con la sua consueta calma. Un consiglio dato a una consorella ci rivela la disposizione di fondo della sua anima: « Di' spesso a Nostro Signore per consolarlo: "Fammi la grazia di amare essere disprezzata, per assomigliarti un po'..." » Alla scuola di sant'Ignazio, madre Teresa ha concepito il desiderio di un'umiltà veramente perfetta che, per imitare Nostro Signore, « preferisce la povertà con GESÙ CRISTO povero, piuttosto che le ricchezze, gli obbrobri con GESÙ CRISTO sazio di obbrobri, piuttosto che gli onori », e desidera « essere considerata inutile e insignificante, per amore di GESÙ CRISTO che per primo è stato considerato tale, piuttosto che passare per saggia e prudente agli occhi del mondo » (*Esercizi Spirituali*, n. 167).

Tuttavia, le lotte interiori della Madre traspaiono in queste parole: « Bisogna tenersi sempre pronti ad accettare in anticipo tutto ciò che il Buon Dio permetterà o

ordinerà. È solo in questa disposizione che si trova il riposo o la pace... Mi vergogno della mia debolezza e soprattutto della mia poca virtù, io che ricevo a malincuore la croce, quando essa si avvicina. Ma no, la voglio, qualunque essa sia, e dirò sempre di buon grado : *Fiat! Fiat!...* La Croce porta sempre il suo frutto, quando la portiamo con sottomissione e amore ». Senza saperlo, madre Teresa agisce secondo l'insegnamento che san Benedetto dà nella sua Regola : « Il sesto grado dell'umiltà è quello in cui un monaco è contento di ogni cosa misera e spregevole, e in tutto quello che gli è comandato si considera come un cattivo e indegno operaio, dicendo con il Profeta : *Sono ridotto a nulla e nulla so, davanti a te sto come una bestia da soma, ma sono sempre con te* (Sal 72 [73], 22-23) » (cap. 7).

### **Il frutto dell'umiltà**

Nel 1842, madre Teresa viene inviata a Lione in una nuova fondazione. Per circa diciotto mesi, sola con una sorella, svolge i compiti più umili, in una casa insalubre. Ma la Provvidenza si serve di lei per l'acquisto di un'altra proprietà situata vicino alla cappella di Fourvière e molto più adatta all'opera dei ritiri. Poi essa rientra nell'ombra per molti anni, trascorsi in gran parte a Lione. Tuttavia, dopo la morte di madre Contenet, nel 1852, scoppia una grave crisi nella casa fondata a Parigi. Madre Teresa vi è inviata e, a forza di pazienza e di preghiere, riesce a raddrizzare la situazione. Nel novembre 1856, viene nominata Superiora a Tournon per preparare la vendita di questa casa della Congregazione. Il suo superiorato, che dura qualche mese, si riassume in una parola : la bontà. Questa, espressione della carità, sembra derivare dalla pratica dell'umiltà. Il grande maestro spirituale che è san Benedetto assicura, nella sua Regola (cap. 7), che attraverso i gradi dell'umiltà si arriva alla carità perfetta. San Paolo raccomanda ai Filippesi : *Abbiate le stesse disposizioni, lo stesso amore, gli stessi sentimenti ; cercate l'unità. Non fate mai nulla per spirito di rivalità o per vanagloria, ma abbiate abbastanza umiltà da stimare gli altri superiori a voi stessi. Ciascuno di voi non sia preoccupato di se stesso, ma anche degli altri* (Fil 2,2-4).

Dopo il suo soggiorno a Tournon, madre Teresa ritorna a La Louvesc, poi a Lione. Il 20 ottobre 1859, un padre gesuita tiene alle Suore una conferenza che la colpisce profondamente : « Egli disse, riferisce lei, che il divin Maestro chiedeva anime dedicate a compiacerlo, al compimento di tutte le sue volontà, vale a dire vittime offerte in sacrificio per la sua gloria e la salvezza delle anime... Pregavo, mi offrivo a Nostro Signore nel modo più completo di cui ero capace. Gli dicevo che non osavo offrirmi come vittima, perché le vittime dovevano essere pure per piacergli, e io l'avevo tanto offeso. Allora, Egli mi fece comprendere che mi voleva comunque, che mi gradiva in qualità di vittima e sentii distintamente queste parole : "Tu sarai vittima di olocausto". Non vi

era in me alcuna rivolta, aderivo interamente, ma ero tremante, sconcertata ». Nostro Signore le spiega che, in un olocausto, la vittima viene interamente consumata ; allo stesso modo, Egli desidera che in lei tutto sia per Lui. Non si tratta quindi necessariamente di essere divorata dalla sofferenza fisica o morale, ma consumata dalla volontà di appartenere completamente a Lui. Voler fare così la volontà di Dio non è rendersi schiavi di un Maestro esteriore e lontano, ma ascoltare il Signore presente nel più intimo della nostra anima.

### **Consegnarsi**

Verso la fine dell'agosto 1860, madre Teresa viene inviata alla casa di Montpellier. La mattina del 26 giugno 1864, il Signore le dà una grande luce : « Ho visto in una visione generale tutto l'universo cattolico e una moltitudine di altari su cui veniva immolata contemporaneamente l'adorabile Vittima. Il Sangue dell'Agnello senza macchia scorreva in abbondanza su ognuno di questi altari... Io provavo grandissimo stupore per il fatto che il mondo intero non ne fosse santificato... Ecco quello che mi è parso di sentire : il sacrificio è senza dubbio sufficiente di per se stesso, ma le anime mancano di corrispondenza e di generosità ; ora, questa generosità deve condurci a consegnarci a Dio. Ma che cosa significa consegnarsi ? ... Consegnarsi è morire a tutto e a se stessi, non occuparsi più dell'io se non per tenerlo rivolto verso Dio. Consegnarsi significa ancora non cercare più se stessi in nulla né per le cose spirituali né per quelle corporali ; cioè non più cercare la propria soddisfazione, ma solo ciò che piace a Dio ». La grazia ricevuta quel giorno completa nella sua anima quella dell'offerta come vittima di olocausto.

Negli anni che seguono, il Buon Dio concede a madre Teresa molte grazie di preghiera e luci sulla propria miseria e sulla Santità divina, in particolare questa : « Improvvisamente, vidi scritto, come a lettere d'oro, questa parola " Bontà " ... La vidi scritta su tutte le creature animate e inanimate, ragionevoli o no... Compresi allora che tutto quello che le creature hanno di buono e tutti i servizi e gli aiuti che riceviamo da ognuna di esse sono un beneficio che dobbiamo alla Bontà che ha loro comunicato qualche cosa della sua infinita bontà, affinché noi la incontriamo in tutto e dappertutto ».

Questa luce viene ad illuminare una delle meditazioni proposte da sant'Ignazio : « Contemplerò che tutti i beni e tutti i doni discendono dall'alto : la mia potenza limitata deriva dalla potenza sovrana e infinita che è al di sopra di me, e così anche la giustizia, la bontà, la compassione, la misericordia, ecc. ; come i raggi emanano dal sole, come le acque fluiscono dalla sorgente, ecc. » (*Esercizi Spirituali*, n. 237). Gli Esercizi hanno, in effetti, come fine quello di farci vivere vicino a Dio in

ogni cosa, in una fede che ce lo mostra all'opera anche negli eventi dolorosi della nostra vita.

**« Ti seguirò indipendentemente da questo ! »**

Nel 1867, il Cenacolo di Montpellier viene chiuso e la Madre fondatrice ritorna a Lione. Da molti anni, Dio la conduce verso la partecipazione alle angosce di GESÙ nel Getsemani. Scriverà in confidenza : « Per molti anni, non capivo come si potesse conoscere Dio e non amarlo. Vedevo ovunque la sua infinita bontà ed ero inondata di consolazioni. Nulla mi costava al suo servizio... Ma un giorno ho detto al buon Dio : “ Ti seguirò indipendentemente da questo ! ” Mi ha presa in parola e mi ha tolto tutto... Vidi ben presto che ero esaudita e seppi che cosa sono le desolazioni ». La sua salute in declino la rende già conforme a Cristo nella sua Passione : tutte le sue membra la fanno soffrire, in particolare le gambe ; diventa sorda al punto da non essere più in grado di seguire una conversazione in ricreazione. Ma soprattutto, la sua anima entra in agonia : vede e prova in se stessa la lotta che avveniva nel Cuore di GESÙ nel Getsemani ; prova il suo orrore del peccato, il suo incomparabile dolore causato dall'ingratitude dei peccatori e dalla loro cecità . La preghiera abituale di madre Teresa è : “ Mio Dio, abbi pietà di me ! ”

Durante i suoi ultimi anni, madre Teresa trascorre il suo tempo in una poltrona di paglia a fare diversi lavori, pregando contemporaneamente in silenzio.

*Chiunque si esalta sarà umiliato e chi si umilia sarà esaltato (Lc 14,11).* Questa parola divina, citata più volte nel Vangelo, si è realizzata prima di tutto in Nostro Signore GESÙ CRISTO di cui san Paolo ci dice : *Divenendo simile agli uomini, apparso in forma umana, umiliò se stesso facendosi obbediente fino alla morte e alla morte di croce. Per questo Dio l'ha esaltato e gli ha dato il nome che è al di sopra di ogni altro nome (Fil 2,7-9).* Nello stesso modo, santa Teresa Couderc « fu praticamente destituita da Superiora, le fu conteso il titolo di Fondatrice, le furono dati posti ed incarichi inferiori alle sue capacità ed ai suoi meriti. Qui ella appare grande : grande soprattutto nell'umiltà. Nel darsi, “ se livrer ”, com'ella ripeteva », dichiarava Paolo VI nella sua canonizzazione. La fecondità di questa vita umiliata è stata anche manifestata da abbondanti frutti spirituali, soprattutto nella Congregazione religiosa da lei fondata. Oggi, la Congregazione del Cenacolo conta 500 religiose che operano per la gloria di Dio in undici paesi.

Chiediamo a santa Teresa Couderc di insegnarci la pratica dell'umiltà che conduce alla perfetta Carità verso Dio e verso il prossimo.

Dom Antoine Marie  
o.a.b.

*P. S. Riceveremo con gratitudine ogni indirizzo di eventuali lettori o benefattori, che vi piacerà mandarci. La nostra lettera esiste anche in olandese, francese, inglese, spagnolo, tedesco. Richiedeteci liberamente lo scapolare del monte Carmelo con nota esplicativa, le promesse del Sacro Cuore, la nostra lettera sulle prove della religione cattolica, il tutto gratuitamente.*

*Le proponiamo anche un fascicoletto esplicativo di circa 80 pagine sullo scapolare di Nostra Signora del Monte Carmelo. € 7, comprese le spese di spedizione.*

- Dall'Italia : C.C.P. n° 34 127 100 Abbaye Saint-Joseph de Clairval – Abbazia San Giuseppe.
- Dalla Svizzera : C.C.P. “Abbaye Saint-Joseph de Clairval”, n° 19-5447-7, Sion.
- Dagli Stati Uniti o dal Canada : Assegni ordinari in \$ US o \$ Canadesi.

Pagamento a mezzo **bancomat** (Visa, CB, Mastercard, American express): *connettetevi sul nostro sito (www.clairval.com) o contattateci*

Telefax: 00 33 3 80 96 25 29

E-mail: [abbazia@clairval.com](mailto:abbazia@clairval.com)

<http://www.clairval.com/>