

LE PAROLE DEI PADRI DEL DESERTO

Uomini e donne contro la mediocrità

Devo ringraziare di cuore Lorenzo Eliseo e Giancarlo per l'invito... per me è un vero onore commemorare (Non mi piace molto questo termine, che parla di cose morte, invece molte cose sue sono vive) Giovanni Vannucci. Ancora quattordicenne ha avuto tra le mani tutti i libri curati da Vannucci nella collana "la cerca del Graal" ed ora mi ritrovo a scrivere in quella collana, a riprendere *I santi e gli animali* ideato da lui, e a ricevere la proposta di dirigere quella collana (proposta purtroppo da me rifiutata...). La mia formazione giovanile deve moltissimo a lui. Ricordo l'impatto della *Filocalia*, del libro de *La preghiera universale*, lo *Joga cristiano* ma soprattutto de *Le parole dei padri del deserto*. Tanto che sono diventati la mia passione! Per tutti i primi anni della mia formazione monastica mi sono nutrito di quelle parole, le ho ricercate come un cacciatore di tesori, ho cercato di non lasciarmene sfuggire nemmeno una. Pensate che per esser certo di avere tutti i detti mi son fatto inviare la collezione più completa dalla Francia, quella di Regnault dall'Abbazia di Solesmes! E poi ho ricercato tutte le altre fonti antiche che contenessero i loro detti: *La Storia Lausiaca*, la *Storia dei monaci* di Rufino, la *Vita di Antonio*, le *Conferenze* di Cassiano, il *Prato* del Mosco, *La scala* di Giovanni del Sinai (detto per l'appunto Climaco)

...

Dice bene Vannucci che il monachesimo «è la perla preziosa della Chiesa d'oriente e d'occidente» (intr. 7). La vita del cristiano delle origine era fortemente caratterizzata da una scelta radicale: Dio o Cesare, Dio o Mammona, non potete servire due padroni, quelli che sono del mondo e quelli che non sono del mondo... Come diceva Diogneto: «sembrano indugiarsi sulla terra, ma in realtà sono cittadini del cielo». Questa frattura era tale che per molti comportava irrinunciabilmente il donare la propria vita, esser seguaci suoi e non aver persecuzioni e martirio voleva in pratica quasi dire non esser cristiani!

Ma ad un certo punto avvenne la svolta. Non fu tanto l'Editto di Costantino a segnare la svolta, ma piuttosto quello successivo di Teodosio. Nel IV secolo quindi il cristianesimo è passato da religione perseguitata a religione dello stato. Il numero dei cristiani è aumentato enormemente, ma il loro livello morale e spirituale è scaduto. San Girolamo diceva che più aumentava il numero dei cristiani più diventava difficile trovare un vero cristiano. San Ilario scriveva che al tempo delle persecuzioni c'erano gli imperatori che bruciavano i cristiani nei roghi, adesso è peggio perché ci sono imperatori amici che, invitando i cristiani nei palazzi del potere, li destinano a bruciare nel fuoco dell'inferno.

Gli storici sono unanimi nel riconoscere in questa fase storica la nascita del monachesimo: nel momento in cui la Chiesa diventa un'appendice dell'Impero qualcuno ha deciso di non star più al gioco. Ma la meraviglia è stata proprio la modalità scelta: non ribellioni, non rivolte, non attacchi frontali... ma una rivolta tutta spirituale, non contro qualcuno ma per lo Spirito! Quantomeno non la lotta contro persone o istituzioni, ma ancor più radicale, ancor più oltre. La lotta contro tutto ciò che è all'origine del male: «l'amore per le ricchezze, l'incanto dei sensi, la sete di potenza terrena, l'attaccamento ai puri valori terreni...» come li sintetizza Vannucci. Gli strumenti fondamentali li elenca Antonio: «Le veglie, le preghiere, i digiuni, la mansuetudine, la povertà, la non considerazione delle

vanità, l'umiltà, la misericordia, il dominio dell'ira, e specialmente il puro amore per Cristo (*Vita Antonii*, 17).

Quindi nel generale clima di impoverimento morale si diffuse il movimento monastico, che voleva salvaguardare la purezza e l'integrità del messaggio cristiano con una vita di ascesi e di preghiera, attribuendo a questo anche una capacità di trasformazione sociale. G. M. Colombas, lo storico del monachesimo, ritiene che non si sottolineerà mai abbastanza la centralità della preghiera nel monachesimo antico. Per i padri del monachesimo vivere da vero cristiano voleva dire pregare incessantemente, dedicare a Dio tutto il proprio tempo. Vedevano nella marginalità della preghiera un segno di ateismo per loro "preghiera e vita cristiana sono inseparabili"; "pregare è una necessità vitale. La prova contraria è che senza preghiera ricadiamo sotto la schiavitù del peccato". "Niente vale quanto la preghiera; essa rende possibile ciò che è impossibile, facile ciò che è difficile. E' impossibile che cada in peccato l'uomo che prega"(G. Crisostomo).

1. Il fascino dell'Oriente

Vorrei qui rendere omaggio ad un grande interesse di padre Giovanni, l'amore per l'Oriente. E il fascino che può aver esercitato sul primo monachesimo. Questo è un capitolo della spiritualità cristiana, non sufficientemente indagato ma estremamente suggestivo, riguarda un certo fascino esercitato dall'estremo oriente su alcune esperienze di preghiera contemplativa monastica. La recente traduzione italiana di un testo arabo ritenuto un collegamento tra l'estremo oriente ed il vicino oriente, sia cristiano che musulmano, apre prospettive molto interessanti¹. Accreditati studiosi evidenziano sorprendenti similitudini tra l'esicasmò e la disciplina yoga². Il card. T. Špidlík, autorevole esperto di spiritualità cristiano-orientale, addirittura afferma che: «Per molti contemporanei è stata una scoperta venire a sapere che molti degli esercizi yoga erano praticati già parecchi secoli fa dai monaci cristiani»³. I pochi riferimenti all'astinenza in Estremo Oriente li abbiamo deliberatamente attinti dalle sole fonti sicuramente circolanti negli ambienti monastici primitivi. I padri della Chiesa hanno in parte subito il fascino di queste realtà⁴, e motivavano la scelta di astenersi dal consumare carne anche ricordando le consuetudini degli asceti

¹ Cfr. C. GREPPI, *L'origine del metodo psicofisico esicasta. Analisi di un antico testo indiano: l'Amrtakunda*, Torino 2011.

² Cfr. A. BLOOM, «Hésychasme: yoga chrétien?», *Cahiers du sud* 28 (1953) 177-195; J.M. DECHANET, *Yogin du Christ. La voie du silence*, Bruges 1956; M. ELIADE, *Yoga immortalità e libertà*, Milano 1982, pp. 71-74; R. GNOLI, «Hésychasm and yoga», *E&W* 4/3 (1953) 98-100; O. LACOMBE, «Sur le yoga indien», *Etudes Carmelitaines* 10 (1937) 170 ss.; Y. LELOUP, *Cos'è l'esicasmò*, Torino 1993; J. MEYENDORFF, *S. Gregorio Palamas e la mistica ortodossa*, Torino 1976; J. MONCHANIN, «Yoga et hésychasme», *Axes* 4 (1969) 13-21; C. NARDI, «Dante esicasta?», *Vivens Homo*, III/2 (1992) 357-383; ID., «Respirare Dio, respirare Cristo», *Rivista di ascetica e mistica* 3/4 (1992) 304-316; F. POLI, *Yoga ed esicasmò*, Bologna 1981; T. ŠPIDLÍK, *La preghiera esicastica*, in *La preghiera*, E. Ancilli (ed.), Roma 1990, Vol.I.; G. VANNUCCI, *Yoga cristiano*, Firenze 1978; KALLISTOS WARE, *La potenza del nome*, Cinisello Balsamo 1993; A. ZIGMUND-CERBU, «Lumières nouvelles sur le yoga et l'hésychasme», *Contacts* 26 (1974) 272-289.

³ T. ŠPIDLÍK, *L'arte di purificare il cuore*, Roma 2010, p. 66.

⁴ Queste suggestioni sono sopravvissute fino ai tempi odierni tanto da spingere il Magistero ad esprimersi in modo significativo a questo riguardo. Giovanni Paolo II nell'enciclica *Fides et Ratio* afferma: «Il mio pensiero va spontaneamente alle terre d'Oriente, così ricche di tradizioni religiose e filosofiche molto antiche. Tra esse, l'India occupa un posto particolare. Un grande slancio spirituale porta il pensiero indiano alla ricerca di un'esperienza che, liberando lo spirito dai condizionamenti del tempo e dello spazio, abbia valore di assoluto [...] Spetta ai cristiani di oggi, innanzitutto a quelli dell'India, il compito di estrarre da questo ricco patrimonio gli elementi compatibili con la loro fede così che ne derivi un arricchimento del pensiero cristiano» (*Fides et Ratio*, paragrafo 72).

indiani⁵. Secondo G. Desantis: «I padri della Chiesa avevano spesso alluso ai brahmani come ai depositari di una sapienza naturale e primigenia e di una morale in alcuni aspetti simile a quella cristiana»⁶. La forza di tali suggestioni fu tale che sopravvissero fino al medioevo⁷. San Girolamo si domanda perché mai il cristiano non debba fare lo stesso, e magari anche di più, di quanto facevano gli ebrei, che si rifiutavano di mangiare certi animali, o dei brahmini indiani e i gimnosofisti egizi, che si cibavano solo di orzo, riso e frutta⁸. Clemente alessandrino racconta che, tra gli indiani, i brahmini e quelli chiamati *semnoi* erano asceti rigorosissimi⁹, che si astenevano anche dal mangiare la carne. Ippolito attesta minuziosamente che la dieta dei gimnosofisti indiani era composta di frutti duri ed acqua, e non si cibavano di ciò che veniva da esseri viventi o da quelli passati attraverso il fuoco¹⁰. Perfino Tertulliano, Agostino, Ambrogio e Origene si richiamarono esplicitamente a questa millenaria tradizione¹¹. Tra i pochissimi scritti di Palladio vi sono ben due testi dedicati alla vita contemplativa, e viene spontaneo metterli in parallelo. Uno fu la celebre *Historia Lausiaca*, nella quale si narrano le gesta avventurose dei primi monaci cristiani; l'altro (di cui forse Palladio fu solo l'editore) è un libretto traboccante ammirazione per le tradizioni ascetiche indiane, tra le quali risalta quella di nutrirsi di sole erbe selvatiche e di ciò che la terra offre spontaneamente¹².

C'è una sorprendente somiglianza dell'esicasmò con i metodi di meditazione dello yoga testimoniata da vari studiosi.

Le similitudini sono relative:

- * all'immobilità
- * alla posizione esterna
- * al controllo della respirazione
- * al metodo di esplorazione interna
- * all'attenzione ad alcuni "centri" del corpo in relazione alla preghiera
- * alla recita continua di un'invocazione.
- * all'astinenza dalla carne

⁵ Raccontare gli esempi di vita ascetica e spirituale dei popoli 'barbari' fu un genere letterario di grande fortuna in epoca ellenistica: Filostrato racconta con entusiasmo dei brahmini dell'India e dei gimnosofisti delle rive del Nilo (cfr. J. BOUFFARTIGUE, intr. a PORPHYRE, *De l'abstinence* cit., p. xxxii); Aristobulo invece racconta di aver assistito ad una lezione di autocontrollo psicofisico impartita ad Alessandro Magno da due brahmini (STRABONE 15, 1, 61); Zenone lo stoico affermò che avrebbe preferito vedere un solo indiano avvolto dalle fiamme, che studiare tutte le dimostrazioni sul dolore (Cit. in *Stoici antichi. Tutti i frammenti*, R. Radice [ed.], Milano 1999, fr. [A] 241). J. Festugière ha cercato di dare un quadro completo di questo genere di letteratura prodotta in ambito classico (cfr. J. FESTUGIÈRE, «Sur le *De vita pythagorica* de Jamblique», REG 50 (1937) 470-494).

⁶ G. DESANTIS, intr. a PSEUDO-PALLADIO, *Le genti dell'India e i brahmani*, Roma 1992, p. 8.

⁷ Nel Medioevo, periodo di grande interesse per i mondi esotici, ebbe un notevole successo il libretto di Palladio (cfr. G. DESANTIS, intr. a PALLADIO, *Le genti* cit., p. 41). La versione latina che circolò durante quel periodo fu curiosamente attribuita a sant'Ambrogio, mentre sembra che sia stata opera di Rufino o addirittura di san Giovanni Cassiano, il monaco che introdusse l'esicasmò in occidente (cfr. *Ibidem*, p. 37).

⁸ Cfr. GIROLAMO, *Lettera CVII, A Leta*, 7; ID. *Contro Gioviniano*, II, 14.

⁹ Cfr. CLEMENTE ALESSANDRINO, *Stromati*, III, 7, 2. Le informazioni di Clemente potrebbero provenire dal suo maestro Panteno che è stato in India per un certo tempo (Cfr. EUSEBIO DI CESAREA, *Storia ecclesiastica* 5, 10, 1).

¹⁰ Cfr. IPPOLITO, *Confutazione di tutte le eresie*, 1, 24, 1. Ippolito ebbe una particolare attenzione per la filosofia dell'India cui dedicò un capitolo dei suoi *Philosophumena* (cfr. J. FILLIOZAT, «La doctrine des brahmanes d'après saint Hippolyte», *Revue de l'histoire des religions*, 130 [1945] 59- 91).

¹¹ Cfr. B. BRELOER-F. BÖMER, *Fontes historiae religionum Indicarum*, Bonn 1989, pp. 105 ss., che riporta tutti i riferimenti, nella letteratura patristica, alle tradizioni religiose dell'India.

¹² Cfr. PALLADIO, *L'India e i Brahmini* I, 11-12. 45; II, 7. 10. 16. 24. 37. 38. 43-51. Il testo non è attribuito unanimemente a Palladio, ma vi si è comunque riconosciuto il suo intervento. Si tratta di materiale che Palladio ha avuto a disposizione ed ha riadattato per il pubblico cristiano. Dai critici è ritenuta una descrizione realistica delle dottrine brahmaniche, pur se filtrate da un *interpretatio* prima greca e poi cristiana.

2. L'incredibile avventura dei padri del deserto

Ho voluto evitare di fare la classica relazione sui padri del deserto. A questo punto vorrei cercare di fare una trattazione originale del mondo dei padri del deserto per evitare di dire le cose già risapute, ed avrei individuato alcuni punti chiave:

- ξ La nostalgia dell'Eden
- ξ Il controllo dei pensieri
- ξ Il fuoco delle passioni
- ξ La ricerca del luogo del cuore
- ξ Paterità e figliolanza nel deserto
- ξ Il Mistero e l'essere di fuoco

Questo inevitabilmente comporta l'esclusione di tanti aspetti preziosi: il lavoro, l'ascesi, la solidarietà e la misericordia...

3. La nostalgia dell'Eden

a. *La popolazione animale del deserto e gli eremiti*

Oltre agli animali "immateriali", sono numerosi gli animali comuni che entrano nelle vicende dei padri del deserto. A volte si tratta di incontri ostili, altre invece fra uomo e animale si instaurano vere e proprie collaborazioni. Non era inconsueto incontrare un animale nocivo o feroce nel deserto, anche se qualche volta gli animali descritti sono forse inesistenti, o vere e proprie trasfigurazioni fantastiche di animali noti; per esempio coccodrilli, ippopotami e serpenti potevano venir percepiti dai monaci come mostri o draghi.

I santi padri sapevano però come difendersi: per esempio Ammonio fronteggiò un enorme e terribile serpente, che morì subito dopo lo scontro con il monaco. Abbà Ammon incontrò un basilisco vicino alla pozza dove si recava ad attingere l'acqua; di fronte al mostro, si gettò a terra e pregò e immediatamente «per la potenza di Cristo, il basilisco morì». Giovanni il Nano invece pregò per la salvezza di un monaco catturato da un coccodrillo, e allora un angelo liberò il monaco dalle fauci del feroce predatore che morì all'istante. A quel punto Giovanni pregò di «salvare dalla morte l'anima di quella bestia». Il coccodrillo fu allora resuscitato e subito si accoccolò ai suoi piedi come un agnellino. In seguito accompagnò il santo fino a destinazione nuotando a fianco della sua imbarcazione, mentre Giovanni gli gettava quotidianamente tre pani per nutrirlo.

Di solito infatti lo scontro tra il santo e l'animale pericoloso si risolveva senza causare la morte della bestia: con l'aiuto del Cielo l'animale si allontanava o diventava inoffensivo. Un pauroso ippopotamo rendeva la vita difficile agli abitanti di un certo luogo, che si rivolsero ad abbà Bes, il quale «avendo scorso la bestia, che era enorme, le comandò con voce dolce: "nel nome di Gesù Cristo, ti ordino di non devastare più il paese". L'ippopotamo, come scacciato da un angelo, sparì per sempre da quel luogo. Nello stesso modo, un'altra volta cacciò via un coccodrillo». Antonio coltivava vicino a una sorgente un piccolo orto da cui ricavava il necessario per sopravvivere nel deserto, ma gli animali che passavano da lì per andare ad abbeverarsi gli danneggiavano le colture; allora prese amichevolmente una bestia "in ostaggio" e disse a tutte le altre: «Perché mi fate torto? Io non faccio torto a nessuna di voi. Andatevene e, nel nome del Signore, non avvicinatevi più a questo luogo!». E da quel momento così avvenne! Nisteroo, invece, per non alimentare la vanagloria, fuggiva alla vista di bestie feroci piuttosto che utilizzare i suoi poteri miracolosi. Un'ultima, bellissima storia nei *Detti* ci chiarisce la visione dei padri del deserto, per i quali gli animali e la natura partecipano al mondo spirituale, e rispondono alle preghiere dei santi e agli ordini

divini. Quattro sacerdoti decisero di vivere insieme nel deserto e strinsero un patto che avrebbe permesso loro di restare uniti anche dopo la morte. Tre di loro si dedicavano solo alla preghiera e il quarto li serviva. Quando due sacerdoti morirono, furono portati nei cieli, e in terra rimasero l'ultimo monaco dedito alla preghiera e il compagno che lo serviva. Il monaco servitore cadde nel peccato di fornicazione. I suoi compagni lo videro dai cieli e supplicarono il Signore di mandare un leone a divorarlo, in modo che, pagando il debito dell'errore con quella morte violenta, riuscisse anche lui a raggiungere il luogo di riposo. E così il monaco peccatore, sulla strada di ritorno all'eremo, si trovò davanti un leone pronto a sbranarlo. Ma il fratello ancora in vita ebbe una rivelazione di quanto stava per accadere, e subito implorò il Signore di risparmiarlo il suo compagno. Il leone a quel punto si immobilizzò, confuso dalle due richieste contraddittorie, entrambe provenienti da uomini santi. Venne esaudito chi chiese pietà: il fratello che aveva sbagliato, vedendo le lacrime del compagno per la sua sorte, si pentì, e in breve tempo tornò alla perfezione precedente!

b. «Il deserto è come una città» coabitata da uomini e animali come un piccolo Eden

Il monachesimo del deserto ebbe una grandissima e rapida diffusione: i monaci che popolarono le distese selvagge e abbandonate del deserto furono così numerosi da far asserire ai contemporanei che «il deserto era diventato come una città»! Era una città nella quale gli anacoreti convivevano con gli animali selvatici, uniti, come abbiamo già visto, in una stretta collaborazione. Talvolta leoni o lupi visitavano con regolarità le residenze dei monaci, che volentieri li nutrivano. Postumiano narra di aver visto alcuni monaci sfamare un leone con della frutta; racconta anche di una lupa che andava ogni giorno a pranzo da un eremita, nelle ore canoniche previste dalle regole monastiche, e rispettando addirittura i giorni di digiuno. Un giorno però la lupa approfittò dell'assenza dell'abbà per arraffare un pezzo di pane, dopo di che non osò più mostrarsi al cospetto del monaco; quando tornò dando prova del suo pentimento fu perdonata, e ricominciò a condividere con lui il pasto alle ore stabilite, mantenendo sempre un'incredibile puntualità. Un santo anziano che viveva nei pressi del Giordano accoglieva i leoni nella sua grotta e li nutriva tenendoli in grembo. Un altro monaco della stessa zona chiese a un leone di non uccidere più per sfamarsi: in cambio della sua scelta vegetariana avrebbe provveduto lui stesso a procurargli il cibo. D'altronde il patto era reciproco, nessun monaco nel deserto infatti mangiava carne ed alcuni erano vegetariani espressamente per non uccidere animali! Quando infatti il santo Epifanio, vescovo di Cipro, mandò a chiamare abbà Ilarione dicendogli: «Vieni, incontriamoci prima di uscire dal corpo», egli venne da lui e gioirono insieme. Ma a pranzo furono serviti degli uccelli, il vescovo ne porse al padre Ilarione che protestò: «Perdonami, da quando ho indossato l'abito monastico non ho più mangiato animali uccisi». Tra le rare "madri" del deserto c'era ammassata Candida che «delle creature che hanno sangue e calore di vita non volle far cibo», espressione simile a quella usata dall'antico biografo riguardo a Samuele di Kalamon, che non mangiava carne: «né cosa da cui si versasse sangue».

Un anziano raccontò la storia di un bambino eremita che stava vicino alla sua grotta. Un giorno il bambino pregò a voce alta il Signore di concedergli di vivere armoniosamente con gli animali selvatici; appena terminata la preghiera, raggiunse una iena che allattava i suoi cuccioli e senza alcun timore si attaccò anche lui alla mammella della fiera.

Il santo abbà Agatone trovò una grotta che riteneva adatta alla sua vita di meditazione, ma ben presto scoprì che era già la dimora di un grosso serpente. Il rettile si offrì immediatamente di cedere il posto all'eremita, che invece lo supplicò di non farlo: «Se te ne vai non resto nemmeno io!». Da allora il sant'uomo e il serpente vissero in armonia:

andavano insieme a nutrirsi della linfa che sgorgava dalla corteccia di un sicomoro e, dopo aver mangiato, rientravano insieme nella grotta. Secondo Poemen, in certe circostanze può perfino risultare più semplice la convivenza con le bestie piuttosto che con i fratelli: «Se un uomo sopporta la compagnia di un fratello che abita con lui, può abitare anche con le bestie!». E proprio abbà Poemen trasse vantaggio dalla coabitazione con un leone: dormendogli a fianco si riscaldava nelle gelide notti invernali del deserto di Giuda.

Il grande fiume Nilo è certamente un dono di vita, ma in molti casi rappresenta anche una barriera naturale difficile da superare, considerando che è abbondantemente abitato da coccodrilli. Questi rettili però non mangiano i santi monaci, anzi talvolta hanno piacere di leccar loro il corpo. E quando poi il fiume è impossibile da guadare abbiamo visto che i coccodrilli si offrono volentieri di caricare i monaci sul dorso e di trasportarli da una riva all'altra.

Vi sono perfino casi in cui gli asceti condividono in tutto la vita degli animali. Il *Prato spirituale* racconta di curiosi monaci detti “pascolanti”, che si nutrivano esclusivamente di erbe e conducevano una vita errante. Uno di loro, Euprepio, affermava che il modo migliore per vivere è mangiare erbe, vestirsi di erbe, dormire sull'erba, tradizione viva anche nel monachesimo copto. Nei *Detti* ci sono racconti di anacoreti che vivono in mezzo ai bufali, a dimostrazione che per alcuni abbà la vita in comune con gli animali non era affatto una forma di penitenza. Si narra che il monaco Teone usciva di notte dalla sua cella nel deserto ed era accompagnato da una moltitudine di bestie selvatiche, che dissetava con la sua acqua. Intorno alla sua abitazione si potevano scorgere orme di bufali, di onagri, di gazzelle e di ogni specie di animali perché di loro «si deliziava senza posa».

La meravigliosa armonia che regnava tra i primi monaci e gli animali è ben motivata e spiegata da Regnault: «I padri del deserto e i santi, grazie alla loro sottomissione a Dio e alla loro umiltà, condividono il privilegio che aveva Adamo nel paradiso prima della caduta. Ma non appena seguono Adamo nel suo orgoglio e nella sua ribellione, ecco che perdono l'immunità e l'invulnerabilità di cui godevano. Da quel momento sono alla mercé del primo leone o del primo aspide che incontrano».

4. Il controllo dei pensieri e il combattimento invisibile

La comprensione e la percezione del mondo spirituale da parte dei Padri del deserto, appare straordinariamente più ricca e varia in confronto alla visione a cui noi siamo abituati, che si limita semplicemente al binomio angeli-demoni. La nostra mentalità moderna, infatti, così fortemente ancorata alla realtà materiale considerata fonte di ogni sana certezza, trova molta fatica nell'immaginare un mondo invisibile, sempre più oggetto di una visione riduttiva che tende a confinarlo nell'ambito dei sogni, dei fantasmi e delle illusioni. Al contrario agli occhi del mondo egizio, che costituì il substrato della cultura spirituale dei Padri del deserto, «il mondo visibile non era che apparenza fuggevole ed effimera, o più esattamente che i due mondi erano così intrecciati l'uno all'altro che era impossibile separarli».

Ma nonostante questo l'insegnamento dei padri è di una finezza psicologica attualissima!

a. I Padri del deserto e gli angeli

Poiché, come abbiamo visto, i vari mondi che costituiscono la realtà erano considerati come connessi tra loro e in continuo rapporto di scambio, nessun anacoreta si stupiva di incontrare un angelo o un demone, anzi essi erano per lui una componente naturale e probabile del suo orizzonte. Sono costanti gli insegnamenti degli Abbà, che descrivono l'azione degli angeli vicino al monaco che prega; essi, per esempio, lo affiancano nel

momento della preghiera incoraggiandolo, sostenendolo e pregando per lui, cercando così di contrastare la contemporanea azione dei demoni che fanno di tutto per distrarlo dalla preghiera. Ma è soprattutto al momento della morte che gli angeli intervengono per assolvere il compito più importante: portare le anime nei cieli. Ma nonostante che la loro azione sia continua ed efficace, gli angeli, per la maggiore parte del tempo restano invisibili e non è bene desiderare vederli. E' meglio, infatti, così si insegnava, vedere i propri peccati. Gli Abbà arrivavano perfino a dire: «Anche se ti apparisse veramente un angelo, non accoglierlo ma umiliarlo dicendo: “Non son degno di vedere un angelo, perché vivo nel peccato”». Così Evagrio racconta di quel monaco che mentre camminava nel deserto recitando le sue preghiere, non fece caso ai due angeli lo accompagnavano, uno a destra e uno a sinistra, proprio «per non perdere la parte migliore».

b. *I logismo*

La tradizione spirituale, collocandosi nella strada aperta dalla Scrittura, ha spesso paragonato l'ascesi ad una lotta, ad un combattimento contro i nemici dell'anima. Questa guerra è universale ed è presentata dagli autori in modi diversi: a volte l'anima è descritta come una specie di campo chiuso dove vizi e virtù si danno combattimento, altre volte è l'uomo stesso che entra in lotta e cerca di abbattere le forze avverse. Questa lotta è soprattutto contro i pensieri: «Tutto il combattimento dell'uomo avviene nei pensieri -dice lo Pseudo-Macario- e consiste nell'eliminare la materia dei pensieri cattivi». Così Origene, prendendo spunto da Matteo (cap.15) dice: «La sorgente e il principio di ogni peccato sono i pensieri cattivi ».

c. *“Personalità” dei pensieri*

Špidlík, sintetizzando quanto dice la tradizione esicastica su questo tema, individua alcuni “luoghi” fisici nei quali localizzare il pensiero, e questi sono quattro: «Possiamo aggiungere un quinto caso, cioè quando il pensiero resta “errante”, non legato a qualche luogo fisso. Questi, secondo Ramakrisna, rassomiglia alle scimmie capricciose. Simbolicamente ciò corrisponde all'insegnamento dei Padri greci sull'origine del male: i pensieri malvagi vengono “dal di fuori”, “vagabondano intorno a noi”».

Tutto ciò mostra chiaramente che, secondo la concezione tradizionale, i pensieri erano visti come entità autonome, con una loro consistenza, capaci di errare intorno al monaco e poter penetrare al suo interno impossessandosi delle leve che lo governano.

Così troviamo che i padri del deserto molto spesso fanno esperienza della visione di pensieri, le cosiddette “distrazioni” della meditazione, che vagano intorno alla cella, che cercano di penetrare nella mente del monaco. Pacomio ad esempio li vede mentre cercano in tutti i modi di farsi notare per distrarlo nel momento della meditazione e distoglierlo dalla recita continua della giaculatoria: scavano delle finte buche fuori della cella, gli fanno tremare la casa, fanno tutta una serie di cose ridicole per distrarlo, ma lui non li degna di uno sguardo.

E' sicuramente sorprendente notare la colorita varietà secondo cui i Padri vedono i pensieri agire intorno al monaco; ora essi appaiono come mosche o altro che ronzavano attorno al capo del meditante cercando di penetrare nella sua bocca, nelle sue orecchie e nei suoi occhi. Così Macario il giovane, nella sala della preghiera, vede i pensieri degli altri monaci come dei piccoli etiopi neri che girano qua e là durante la meditazione. Ora si fermano mettono loro le dita negli occhi per addormentarli o nella bocca facendoli così sbadigliare, oppure ne combinano di tutte facendo figure di donne o simulano di mettere

mattone su mattone. Insomma, dice Macario, «sembrava che studiassero di combinare le cose più disparate».

Fortunatamente però questa presenza infestante dei pensieri appare anche contrastata da quella degli angeli, che i Padri vedono spesso aggirarsi intorno ai monaci più zelanti e brandire una spada di fuoco, circondare il monaco con una siepe e cacciare questi molestatori.

Il linguaggio ricorrente negli apoftegmi in riferimento ai pensieri, mostra come ad essi si attribuisse un vero e proprio carattere “personale”. Quando, per esempio, i discepoli andavano dall’Abbà gli dicevano spesso: “Padre, i miei pensieri mi spingono a fare questo o quello”, come se quindi essi avessero una capacità di azione autonoma e incidente. Al riguardo possiamo ricordare altri aneddoti che ci mostrano gli “spiriti” che urlano nell’orecchio del monaco i loro messaggi: «Non è vero che stai per alzarti e uscire di qua alla svelta? Non sei forse sul punto di ritornare alle tue abitudini con noi?». creando sul poveretto molta confusione. Oppure, ancora, di un monaco che fu costretto dai pensieri ad abbandonare il deserto: «I pensieri peccaminosi gli si gettarono addosso tutti insieme circondandolo da ogni parte e facendo guerra alla sua mente e subito, fattolo prigioniero, lo portarono verso il mondo». Non mancano per ciò le raccomandazioni rivolte a chi desidera uscire vincitore dal conflitto con questi noiosi molestatori. Secondo Elia bisogna «essere in guardia contro i pensieri, i ragionamenti e le riflessioni» perché possono farci credere reali cose che, pur se viste con gli occhi sono in realtà inesistenti. Egli dice ciò ai monaci affinché, «anche se abbiate visto coi vostri occhi o sentito qualcosa, voi non lo ammettiate». Se da molte caratteristiche i pensieri cattivi sembrano essere nettamente distinti dai demoni, non sempre però questa distinzione è chiara e, talvolta, col nome di demoni sembra che i Padri intendono indicare i propri pensieri e le loro nefaste azioni, Poemen sembra invece distinguere in modo chiaro i pensieri e i demoni. Dicendo che in realtà i principianti non sono combattuti dai demoni ma dai pensieri, finché seguono la loro volontà: «Perché le nostre volontà sono divenute dei demoni e sono esse che ci fanno pressione affinché le mettiamo in atto».

Il combattimento coi demoni è per chi è molto più avanzato: «Ma se vuoi sapere con chi combattono i demoni, è con Mosè e i suoi simili».

d. Utilità dei pensieri.

Secondo gli antichi monaci anche la tentazione data dai cattivi pensieri poteva essere di grande aiuto; per la mentalità del tempo, infatti, ogni aspetto del mondo spirituale poteva avere una sorta di ambivalenza, per cui sta al monaco fare in modo che ciò che incontrava nel suo cammino fosse d’ostacolo o d’aiuto. Origene afferma che: «Ci vengono le tentazioni perché si renda noto come siamo e siano svelati i pensieri reconditi del nostro cuore». Infatti sono proprio i pensieri annidati nel nostro cuore che attirano quelli esterni, così che dal carattere di quelli che ci vengono da fuori possiamo sapere quello che si annida dentro di noi e così sconfiggerli.

I Padri ben consapevoli che non è possibile non avere a che fare con i pensieri e che tutto il progresso spirituale consiste dunque nel saper di scegliere quelli cattivi da quelli buoni, si da respingere i primi e accogliere i secondi. Così Mosè: «E’ impossibile che lo spirito non sia attraversato da molteplici pensieri, ma noi siamo padroni di accoglierli o respingerli». Si racconta anche che un monaco andò dall’Abbà e gli disse: «I pensieri mi mettono in pericolo». Allora l’Abbà lo portò fuori e gli disse: «Gonfia il petto fino a rinchiudervi i venti». E lui: «Ma è impossibile». Allora il vecchio: «Se non lo puoi fare non puoi impedire ai pensieri di venire, ma puoi resistergli». Allora luce di tutto ciò appare chiara l’espressione

di Antonio: «Chi non è tentato non potrà entrare nel Regno dei cieli...sopprimi le tentazioni e neanche uno si salverà».

e. *Il combattimento con i pensieri.*

I modi in cui i Padri affrontavano i pensieri erano molti, come diversi sono i caratteri delle persone, e spesso sono degni di una grande fantasia. Si sa che esistevano delle tecniche particolari e venivano insegnate a coloro che desideravano avventurarsi nel mondo della meditazione.

a) *Sceglierli.*

Un Padre ad esempio fu sentito da un fratello di notte mentre diceva: «"Basta, andatevene!"». E poi diceva: "Vieni qui amico mio". Il fratello entrò e gli chiese: "Abbà, con chi parlavi?". Rispose: "Cacciavo i cattivi pensieri e chiamavo i buoni"».

b) *Prevedere dove ti conduce.*

Zenone era assillato da un pensiero che gli diceva: "Prendi un cocomero e mangialo. Cosa vuoi che sia?". Ma lui replicò al pensiero: "I ladri hanno un castigo. Esamina dunque tu stesso se puoi sopportare il castigo". Si mise così per cinque giorni sotto il sole cuocente fino ad abbrustolirsi.. Allora disse al suo pensiero. "Se non puoi sopportare il castigo astieniti da rubare e mangiare".

c) *Disorientarli.*

Certi Padri, come Teodoro e Lucio di Enaton, passarono cinquant'anni "a prendersi gioco dei loro pensieri dicendo: "Dopo quest'inverno ce ne andremo di qui". All'arrivo dell'estate invece: "Ce ne andremo dopo quest'estate"". Un altro monaco, per disorientare un pensiero che lo spingeva ad uscire di cella per andare a fare visite, finse di partire, fece il giro della cella e finse di essere ospitato da un monaco, preparando perfino due piatti alla sua parca mensa. In questo modo si liberò di quel fastidioso pensiero.

d) *Non contrastarli.*

Talvolta può essere un bene rispondere alle distrazioni dandogli importanza, promettendo che ci si occuperà di loro. Vivranno allora in pace fino alla morte quando gli dedicherete un po' di tempo. Se persistono dedicargli un minuto di attenzione dandogli un appuntamento.

Discernere gli spiriti.

"Il lavoro del monaco -diceva un anziano- è quello di veder venire da lontano i pensieri". A ogni pensiero che sopraggiunge, bisogna domandare: "sei dei nostri o dei nemici? E sicuramente esso lo confesserà". I monaci, con l'aiuto della guida e allenati nella vigilanza, ottenevano il discernimento degli spiriti, capacità rara ma che si può allenare per piccoli passi.

e) *La lotta*

Il metodo di affrontare i pensieri è diverso in base al grado spirituale raggiunto. Giuseppe di Panefisi diede a Poemen una risposta differente da quella data ad un altro monaco e quest'ultimo se ne stupì. Andò allora a chiedere ragione di questo: come mai alcuni non devono lasciare mai entrare i pensieri nella mente e altri devono farli entrare e

lottarci? “Perché se le passioni entrano e tu dai e ricevi dei colpi lottando con esse, queste ti renderanno più provato...ma ci sono altri per i quali non è bene lasciarsi avvicinare dalle passioni”. Anche Evagrio e Cassiano fanno eco a questo insegnamento, la lotta corpo a corpo coi pensieri può far progredire, ma se troppo deboli fa crollare.

In ogni caso, anche se si lasciano entrare i pensieri non bisogna giocare con loro, ma affrontarli altrimenti diventerà impossibile da sfrattare, potrebbero diventare come i topi che infestano una casa, meglio ucciderli uno a uno finché sono pochi. Infatti se si permette loro di moltiplicarsi sarà necessaria molta più fatica a estirparli. E’ in questo senso che veniva comunemente interpretato il Salmo 136, 9: “Beato chi prenderà i tuoi piccoli e li sfracellerà contro la pietra”. Tanto più se si sa che la pietra è uno dei simboli comunemente accostato al mantra.

f) La vigilanza.

La vigilanza deve essere continua, Agatone affermava: “Non lascio salire nel mio cuore un solo pensiero cattivo, neanche il tempo di estrarre il fuso dal buco”. Un monaco per sapere quale era lo stato della sua mente adoperava un metodo ingegnoso: mentre lavorava teneva due cesti, uno a destra e uno a sinistra, ogni volta che gli veniva un pensiero buono lo metteva nel cesto di destra, se era cattivo in quello di sinistra. A sera contava i suoi sassi, se quelli di sinistra erano di più non mangiava. Se il giorno dopo gli veniva ancora un pensiero cattivo si diceva: “sta attento a quel che fai, perché rischi di non mangiare neppure oggi”.

g) La mente e il cuore di fuoco

Ma il metodo certamente più efficace è impegnare la mente con i pensieri giusti, o meglio ancora con la recita del mantra. In questo modo -insegna Poemen- è come una pentola, finché si trova sul fuoco una mosca non vi si può posare sopra, allo stesso modo finché la mente è scaldata dal mantra un cattivo pensiero non vi si può posare. *Man* significa la mente come nel latino *mens*, è la stessa radice.

I Padri amavano paragonare la recita del mantra alla pietra della macina sempre in movimento, non bisogna smettere di gettarvi grano buono altrimenti qualcuno può gettarvi zizzania.

f. La distruzione dei pensieri negativi.

Secondo Poemen i pensieri, come gli abiti smessi e abbandonati si decompongono, se non li “indossiamo” corporalmente, finiscono per dissolversi.

a) Pulizia della mente

Se i pensieri sopravvivono pensate cosa può essere di ogni cosa depositata nella nostra mente: tv, internet, rotocalchi...

b) L’esame di coscienza.

Antonio raccomandava ai suoi di annotarsi tutto come se lo si dovesse manifestare pubblicamente e gli diceva: “siamo certi che per vergogna d’esser conosciuti, smetteremo di peccare e di avere nel cuore qualche pensiero cattivo”. Che uso ne ho fatto di questo pensiero? Per il fine principale?

c) *Visualizzazioni*

C'è una tecnica preziosissima per programmarci con la volontà, non con riflessi condizionati, ma verrà insegnata al corso.

d) *L'intenzione.*

Come il creatore ha fatto il mondo, così noi possiamo creare dei mondi secondari. C'è un modo di pensare, sognare, immaginare col quale i sogni diventano realtà. Ciò che pensa l'Infinito diventa una persona, un angelo. Il suo progetto su di noi è un angelo, una luce che ci guida, però quando lui pensa le cose, diventano una persona ed è il nostro angelo custode, cioè quello che lui vede di noi che possiamo essere". Così l'uomo con la sua intenzione può fare una cosa del genere e difatti è una cosa che c'è un po' in tutte le tradizioni religiose. Pensate, se avete mai visto i musulmani quando fanno le preghiere, per loro, qualunque attività liturgica, rituale, perché sia valida, uno all'inizio deve dire "adesso fai questo", cioè dire l'intenzione, dirla a voce bassa o anche solo mentalmente, e se uno non lo fa è come se non avesse fatto nulla. Il fatto di dirla è quello che dà validità a tutto quello che fa, il dire l'intenzione che uno ha quando comincia una cosa. Anche per gli ebrei, pur essendo molto legalisti, l'intenzione è quello che fa che una cosa abbia valore, anche per le stesse cose rituali. Ma è una cosa più diffusa, è universale. Per gli antichi c'era Giano, quello con due facce, quello degli inizi, che vede gli inizi e vede la conclusione. Suo figlio si chiama *Pons*, da ponte, quello da cui scaturiscono le cose, le sorgenti. Nell'antichità i pitagorici dicevano questa cosa, che i romani dicevano con un'immagine, la dicevano con una frase "il principio è la metà del tutto", cioè se uno quando parte ha la giusta immagine è come avesse già fatto metà di tutta la cosa.

e) *Svelare i pensieri.*

Poiché il discernimento degli spiriti è l'arte delle arti, non si può certo pretendere che sia messo in atto da parte di un principiante. Per lui è necessario l'intervento di un padre "diacritico", cioè di una persona esperta a cui egli possa rivelare i propri pensieri per essere guidato nel loro discernimento. Questa pratica del rivelare si chiama *exagoreusis*.

Nei monasteri cenobitici tutti sono soggetti a quest'obbligo del resoconto di coscienza che Teodoro Studita definisce "un gran mezzo di salvezza". L'*exagoreusis* non è una confessione dei peccati, o almeno non è questo il suo primo e unico scopo, ma dei pensieri, per sapere se sono buoni o cattivi. Essa si presenta come una pratica assolutamente necessaria come afferma lo stesso Antonio: «Se può, il monaco deve confidare agli anziani tutti i passi che fa, tutte le gocce d'acqua che beve nella sua cella». Tale necessità, secondo Doroteo, è dovuta al fatto che, essendo noi appassionati, non dobbiamo assolutamente fidarci del nostro cuore, dal momento che una regola contorta rende contorto anche chi è retto; perciò non bisogna seguire il proprio giudizio. A riguardo della sincerità che deve caratterizzare il colloquio dell'*exagoreusis* Abbà Teone dice: «Niente rallegra tanto i demoni ed è così nocivo per i discepoli come quando nascondono i loro pensieri ai padri spirituali».

Un altro padre diceva ancora: «Se ti turbano i pensieri impuri, non nasconderli ma dilli subito al tuo padre spirituale e rimproverali. Quanto più uno nasconde i suoi pensieri, tanto più essi si moltiplicano e prendono vigore. Come un serpente che esce dalla sua tana subito fugge, così anche il pensiero malvagio non appena è manifestato subito si dilegua. Chi manifesta i suoi pensieri viene subito guarito, chi li nasconde invece è malato di orgoglio».

Interessante è, infine, quanto accade ad un discepolo restio a rivelare i pensieri al padre. Quando decide di farlo gli si affacciava questo pensiero: “Poiché sai bene ciò che è meglio che tu faccia, serviti di quello che hai letto; perché andare a disturbare il padre? Tu sai la cura che ti si addice non sei negligente, lo sai già cosa dice il padre!”. E ogni volta che si accingeva ad andare dal padre a manifestargli i pensieri, la guerra si calmava per artificio del demonio, così che non andasse; ma non appena aveva deciso di non andare, era di nuovo dominato dalle passioni.

Spesso la reticenza che porta il monaco a non rivelare nulla all'Abbà, si giustifica con la scusa che “egli sa tutto anche quando non gli viene detto” Però tale reticenza è quella che gli lega le mani anche quando sa effettivamente tutto del suo discepolo.

g. *La visione di Dio*

Un sacerdote pagano scese una volta a Scete e vide il modo di vivere dei monaci e domandò ad Olimpico: «Vivendo così non ricevete visioni da Dio?» [e Olimpico disse]: «No!». Allora il sacerdote...: «Quando noi sacrifichiamo a Dio lui non ci nasconde niente, ma ci rivela i suoi misteri. E voi, con tutti i vostri lavori, veglie, ritiri e asceti, dici che non avete alcuna visione! Sicuramente, se voi non avete una visione, è perché avete nei vostri cuori dei cattivi pensieri che vi separano dal vostro Dio. Ecco perché non vi svela i suoi misteri» [Olimpico] andò a riferire agli anziani le parole del sacerdote, e furono presi dall'ammirazione: «Sì, dissero, è proprio così, perché i pensieri impuri separano l'uomo da Dio».

5. Il fuoco delle passioni

L'argomento principale dei detti dei padri è quello del controllo dei pensieri e del controllo delle passioni

a. *Le passioni: impulsi per la crescita o pietre d'inciampo*

Ragionare di passioni con l'uomo contemporaneo può essere un'impresa ardua, poiché si rischia di rimanere schiacciati in una tenaglia: da un lato il moralismo ottuso, dall'altro la reazione di un libertarismo esasperato. In realtà entrambe queste posizioni non sono in grado di cogliere l'essenza delle passioni e il loro mistero.

In italiano il termine “passione” ha una connotazione negativa, poiché deriva da “patire”, ma in origine si parlava piuttosto di una medaglia a due facce. Gregorio di Nissa infatti parla di “potenze” create da Dio nell'anima dell'uomo, e destinate a «servigli da strumenti e attrezzi». Se però lo spirito ne perde il controllo, esse possono diventare energie dirompenti, proprie non più della natura umana, ma di un essere irrazionale. Solo allora tali forze divengono *pathé*, cioè passioni. Anche Giovanni Climaco dichiara che: «Si ingannano quanti affermano che alcune passioni dell'anima sono frutto di natura. Costoro ignorano che siamo noi a mutare in passioni malvagie delle dinamiche congenite in ciascuna natura creata».

Altrettanto indiscutibile è il fatto che le passioni, se incontrollate, diventano fonte di preoccupazione continua che impedisce di vivere veramente, oscura la coscienza, distorce la visione del mondo, toglie pace e libertà interiori, riduce a uno stato di vita non più autentica. Questo disordine interiore è all'origine della tensione conflittuale e dell'oscurità che promana dall'anima e dal corpo di chi vive in modo disarmonico. L'anima di colui che ha ristabilito l'ordine interiore è in qualche modo un'anticipazione del Regno futuro, e vive in familiarità con il mondo degli angeli: «all'anima incessantemente compunta stanno attorno in familiare intimità le potenze spirituali, sforzandosi di farle conseguire ciò che desidera». La restaurazione dell'armonia originaria tra le potenze spirituali trasforma l'anima in

un'immagine dell'Eden, in cui lo Spirito di Cristo, agricoltore spirituale delle anime, coltiva e prepara i cuori a produrre perfetti frutti spirituali, e irradia la sua luce.

Facendo riferimento ai grandi padri, possiamo quindi affermare che l'essere umano ha a disposizione delle "potenze" che se vengono mal indirizzate si trasformano in passioni. Ma sono proprio le passioni che possono essere utilizzate in direzione opposta per evolversi, compiendo un'operazione semplice, quella di ritrovare la giusta direzione, di "aggiustare la mira" (per inciso, la giusta accezione nel greco dei Vangeli del termine "peccato" è: "sbagliare la mira"). In questo senso le passioni non vanno considerate forze negative da reprimere, ma energie benefiche che bisogna saper educare perché trovino la giusta direzione. Nella letteratura patristica si afferma che persino il corpo in cui si è incarnato Cristo era soggetto alle passioni, ma senza alcuna inclinazione al male. Per questa ragione «sull'esempio di Cristo, l'uomo non può elevarsi verso Dio se non attraverso le sue passioni trasformate». A questo punto possono essere ben comprese le parole di Massimo il Confessore:

Anche le passioni divengono utili agli uomini intelligenti e virtuosi, ogni volta che le utilizzano per acquisire le cose spirituali [...] Per concludere, le passioni diventano buone in ragione del loro uso, per chi sa sottomettere all'obbedienza di Cristo ogni suo pensiero e la sua volontà»

b. Il luogo delle passioni

Le passioni hanno sede nel cuore dell'essere umano, come suggerisce il Vangelo stesso (cfr. Mt 15, 17; Mc 7, 19) ed insistono i padri del deserto. Le passioni si manifestano come cattive abitudini che deformano la percezione della realtà, e da alcuni padri vengono presentate come entità dotate di una concretezza quasi fisica. Come abbiamo visto nella tradizione dei Padri del deserto, si tratta di manifestazioni del pensiero, ma spesso vengono presentate come entità che, soprattutto nel tempo della preghiera, tentano di insinuare in noi immagini e idee, e possono anche prendere dimora nel nostro cuore.

Secondo Basilio Magno, le passioni traggono origine da semi che sono stati posti nel nostro cuore, semi la cui potenza, se ci comportiamo rettamente, genera una virtù; se invece agiamo male, pervertiamo la loro energia e la trasformiamo in passione. In pratica, la qualità del nostro agire è determinata dalla scelta tra l'assecondare l'inclinazione naturale del nostro cuore e il contrastarla. I semi corrispondono ai comandamenti biblici e contengono in sé, come ogni semente in natura, tutta la carica energetica necessaria a germogliare e fruttificare. Quindi nel nostro cuore è stata depositata, insieme a ogni potenziale virtù, anche l'energia necessaria a realizzarla nella vita. Nella letteratura monastica talvolta queste entità vengono descritte anche come scintille, semi di luce e di fuoco, o perfino come angeli preposti alla realizzazione di una specifica virtù.

Dall'ambivalenza di queste forze vitali si può comprendere quanto sia vasta la libertà dell'essere umano: sul piano simbolico questi "semi-scintille" diventano angeli, se ne seguiamo la naturale inclinazione, ma si trasformano in demoni se la rifiutiamo. Affermavo i padri che dentro il nostro cuore è collocato l'albero del bene e del male; abbiamo mangiato del suo frutto, e continuiamo a gustarlo ogni volta che ci facciamo trascinare dalle passioni; viceversa, educandole, possiamo gustare il frutto dell'albero della vita, che ci conferisce l'immortalità. L'albero proibito, il cui frutto avvelena l'anima, richiama immediatamente il serpente, anch'esso secondo alcuni padri dotato di ambivalenza. Durante l'Esodo biblico, gli Israeliti sono insidiati da serpenti velenosi, e a Mosè viene rivelato che, appendendo a un palo un serpente di bronzo, chiunque sia stato morso può essere salvato volgendo lo sguardo al rettile (cfr. Nm 21, 4-9). Gregorio di Nissa interpreta così l'episodio: i serpenti sono le

passioni, e chi viene morso è tramutato egli pure in serpente; ma se si appende al palo il serpente, cioè se si inchiodano alla croce le passioni, il serpente si trasforma, e la croce stessa diventa fonte di risanamento, in altri termini diventa l'albero della vita.

c. *Le passioni come forze "vitali"*

Nella tradizione monastica era ben chiaro che un "difetto", se orientato nel giusto modo, poteva nascondere in realtà una dote molto utile alla vita spirituale. Ogni perversione passionale corrisponde all'equivalente virtù esercitata in pienezza, ma è solo convertendo quella stessa passione, e non reprimendola, che si può raggiungere lo stato di beatitudine. Afferma Climaco, grande maestro di preghiera del Sinai: «Vidi anime impure furiosamente impazzite negli amori carnali; ed ecco, preso stimolo a convertirsi dalla loro stessa esperienza erotica, trasferirono in Dio la loro passione e, sorpassato ogni timore, si sentirono insaziabilmente spronate all'amore di Dio». È l'uso egoistico di queste potenze, nate per il bene, che le fa deviare, e non c'è aspetto umano che non possa esser letto in questa ottica. Infatti il Crisostomo afferma: «La competitività, che è stata data per emulare le virtù, voi l'avete trasformata in invidia». Un anziano abbà ricevette le rimostranze di alcuni padri che si lamentavano perché certi giovani confratelli erano molto zelanti nell'ascesi, ma solo per vanagloria. Il saggio anziano però rispose: «Intanto, mossi da questa motivazione, conducono una vita buona; senza questa spinta non avrebbero nemmeno affrontato i primi passi. Un giorno si accorgeranno che faticavano per un motivo da poco, e lo faranno con ancor più zelo solo per amore del Signore».

Lanfranco Rossi, sintetizza perfettamente il pensiero patristico a riguardo:

Se il naturale amore per il prossimo può pervertirsi nel desiderio di usare gli altri per il proprio godimento, è anche vero che una forte passione erotica può venire trasformata in un grande desiderio di fare felici gli altri. Allo stesso modo la spinta alla competitività può scadere nella smania di primeggiare, ma può anche diventare un potente impulso a perfezionarsi. È sempre la stessa energia, che può venire raddrizzata o perversa, dando luogo a potenze di natura angelica o di natura demoniaca. In questo modo, con le scelte che facciamo, popoliamo il nostro cuore di angeli o di diavoli, lo trasformiamo nel nostro paradiso o nel nostro inferno [...] Le *dynameis* dei semi presenti nel cuore, nella misura in cui assecondiamo la loro inclinazione naturale, ci orientano e ci conducono a Dio, attuano cioè la nostra divinizzazione. Sono quindi, inevitabilmente, delle spinte all'Infinito, e conservano questa loro dinamica anche quando si pervertono in passioni. Per questo le passioni vengono paragonate a un pozzo incolmabile; più vengono soddisfatte, più esigono, fino a distruggere completamente la vita di chi se ne fa schiavo. Ma viceversa, una passione potente nasconde una grande capacità di dedizione o di sacrificio. Per questo dei grandi peccatori si sono trasformati in grandi santi, mentre è facile che i tiepidi restino tali, nel bene come nel male.

d. *Il fuoco delle passioni*

Il Dio della Bibbia appare spesso "appassionato" alle vicende umane, pieno di uno "zelo" ardente; la sua un'intransigenza può essere paragonata a un «fuoco divorante» (Dt 4, 24). La parola greca "zelo" «viene da una radice che significa: esser caldo, entrare in ebollizione, che rende bene il termine ebraico *qin'ah*, la cui radice designa il rossore che sale al viso di un uomo appassionato». È lo stesso ardore che travolge l'uomo di Dio, spingendolo a proclamare: «lo zelo della tua casa mi divora» (Sal 69, 10; 119, 139). Si parla qui proprio del fuoco delle passioni, instillato nel cuore sotto forma di scintille di luce, come afferma san Basilio; ma se queste scintille, invece di diventare l'ardore di un'anima innamorata che sprigiona luce divampano nel fuoco delle passioni, possono dare origine a un incendio peggiore di quello della Geenna, e generare l'oscuro velo di fumo che ottenebra

il cuore. Infatti nella letteratura monastica cristiana l'impassibilità non è mai una fredda insensibilità, ma sempre qualcosa di infuocato. Esiste uno stretto legame tra impassibilità e amore: come dice Evagrio Pontico, «l'amore è figlio dell'impassibilità». È solo il fuoco dell'amore che può domare le passioni incontrollate: «Se amiamo sinceramente Dio, il nostro stesso amore scaccia le nostre passioni incontrollate». Quindi le scintille seminate nei nostri cuori devono far nascere il fuoco dell'amore per Dio, trasformando l'essere umano in un centro che irradia luce per tutti.

e. *Il dominio interiore e la signoria sulla natura*

Negli uomini spirituali c'era la chiara consapevolezza che il dominio interiore riportava l'uomo a uno stato di armonia in cui nulla di esterno può nuocere. Come Teodoro anche abbà Paolo prendeva senza timore in mano ogni sorta di rettili e animali velenosi: aspidi, scorpioni, cerasti. Quando i compagni gli domandarono come avesse acquisito questo potere rispose: «Se qualcuno ha acquisito la purezza, ogni cosa gli si assoggetta come ad Adamo, quando era nel paradiso prima della trasgressione del comandamento». Si trattava sicuramente di un insegnamento tradizionale, ripreso da numerosi monaci e riportato diffusamente nella letteratura. Giovanni Cassiano insegnava: «se i nostri vizi fossero corretti, vivremmo molto facilmente non dico con gli uomini, ma anche con gli animali e le bestie selvatiche».

Nella letteratura spirituale, come riportato frequentemente nella *Filocalia*, si dice che quando una persona tenta di entrare nel proprio cuore incontra prima di tutto gli spiriti tenebrosi con i quali deve lottare. La discesa agli Inferi è un tema classico nella letteratura mitica e spirituale di tutti i popoli, e presuppone che si debbano affrontare delle belve o dei mostri prima di raggiungere la meta profonda tanto agognata. Negli animali feroci che vanno affrontati si possono riconoscere le forze spirituali pervertite, per esempio l'amore per la bellezza o l'aspirazione alla perfezione possono trasformarsi nei demoni della lussuria, dell'invidia, dell'ira; questi demoni a loro volta attirano tutte le forze affini che popolano il cosmo. Abbiamo visto più sopra come nel cuore sono contenuti dei "semi" che risuonano nelle rispettive forze operanti nell'universo, perché i semi che abbiamo nel cuore corrispondono alle potenze che governano ogni specie vivente della natura. L'universo intero è presente dentro di noi, in quel microcosmo che è il nostro cuore. Quindi le passioni possono essere rappresentate simbolicamente come animali mostruosi che popolano il nostro cuore, o «belve che vanno ammansite», per usare l'immagine di Basilio Magno. Così infatti nel deserto di Giuda san Saba non teme Satana che gli è apparso sotto forma di un leone spaventoso; a ricompensa «Dio gli sottomise ogni bestia velenosa e carnivora».

L'uomo che fa questo, «se regola secondo la volontà di Dio ogni operazione, sia grande o piccola», acquista la cittadinanza dei cieli. Se le forze delle passioni vengono fatte agire secondo la loro vera natura, cioè obbedendo ai comandamenti, si trasformano in virtù, in atti di amore con i quali il nostro cuore si trasforma in un Eden popolato di animali mansueti. Il nostro cielo interiore può così brillare di forze luminose, corrispondenti e consone alle virtù e alle potenze che popolano i cieli e dirigono l'universo.

6. *La ricerca del luogo del cuore*

Scete è uno dei centri più famosi del monachesimo antico. Secondo un'etimologia tradizionale il nome significa "bilancia del cuore" e deriva da un episodio capitato a uno dei maggiori eroi del deserto egiziano: Macario il Grande, santo celebre per le prodezze ascetiche. Un giorno gli apparve un angelo che gli pose la mano sul petto, come per

misurarlo, e gli disse: “peso il tuo cuore”. Poi chiari: “Daranno a questo deserto il nome del tuo cuore.....Dio farà di te un dio di un popolo numeroso su questa terra”.

a. La scala

L'idea di un contatto primordiale tra terra e cielo successivamente spezzato è praticamente universale. Nella concezione tradizionale l'idea della crescita spirituale è sempre rappresentata come una crescita "verso l'alto". Questo contatto con l'alto può essere mantenuto grazie ad una via di passaggio che è rappresentata in vari modi: il pilastro, la colonna, l'albero, la montagna oppure la scala¹³.

Il simbolismo della scala era già noto nell'Antico Testamento a partire da Giacobbe. Quando a Harran gli apparve in sogno la scala che portava al cielo, sulla quale gli angeli salivano e scendevano, udì il Signore che dall'alto gli diceva: “Io sono il Signore, il Dio di Abramo!”. Allora si risvegliò pieno di paura e gridò: “Quanto è terribile questo luogo! Qui è proprio la casa di Dio, questa è la Porta del Cielo!” (Gn 28,12).

La scala quindi rappresenta sia la via di accesso alla "porta dei cieli", sia la comunicazione di Grazia dal cielo verso la terra¹⁴. La tradizione mistica insegna infatti che il cammino spirituale è segnato da alcune tappe precise, ben espresse dall'idea dei gradini della scala: sono i cosiddetti gradi della crescita¹⁵ che percorsi permettono di «elevarsi dalla terra per salire fino al cielo»¹⁶. Questa scala è inserita nell'uomo stesso, nel suo corpo, “Tempio della Spirito”: «La scala di questo regno è nascosta dentro di te, nella tua anima: Lavati dunque dal peccato e scoprirai i gradini per i quali salire»¹⁷.

La risalita lungo la scala è permessa da una forza spirituale che innalza, un fuoco serpeggiante che si trova alla base della scala dal carattere ambivalente, per cui nell'iconografia è spesso raffigurato come un serpente trafitto da una lancia (la cui punta ricorda però il bacino¹⁸) o come un drago alla base della scala:

Io vedo un scala di straordinaria grandezza che arriva in cielo...sui montanti sono fissati ogni sorta di ferri, vi sono spade lance uncini, gladi in modo tale che se qualcuno sale distrattamente e senza fissare la sua attenzione verso l'alto rimane lacerato e perde brandelli di carne sui ferri...[alla base vi era un drago]...Allora il drago come se mi temesse sparse la testa da sotto la scala e io salendo il primo gradino gli calpestai la testa. E salii e vidi un giardino immenso¹⁹

¹³ M. ELIADE, *Il sacro e il profano* cit., p.29. Cfr. anche M.M. Davy, *Scala*, in *Dizionario dei simboli*, Milano 1992, II, pp.328-334.

¹⁴ G. PENCO, *Scala* in *Dizionario di spiritualità*, III, Roma 1975, p.2261.

¹⁵ Molti autori spirituali a partire da Giovanni Climaco con la sua *Scala Paradisi* hanno utilizzato l'immagine della scala come simbolo di ascensione spirituale. Ad esempio Guglielmo di Saint Thierry descriverà *l'anabathmon* dell'anima che, attraverso sette gradi, si innalza fino alla vita celeste, gradi messi in rapporto con le sette porte del cielo. Ildegarda di Bingen e, dopo di lei, Onorio d'Autun e Adamo di Saint-Victor vedono nella croce di Cristo la Scala dei peccatori, ancora chiamata la divina Scala. Cfr. E. Bertaud-A. Rayez, *Echelle* in *Dictionnaire de Spiritualité*, IV, Paris 1960, 62-86. G. Champeaux S. Sterckx, *I simboli del medioevo* cit., pp.185-187.

¹⁶ SIMEONE IL NUOVO TELOGO cit. in DIZS, II 329.

¹⁷ ISACCO IL SIRO cit. in DIZS, II 329. Riti mitraici e collegamento tra una scala dei metalli e le ere della terra nello stesso articolo. Interessante anche la quantità dei gradini. Cfr. Ambrogio parla di sette gradi di letizia TP IV 323.

¹⁸ Angelo nell'EC V.i C.1247. Anche nell'iconografie raccolta da Muzj. Immagine scala al cielo in Giovetti p.150.

¹⁹ *Passio Perpetuae* 4.

Commentando questa visione Agostino dirà che la testa del drago forma il primo gradino della scala²⁰. E' un fuoco che va attizzato: «Il fuoco accende l'orazione che alberga nel cuore; e accesa questa e salita al cielo, si ha la discesa del Fuoco nel cenacolo dell'anima».

Commentando Lv 6,9-12 Procopio di Gaza dice che il fuoco dell'olocausto deve essere acceso nei cuori, offrendo il sacrificio di se che stabilisce al centro del mondo «tenendo l'intelletto immobile, come l'asse dei cieli, guardando come verso un centro l'abisso del cuore»²¹. Raggiungere la meta richiede quindi questa immobilità interiore che è superamento di ogni polarità e lo troviamo raffigurato anche nell'iconografia rendendo evidente un collegamento: quello tra l'asse cosmico e la croce. Spessissimo si trovano ai lati della croce la figura femminile e quella maschile o più spesso il sole e la luna per manifestare la riconciliazione di ogni opposizione²².

La scala della crescita spirituale è difatti spesso identificata con la croce: «Ecco la strada del Figlio appariva su questa scala. La croce si erge come una scala meravigliosa attraverso cui gli uomini sono stati veramente condotti al cielo...Egli stava sulla terra come una scala ricca di gradini»²³.

Questa risalita è possibile se si diventa tutto di fuoco come dice S. Ildegarda "voi dovrete essere colonne di fuoco"²⁴.

A tutti il Vangelo chiede di cercare la santità con tutte le proprie forze, per questo Basilio non amava distinguere tra diverse categorie di cristiani; considerava drammatico proprio questo: che alcuni si ritengano dispensati dall'applicarlo integralmente, si sentano dispensati da alcuni comandamenti. Invece a ognuno viene proposto di vendere tutto per acquistare il campo in cui è nascosta la pietra preziosa. Gli esicasti interpretavano questo campo di cui parla il Vangelo come una metafora per il cuore: è nel cuore che bisogna scavare per trovare la perla di valore inestimabile. Simeone il Nuovo Teologo, uno maggiori maestri dell'esicasmò, descrive l'esperienza sopraggiunta una sera, appena iniziò a ripetere la preghiera "Santo Dio" e cadde a terra in estasi, abbagliato da una luce infinita: "...dimenticai anche il luogo nel quale stavo, chi ero e dove mi trovavo, soltanto gridavo il *Kyrie eleison* -mi accorsi infatti di stare pronunciando quelle parole quando ripresi coscienza-...[quella luce] mi concesse di conoscere anche il modo col quale si esce dalla vita presente...cominciava dolcemente a scemare e come a contrarsi, io ripresi coscienza e mi resi conto di come di nuovo essa mi lasciasse solo nella vita:.....da gioia quando appare e ferisce quando si nasconde. Si fa vicinissimo a me e mi solleva nei cieli. E' un perla: e la luce mi riveste, mi appare come un astro e nessuno la può contenere; lampeggia come sole e io scorgo in essa racchiusa la creazione; mi mostra tutto ciò che è in essa e mi comanda di rispettare i miei limiti. Sono chiuso sotto un tetto e fra pareti, e mi apre i cieli. Sollevo i miei occhi in modo sensibile, per contemplare le realtà di lassù e tutto è come prima. Mi stupisco di ciò che è accaduto e odo una voce che segretamente mi dice dall'alto: questi sono enigmi e conoscenze iniziali..."

7. Paternità e figliolanza

Nell'esperienza spirituale, come conferma tutto l'insegnamento tradizionale, è necessario l'aiuto di un esperto per poter percorrere i diversi gradi della crescita: «Voi dunque riferite

²⁰ *Sermoni*, 280, 1.

²¹ Centurie spirituali in Filocalia

²² CHARBONNEAU-LASSAY L, *Il giardino del Cristo ferito*, Roma 1995 p161 168 203 269.

²³ GIACOMO DI SAROUG cit. in DIZS, II 331

²⁴ *visioni* p.142

al padre come figli le vostre esperienze e io, poiché sono più vecchio di voi, vi comunicherò ciò che so e ciò che sperimentai». L'esperienza è quindi un requisito indispensabile:

Se noi vogliamo giungere veramente e realmente all'autentica pienezza della virtù, dobbiamo assoggettarci a quei maestri, e prendere come guide coloro i quali, non con vani sogni e vane disputazioni, ma attraverso esperienze effettivamente vissute possono insegnarle anche a noi e così dirigerci come loro lungo lo stesso cammino²⁵.

L'esperienza non è certo il solo requisito perché una paternità sia veramente "spirituale": il suo essere spirituale include necessariamente la presenza dello Spirito di cui il padre è strumento e tramite. L'esperienza dei padri del deserto è veramente esemplare a questo riguardo, perché nasce e si sviluppa dall'esigenza di costruire un rapporto personale con un uomo capace di farsi guida nello sconfinato mondo dello Spirito. L'attrazione per il deserto era sempre mediata dall'attrazione per un uomo dello Spirito vivo e concreto; era l'esempio dato da Antonio, da Pacomio o da Shenute che finiva per popolare il deserto più che le città. Ma molti erano spinti verso il deserto soprattutto dalla certezza di potervi trovare qualcuno da cui farsi guidare: ecco perché la parola chiave dell'esperienza monastica delle origini, quella con cui è passata alla storia, è proprio padre, "abbà".

a. Il tirocinio dell'obbedienza

Nel deserto, alle origini dell'esperienza monastica, non esistevano regole scritte, quello che diceva il padre era la regola da seguire, come insegna abbà Poemen: «Attaccati ad un uomo che teme Dio e standogli vicino imparerai anche tu a temere Dio».

Il primo passo per entrare in un rapporto maturo di figliolanza spirituale è quello di allenarsi alla più fedele obbedienza, e questo per gli antichi si otteneva spesso con un durissimo tirocinio. Il discepolo preferito da abbà Antonio si chiamava Paolo: era sposato, ma accortosi che la moglie lo tradiva, fuggì presso Antonio per essere istruito sulla vita monastica. Antonio lo provò in mille modi: lo lasciò fuori dalla cella alcuni giorni a digiuno sotto il sole cocente prima di prenderlo con sé; gli fece rompere un vaso di miele e gli ordinò di raccogliarlo con un cucchiaino stando attento a non raccogliere anche la sabbia; gli fece intrecciare corde per poi disfarle, oppure cucire e scucire mantelli. Ma visto che mai borbottò, né si scoraggiò, né si indignò, lo prese tra i suoi più intimi. Grazie alla sua obbedienza acquistò il carisma di farsi obbedire da spiriti che neppure Antonio riusciva a scacciare.

La tradizione di mettere alla prova con molta severità chi chiedeva di essere iniziato all'esperienza monastica era molto diffusa; secondo abbà Giuseppe di Panefisi era la pratica comune: «all'inizio ai fratelli i padri non dicevano cose rette ma storte e se li vedevano compiere cose storte non dicevano più loro tali cose, ma la verità, sapendoli obbedienti in tutto». Lo spirito di fiducia, conquistato con grandi fatiche, poteva giungere a far fare miracoli veri e propri, come successe ad abbà Giovanni che venne mandato dal suo padre a prendere del letame di bue vicino ad alcune tombe in cui dimorava una iena. Giovanni gli chiese: «Come farò padre con la iena?» e lui scherzando: «Se ti assale legala e conducila qui!». La iena lo assalì, ma lui, secondo la parola del padre, la affrontò; lei fuggì ma egli la inseguì dicendole: «Fermati, il padre mi ha detto di legarti!». E, una volta presa, la legò e la condusse a lui. Tramandato come esemplare è l'episodio di Giovanni il Nano. Il suo abbà piantò un ramo secco nella sabbia, lontano dalle celle, e gli ordinò di innaffiarlo ogni giorno finché facesse frutti. L'acqua era lontana e Giovanni faticava ogni giorno per assolvere il

²⁵ GIOVANNI CASSIANO, *Le istituzioni cenobitiche* XII, 15, 1.

compito, finché il legno fiorì e fruttificò. Il padre commosso portò i frutti all'assemblea di fratelli e disse: «Ecco il frutto dell'albero dell'obbedienza».

Tutto questo potrebbe far credere che i padri fossero solo severi e impietosi, mentre sapevano essere capaci anche di grande delicatezza e grazie al loro elevato discernimento avevano una medicina adeguata per ogni malato: se dovevano educare con la misericordia sapevano ben farlo.

Abbà Ammone era padre di una comunità in cui c'era un monaco che peccava con una donna. Un giorno la donna fu vista entrare nella cella del monaco e i fratelli si agitarono e si radunarono per smascherarlo, e chiamarono subito anche Ammone. Il monaco se ne accorse e nascose la donna in una grande botte. Quando arrivò Ammone sapeva già cosa era accaduto, ma volle nascondere le cose. Si sedette sulla botte e diede ordine che cercassero per tutta la cella. Quando ebbero frugato dappertutto senza trovare la donna, Ammone rimproverò i fratelli dicendo: «Che significa questo? Che Dio vi perdoni». Li fece uscire tutti, prese la mano del fratello e gli disse: «Bada a te stesso» e questi non peccò più.

Anche abbà Antonio sapeva che, per quanto utile, la fermezza va alternata a momenti di tranquillità. Infatti una volta un tale che cacciava belve feroci vide il padre Antonio scherzare con i fratelli e rimase scandalizzato. Ma l'anziano, volendo fargli capire che occorre talvolta accondiscendere ai fratelli, gli disse: «Metti una freccia nel tuo arco e tendilo». Egli lo fece. Gli disse: «Tendilo ancora», e lo fece. Gli disse: «Ancora». E il cacciatore: «Se lo tendo oltre misura, l'arco mi si spezza». L'anziano allora gli rispose: «Così accade anche nell'opera di Dio: se coi fratelli tendiamo l'arco oltre misura, presto si spezzano. Perciò talvolta bisogna essere accondiscendenti con i fratelli».

b. La fiducia filiale

La pedagogia dell'obbedienza permetteva il raggiungimento dell'impassibilità del discepolo, ma soprattutto educava alla dipendenza dal padre spirituale, perché è tramite lui che viene nutrita la vita spirituale, è per mezzo suo che vengono presentate le occasioni da non perdere.

Infatti più di tutto, anche più di una vita ascetica e virtuosa, per la crescita spirituale è indispensabile l'obbedienza. Un monaco diligente, combattuto da un demone, per vent'anni lottò con astinenze e veglie,

ma non sentendo alcun giovamento andò e scrisse su una carta la sua tentazione e la consegnò ad un santo anziano gettandogli ai piedi con la faccia a terra e non avendo nemmeno il coraggio di guardarlo in faccia. L'anziano lesse e sorrise poi, fatto alzare il fratello, gli disse: -Figlio mio, metti la tua mano sulle mie spalle-. E avendo fatto ciò, l'anziano gli disse: -Sulle mie spalle, fratello, sia questa tentazione per quanti anni ti ha combattuto e per quanti anni sta per combatterti-. E quel tale fu così confortato, che non era ancora uscito dalla cella che la tentazione era svanita (Giovanni Climaco)²⁶.

Un monaco, ad esempio, praticava delle asceti durissime in segreto senza aver mai chiesto il parere all'abbà, e non riusciva a vincere la lotta contro i pensieri. Il padre, saputo in visione, lo riprese e gli impedì di continuare, e questo con stupore scoprì che nell'obbedienza superava la lotta con asceti ben più lievi.

Abbiamo visto sopra come i padri pur di aiutare la crescita di chi è loro affidato siano disposti a caricarsi dei pesi altrui. Mai lascerebbero qualcosa di intentato per la salvezza del discepolo, come mostrano le parole ardite di Sisoès quando il suo discepolo Abramo cadde

²⁶ GIOVANNI CLIMACO, *La scala del paradiso* XXII, 133.

in una tentazione. Levatosi in piedi tese le mani al cielo e disse: «O Dio, sia che tu voglia sia che tu non voglia, non ti lascerò se non lo guarirai».

Essere nelle mani di un santo anziano mette al riparo da tanti pericoli anche di fronte alla negligenza del discepolo. Abbà Shenute, ad esempio, vedendo che un suo discepolo stava morendo ma non era ancora pronto a partire, ottenne in preghiera che al posto suo fosse preso un altro, molto più diligente, che era pronto ad affrontare il passaggio verso il mondo spirituale. L'altro così poteva avere ancora del tempo per prepararsi e redimersi.

c. Le condizioni del rapporto

Indispensabile alla creazione di un rapporto vero col padre spirituale è un colloquio sincero, non gli si deve nascondere nulla. Abbà Poemen dice: «Niente rallegra tanto i demoni ed è così nocivo per i discepoli come quando nascondono i loro pensieri ai padri spirituali». È interessante a questo riguardo quanto accadde ad un discepolo restio a rivelare i pensieri al proprio padre, che era Zenone. Quando decideva di farlo gli si affacciava questo pensiero: «Poiché sai cosa è bene che tu faccia, serviti di quello che hai letto; perché andare a disturbare il padre? Tu sai la cura che ti si addice, non sei negligente, lo sai già cosa dice il padre!». E ogni volta che si accingeva ad andare dal padre a manifestargli i pensieri, la guerra si calmava per artificio del demonio così che non andasse; ma non appena aveva deciso di non andare, era di nuovo dominato dalle passioni.

Un altro abbà diceva: «Se ti turbano dei pensieri impuri, non nasconderli, ma dilli subito al tuo padre spirituale e rimproverali. Quanto più uno nasconde i suoi pensieri tanto più essi si moltiplicano e prendono vigore. Come un serpente che esce dalla sua tana subito fugge, così anche il pensiero malvagio non appena è manifestato subito si dilegua. Chi manifesta i suoi pensieri viene subito guarito, chi li nasconde invece è malato d'orgoglio».

Talvolta il discepolo giustifica la reticenza col pensiero che “il padre sa tutto anche senza dirglielo”. Ma anche se il padre ha veramente questa capacità cardiagnostica, la reticenza del discepolo gli lega le mani e gli impedisce di aiutarlo. Un monaco continuava ad andare dall'abbà senza confidarsi completamente, e permaneva nel suo tormento. «Ma un giorno l'abbà si voltò e vedendomi tormentato dai pensieri mi batté il petto e mi disse: “Che cos'hai?”. Come disse queste parole, mi parve che il mio cuore si aprisse. Caddi ai suoi piedi e lo pregai tra le lacrime...L'anziano mi disse: “Perché temi di parlarmi, anch'io sono un uomo. Risposi: “Abbà tu lo sai” . Ed egli disse: “Ma è necessario che tu lo dica”. Allora con grande vergogna gli manifestai la mia passione ed egli mi guarì».

Per mettersi nella giusta relazione col padre spirituale non basta confidargli tutto con assoluta sincerità, occorre anche curare l'atteggiamento con cui gli si chiedono le cose, altrimenti non si otterrà la risposta giusta. Alcuni discepoli notavano che il loro abbà dava a tutti carichi leggeri e solo a uno carichi pesanti; glie chiesero ragione e lui rispose: «Gli altri fratelli così come vengono pure se ne vanno, ma costui proprio per amore del Signore viene ad ascoltare una parola. È veramente operoso! Qualsiasi cosa gli dico la compie con zelo. Per questo gli dico la parola di Dio».

Dicevano infatti che non serve andare molte volte dal padre se non lo si fa «con fatica e con tutto il cuore come se si domandasse a Dio. E allora si ottiene». Chi manifesta i pensieri con negligenza o per mettere alla prova l'anziano non solo non ne trae giovamento, ma va incontro alla condanna.

Quando un discepolo si è messo sulla strada della vita spirituale e continua a seguire la propria volontà, arriverà «fino a perdere la ragione per aver messo la propria fiducia nelle proprie opere e rifiutato il comandamento di colui che dice: “interroga tuo Padre e ti consiglierà” (Dt 32, 7)». Il rimprovero di Antonio non sembri esagerato perché, a detta dei

padri, intraprendere questa strada e continuare a persistere nella propria volontà è come mettersi contro un torrente in piena, meglio restare sulla riva altrimenti si rischia di essere travolti, o peggio, come ammonisce il santo abbà, perdere la ragione.

La lotta contro i cattivi pensieri è l'impresa di ogni novizio della vita spirituale, «lotta, senza stancarti, con la tua mente, richiamandola a te quando divaga», ma l'obbedienza rende liberi anche dalla incapacità di vincere le distrazioni, come continua Giovanni Climaco: «ma il Signore da chi vive sotto obbedienza non esige un'orazione del tutto immune da distrazioni». D'altronde affidarsi a un padre permette di raggiungere una quiete profonda, priva di ogni preoccupazione, dovuta alla fiducia di essere in buone mani. Un buon discepolo è sempre un *amerimnos*: «Colui che si affida all'obbedienza del padre è libero da ogni preoccupazione e possiede la pace».

d. La presenza dello Spirito

Per bocca del padre si ricevono veramente le parole dello Spirito che nutrono e illuminano la crescita spirituale. Il *rhêma*, così si chiama nel linguaggio del deserto la parola autorevole del padre, è accolta come un veicolo di grazia, come una fonte di energia trasfigurante: «Abbà, dimmi una parola perché la mia anima ne viva».

Agli occhi dei monaci del deserto la garanzia dell'assistenza dello Spirito attraverso la bocca di una guida è cosa certa. Essi la ritengono possibile perfino attraverso la mediazione di una persona non ancora in stato di perfezione, perché è desiderio intensissimo dello Spirito di raggiungere e guidare chi vuole farne esperienza:

Quanti vogliono conoscere la volontà di Dio, devono morire a se stessi; e poi pregando con fiducia e semplicità e consultando il pensiero dei padri e dei fratelli, con umiltà e senza esitazione ricevere, come dalla bocca di Dio i loro suggerimenti, anche se le loro parole saranno contrarie al proprio modo di vedere, anche se le persone consultate non saranno troppo spirituali. Dio non è ingiusto da ingannare le anime che si umiliano al consiglio ed al giudizio degli altri con fede e semplicità: fossero pure, gli interrogati, irragionevoli e muti, colui che parla è l'Immateriale e l'Invisibile²⁷.

L'incontro col padre va quindi preparato curando l'atteggiamento e pregando molto. Gli apoftegmi tramandano una formula che i padri insegnavano per prepararsi: «Signore, metti ciò che vuoi sulla bocca dell'anziano perché me lo dica. Io accoglierò ciò che viene da lui come se provenisse dalla tua bocca. Confermalo, o Signore, nella tua verità».

Un episodio della vita di abbà Teodoro, successore di abbà Pacomio, può essere illuminante riguardo al rapporto col mondo angelico. Abbà Teodoro una notte in preghiera ebbe una visione: vide tutti i suoi discepoli come pecore e in mezzo a loro un angelo splendente con una spada di fuoco che li custodiva. Rivoltosi a lui l'angelo gli disse: «Chi veglia sui fratelli io o tu?». E così Teodoro capì.

È quindi grazie a questi padri, che nel deserto osavano definire gli "incorporei", è grazie a questi collaboratori degli angeli, che con sacrificio rivolgono lo sguardo verso i discepoli, che si può attingere a quella luce abbondantissima nella quale i discepoli sperano di potersi immergere alla fine del percorso, una volta risalita interiormente la scala che congiunge terra e cielo, e poter così dire: «Ho aperto la mia bocca ed ho succhiato lo Spirito» (Sal 118, 131), infatti chi attraverso l'obbedienza apre il suo cuore, succhia lo Spirito santo, che gli rivela i segreti di Dio.

²⁷ GIOVANNI CLIMACO, *La scala del paradiso* XXVI, 162

8. Conclusione:

Nostalgia dell'Eden e fedeltà ai comandamenti

L'osservanza dei comandamenti, se non improntata a una visione riduttiva di carattere esclusivamente moralistico, è la chiave che apre alla penetrazione dei mondi visibili e invisibili. Consente inoltre di comprendere i misteri della creazione:

[Disse Silvestro ad alcuni che erano venuti a visitarlo:] «Da quando mi trovo in questo luogo solitario, il lupo sorveglia la mia cella come custode fedelissimo; mi obbedisce sempre: evita ciò che gli è proibito e fa puntualmente ciò che gli è comandato» [...] Non c'è da meravigliarsi che un animale così feroce si dimostrasse tanto obbediente al servo di Dio. Infatti, dal momento che la sua anima era perfettamente soggetta al Creatore, non trascurando nessun comandamento divino, sembrava che avesse ottenuto l'antica signoria concessa al primo uomo su tutte le creature irrazionali²⁸.

In tutte le grandi tradizioni religiose esiste una regola che sancisce l'ordine del cosmo: nelle tradizioni orientali si parla di *dharma*, termine ormai noto anche in tutto l'Occidente. Esiste una legge divina che va capita e penetrata, e riguarda tutte le creature, inclusi gli animali. Secondo il profeta Geremia essi anzi la seguono meglio degli uomini: «Anche la cicogna conosce i suoi tempi, la tortora, la rondinella e la gru, il mio popolo invece non conosce il comando del Signore» (Geremia 8,7).

Abbiamo visto che nel terreno fertile del cuore umano sono stati seminati dei semi divini, delle scintille di luce. L'osservanza dei comandamenti è la via per risvegliare i semi o fare avvampare la scintilla. Da questo, afferma san Basilio, deriva la capacità di conoscere i misteri della natura e ogni capacità di operare prodigi²⁹; ma osservare i comandamenti permette soprattutto di entrare in relazione profonda con i principi di tutta la creazione, che sono già contenuti nel nostro cuore, e quindi anche con gli animali.

I comandamenti sono stati sintetizzati dal Maestro: Egli ci domanda solo di amare Dio con tutti noi stessi e amarsi a vicenda, e da questo saremo riconosciuti come Suoi discepoli. A seconda che accogliamo o rifiutiamo questo invito ad amare, in realtà coincidente con l'impulso stesso della vita, il nostro cuore si popolerà di potenze angeliche o di quelle avverse. Sono forze di origine divina, modellate dalle nostre libere scelte; qualcosa di intimamente nostro da cui non potremo mai scappare, e che costituirà la nostra vera eredità. È l'uomo stesso che, con la sua libertà, può trasformare il flusso di amore proveniente da Dio in un paradiso o in un tormento per l'anima.

Occorre quindi ritrovare la via per questo mitico Eden perduto. Secondo i Padri della Chiesa, la vita mistica consiste essenzialmente in un ritorno al Paradiso³⁰ e questa convinzione si fonda su un dato umano di valore universale. Lo storico delle religioni Mircea Eliade ha evidenziato come nell'essere umano viva una nostalgia struggente e ineludibile. La nostalgia dell'Eden:

una delle caratteristiche della restaurazione paradisiaca sarà per l'appunto il dominio sugli animali, che già costituisce la prerogativa degli sciamani e di Orfeo. Orbene, il ritorno al Paradiso si ritrova nelle forme arcaiche e primitive di misticismo [...] Vi è però un punto la cui importanza non può sfuggire a nessuno: l'esperienza mistica dei «primitivi», al pari della vita mistica dei cristiani, implica il ritrovamento della condizione paradisiaca primordiale. *L'equivalenza vita mistica = ritorno al Paradiso non è quindi un hapax giudeo-cristiano, creato*

²⁸ ANDREA DI GIACOMO, *Vita di san Silvestro* 7.

²⁹ Cfr. BASILIO MAGNO, *Sullo Spirito Santo*, 609c; *Sul battesimo*, 1565c

³⁰ Cfr. J. DANIELOU, *Sacramentum futuri*

dall'intervento di Dio nella storia; è un «dato» umano universale di incontestata antichità [il corsivo è dell'autore Ndr]³¹.

Ma il “luogo” dove è collocato il giardino incantato non è detto che sia distante dall'umanità. Se l'essere umano è un microcosmo, nel ripercorrere la via verso l'Eden deve inevitabilmente attraversare anche tutti i regni della natura che sono effettivamente presenti nel nostro corpo e nel nostro cuore. Abbiamo già visto come per Massimo il Confessore l'uomo sia la vera sintesi del creato: «Perché tutto ciò che è stato creato da Dio nelle diverse nature concorre insieme nell'uomo, come in un crogiolo, per formare in lui una perfezione unica, come un'armonia composta di suoni diversi»³². In una celebre omelia Basilio afferma che l'uomo è un microcosmo e, cercando dentro di sé, può scoprire la stessa sapienza che si dispiega nella creazione. L'uomo, immagine di Dio e microcosmo, contiene nel cuore le ragioni di tutte le creature³³. Per Massimo il Confessore il cosmo nel suo complesso è la grande incarnazione del Logos³⁴, in pratica è come se fosse l'infinita parola d'Amore pronunciata da Lui. Ogni essere esistente incarna quindi un frammento di questa parola d'amore, ma l'uomo nel suo cuore le contiene tutte, e quindi riassume in sé tutto il creato.

Facendo riferimento a un enigmatico versetto del Vangelo: «il Regno di Dio è dentro di voi», i mistici affermano che, quando uno ha purificato il proprio cuore e vi entra dentro, vi scopre le schiere celesti, le gerarchie angeliche, tutti i mondi spirituali; il cuore è definito, paradossalmente, un macrocosmo racchiuso nel microcosmo che è l'uomo³⁵. Allora la preghiera può diventare un tutt'uno con il coro degli angeli, e farsi realmente voce di ogni creatura. Quando uno trasforma il proprio caos interiore, cioè il disordine delle potenze che animano il corpo, in un *cosmos*, cioè in qualcosa che manifesta ordine, armonia e bellezza, diventa un'immagine dell'universo incontaminato. San Massimo il Confessore afferma che con la pratica dei comandamenti si diventa immagine vivente del Cristo, e che il sapiente, cioè colui che ha compiuto il proprio perfezionamento interiore, è imitazione di tutto il cosmo: cielo, sole, uccelli, serpenti. Perciò nel santo che prega è tutto l'universo che si sente intimamente collegato a Dio³⁶.

Le tradizioni mistiche affermano però che non è possibile esser fedeli a nessun comandamento, nemmeno a quello di amare Dio o il prossimo, finché permane l'agitazione interiore, finché cioè la mente vaga attratta da mille stimoli, attrazioni e interessi consumistici. Dato che il «principio della purificazione dell'anima è la quiete (*esichia*)», «bisogna cercare di tenere la mente nella quiete» afferma la *Filocalia*. Ma la premessa per raggiungere questo stato è quella che gli antichi chiamavano asceti: l'«esercizio (*askesis*) che piace a Dio»³⁷. Attraverso la vita ascetica i santi acquietano le agitazioni interiori, armonizzano le potenze intime che diversamente lotterebbero le une contro le altre distruggendosi. L'asceti si può far coincidere con quella che oggi, in ambito ecologista, è definita come “vita sobria”, che segue dei ritmi sani, che favoriscono l'equilibrio e la calma; all'asceti però va aggiunta l'imprescindibile pratica di accompagnare ogni azione con il ricordo di Dio.

E' comprensibile che i padri del deserto, gli stiliti e altri folli in Cristo, nonostante la loro ricerca della solitudine, finissero con trovarsi al centro dell'attenzione. In vita attirarono

³¹ M. ELIADE, *Immagini e simboli*, Milano 1987, p. 149.

³² MASSIMO IL CONFESSORE, citato da V. LOSSKY, *Teologia mistica della Chiesa d'Oriente*, Bologna 1985, p. 98.

³³ Cfr. BASILIO MAGNO, *Fa attenzione a te stesso* 7.

³⁴ Cfr. MASSIMO IL CONFESSORE, *A Talassio*, 61; 63.

³⁵ Cfr. L. ROSSI, «Il cuore cosmico nel monachesimo orientale» cit., p. 30-34.

³⁶ Cfr. MASSIMO IL CONFESSORE, *Capitoli a Talassio*, 60.

³⁷ BASILIO MAGNO, *Regole Ampie*.

folle enormi, dopo morti le loro colonne divennero luoghi di pellegrinaggio. Ottennero un numero notevolissimo di biografie, che figurano tra i documenti più importanti della storia della spiritualità, e nell'agiografia figurano come una elite spirituale. Indubbiamente, anche a prescindere dalle guarigioni e dai prodigi che operavano, è il loro stesso modo di vita ad avere qualcosa di sensazionale e a testimoniare una vocazione e una forza superiori. A chi obiettava che il Signore non chiede scelte di vita che possono sembrare follie, Teodoreto, vescovo di Ciro, replicava con l'esempio di tante stranezze che il Signore aveva comandato di fare ai profeti dell'Antico Testamento: a Isaia di andare in giro nudo, a Geremia di girare con un giogo sul collo, a Osea di sposare una prostituta, e così via. Anche nel loro caso, nota Teodoreto, qualcuno si sarà scandalizzato, o li avrà scherniti, ma chi sapeva capire vi intendeva un messaggio e una forza provenienti dal Cielo. Anche la condotta degli stiliti è difficilmente spiegabile se non si pensa a una chiamata divina che ha suggerito la scelta e poi ha dato la forza per portarla avanti fino in fondo.

Ma in fin dei conti l'importanza della loro testimonianza è proprio l'eccezionalità che ci invita a non esser mediocri.

Per ritrovare l'Eden perduto occorre quindi ritrovare la strada del proprio cuore. Nell'immagine mitica della Genesi l'Eden è descritto come un giardino da cui si diramano quattro fiumi, esattamente come dal cuore si diparte il flusso delle quattro vene principali. Il cuore è una realtà vasta e articolata, popolata da tanti esseri; è un universo con un suo cielo; al suo interno soffia lo Spirito. Come l'aria del cielo può essere tenebrosa o ricoperta di nubi, così il cuore di norma è avvolto da un velo di tenebra. Questa tenebra è il fumo prodotto dal fuoco delle passioni non educate, che oscura la preghiera e impedisce di vedere Dio³⁸. Ma la porta dell'Eden è sbarrata dal cherubino con la spada di fuoco: il fuoco è l'ardore spirituale. Dopo la caduta l'ardore spirituale si è tramutato nel fuoco delle passioni incontrollate, quegli impulsi che tengono l'uomo lontano dal paradiso situato nel suo cuore. Occorre quindi tornare a essere tutti di fuoco, il fuoco dell'amore per Lui, per gli altri, per tutte le creature. Allora ci si sentirà di nuovo a casa, e la nostalgia struggente per la Bellezza, la Giustizia, l'Armonia, che tormenta gli animi di tutti gli esseri sensibili, sarà benedetta per averci spronato a ritrovare la strada.

³⁸ Cfr. MACARIO EGIZIANO, *Parafrasi*, 37; in *Filocalia* III, p. 286.

EXTRA

9. La preghiera al centro della vita del cristiana

Qualcosa del genere lo dice anche il nostro *Catechismo* (2732) quando afferma che “la tentazione più frequente è la mancanza di fede”, un ateismo non dichiarato, ma di fatto, che consiste nel “mettere come prioritari mille lavori o preoccupazioni, ritenuti urgenti”, mentre la preghiera è confinata in un angolo, ai ritagli di tempo, come ultimo rifugio. Una tale condotta è rovinosa, perché l’uomo si mantiene umano solo nella misura in cui vive nell’unione con Dio, a immagine del quale è fatto. “Il mondo sussiste grazie alla preghiera, ma quando la preghiera verrà meno, il mondo perirà” (Silvano del monte Athos); “Chi prega fa scendere benedizioni su tutta l’umanità, quando la terra non avrà più di queste anime, le sarà tolta la forza che la salva dalla catastrofe” (Ireneè Hausherr SJ).

Il Dio che ci ha creato chiama costantemente l’uomo all’unione con Sé. In ogni istante attende la risposta dell’uomo. “Noi impariamo a pregare in momenti particolari, ... ma è in ogni tempo, nelle vicende di ogni giorno, che ci viene dato il suo Spirito perché faccia sgorgare la preghiera” (*Catechismo* 2659). La norma di una vita cristiana non è dunque la preghiera ogni tanto, ma una vita che è tutta di preghiera, in ogni momento. “Non ci è stato comandato di lavorare, di vegliare e di digiunare continuamente, mentre la preghiera incessante è una legge per noi” (*Catechismo* 2742). E questo non solo per i monaci o i religiosi, ma per ogni cristiano. I padri del deserto volevano quindi porsi come un esempio di vita integrale cristiana. Per tutti!

10. La preghiera continua

Quattro volte il Nuovo Testamento richiama alla preghiera continua, la presenta come a una necessità, non come un di più per qualche persona speciale. Gesù racconta la parabola del giudice iniquo e della vedova insistente “per mostrare loro che dovevano pregare sempre senza stancarsi mai” (Lc 18, 1-8). Il *Catechismo* (2742) cita i passi delle lettere di Paolo: “Pregate incessantemente” (1 Ts 5,17), “pregate incessantemente con ogni sorta di preghiere e suppliche” (Ef 6,18), “rendendo continuamente grazie per ogni cosa a Dio Padre nel Nome del Signore nostro Gesù Cristo” (Ef 5,20). E’ la tradizione della Chiesa, dall’antichità ad oggi.

Giovanni Crisostomo, nell’*Omelia sul diavolo tentatore*, dice che nel giorno del giudizio non ci verrà chiesto perché non abbiamo digiunato o fatto elemosine o pellegrinaggi, perché uno potrebbe rispondere: “non avevo soldi, salute, forza fisica”; ma ci verrà chiesto: “perché non hai pregato di più?” infatti ricchi o poveri, sani o malati, “in qualunque condizione si può fare la preghiera continua”.

Il *Catechismo* ci indica anche il modo: “Prega incessantemente colui che unisce la preghiera alle opere e le opere alla preghiera. Soltanto così possiamo ritenere realizzabile il principio di pregare incessantemente” (2745). “E’ possibile, anche al mercato o durante una passeggiata fare una frequente e fervorosa preghiera. E’ possibile anche nel vostro negozio, sia mentre comprate sia mentre vendete, o anche mentre cucinate” (2743).

Il metodo pratico per realizzarla è quello indicato da san Agostino in una pagina della *Lettera a Proba*, riportata anche nel Breviario. Egli porta l’esempio dei monaci egiziani che usano ripetere una breve invocazione durante il lavoro o le altre occupazioni della giornata.

Sono come frecce “iacula” scagliate continuamente verso il cielo. Da questa espressione deriva il termine “giaculatorie”, che indica le formule brevi di preghiera. Hanno il pregio che possono essere ripetute senza sforzo di memoria e non richiedono un’attenzione esclusiva, perciò possono essere recitate in qualunque momento, anche quando si è impegnati nei normali lavori quotidiani. Utilizzando una giaculatoria diventa possibile la preghiera incessante, perché la mente la fa propria fino a mantenere la recita anche nel sonno. Per questo motivo, nel corso dei secoli, la preghiera giaculatoria è stata la preghiera prediletta e raccomandata dai santi. Come dice san Francesco di Sales, “Nell’esercizio del raccoglimento spirituale e delle preghiere giaculatorie si trova la profonda radice della devozione: può supplire alla mancanza di tutte le altre forme di preghiera. Ma se manca, non c’è modo di rimediare. Senza questo esercizio non è possibile la vita contemplativa, anzi sarà mal condotta anche quella attiva; senza questo il riposo è ozio, il lavoro preoccupazione; perciò ti supplico di abbracciarlo con tutto il cuore, senza staccartene mai!” (*Filotea*, 106).

Se si legge con attenzione la vita dei santi si scopre che, in genere, ognuno aveva la propria giaculatoria, e che ce ne sono di tantissimi tipi. Tra tutte, nel corso dei secoli, quella che ha ottenuto maggiore diffusione è l’invocazione che contiene il nome di Gesù nella forma “Signore Gesù, abbi pietà di me”, o altre espressioni simili.

11. Il canto della creazione

Penetrando nella legge del cosmo, comprendendone la struttura attraverso l’osservanza dei comandamenti, la Grazia permette anche di comprendere i segreti racchiusi nel cuore dell’uomo. Nella mistica cristiana si afferma che nel silenzio della preghiera va cercata la porta del cuore che dà accesso a tutti i mondi interiori e consente di andare in profondità, fino a raggiungere il luogo della Sua presenza. Chi perviene a questo luogo trasforma il mondo attorno a sé, ricreando le condizioni di un piccolo Eden, e può dunque entrare in un colloquio speciale con tutto il creato udendone la “voce”. L’esperienza narrata da numerosi santi non ci autorizza però ad attribuire alla creazione delle caratteristiche antropomorfe, semmai svela la profondità spirituale della creazione e l’assistenza dei mondi angelici a tutto il mondo della natura.

Anche il celebre pellegrino russo, grazie alla sua esperienza di preghiera profonda, affermava: «quando [...] io pregavo nel profondo del cuore, tutto ciò che mi stava intorno mi appariva sotto un aspetto stupendo: gli alberi, l’erba, gli uccelli, la terra, l’aria, la luce, tutto sembrava dirmi che ogni cosa esiste per l’uomo, testimonia l’amore di Dio per lui, e tutte le cose pregavano e cantavano Dio e la Sua gloria [...] Così compresi quella che la *Filocalia* chiama “la conoscenza del linguaggio di tutte le creature” e colsi la possibilità che ha l’uomo di dialogare con le creature di Dio».

I *Racconti di un pellegrino russo* descrivono meravigliosamente, in una pagina meritatamente celebre, che cosa accade in preghiera, quando la mente, raggiunto il silenzio dei pensieri, scende nel cuore:

mi dava una letizia che avrei ritenuto impossibile su questa terra, e mi domandavo come le delizie del regno celeste potessero essere maggiori di queste. Non solo sentivo questa luce dentro la mia anima, ma anche il mondo esterno mi appariva bellissimo e incantevole, e tutto mi stimolava all'amore e alla gratitudine per il Signore: la gente, gli alberi, la vegetazione, gli animali. Erano tutti miei familiari e su ogni cosa vedevo impresso il miracolo del Nome di Gesù. A volte sentivo una tale leggerezza come se non avessi più corpo, e anziché camminare volteggiassi beato nell'aria; quando rientravo in me stesso vedevo chiaramente tutto il mio interno e mi stupivo della saggissima struttura del corpo umano; a volte provavo una gioia così intensa, come se mi avessero eletto imperatore. E in tutti questi momenti di gioia desideravo che Dio mi concedesse di morire al più presto e di effondermi in gratitudine ai suoi piedi nel mondo degli spiriti.

È proprio la grande esperienza, descritta dal Pellegrino, preparata dalla incessante recita del Nome, che apre le porte alla conoscenza e all'ascolto del meraviglioso canto di tutte le creature.