

Antirrhetikos (Gli otto spiriti malvagi) di Evagrio Pontico

Capitolo 1

La gola

L'origine del frutto è il fiore e l'origine della vita attiva è la temperanza chi domina il proprio stomaco fa diminuire le passioni, al contrario chi È soggiogato dai cibi accresce i piaceri. Come Amalec È l'origine dei popoli così la gola lo È delle passioni. Come la legna È alimento del fuoco così i cibi sono alimento dello stomaco. Molta legna anima una grande fiamma e un'abbondanza di cibarie nutre la cupidigia. La fiamma si estingue quando viene meno la legna e la penuria di cibo spegne la cupidigia. Colui che ha potere sulla mascella sbaraglia gli stranieri e scioglie facilmente i vincoli delle proprie mani. Dalla mascella gettata via sgorga una fonte d'acqua e la liberazione dalla gola genera la pratica della contemplazione. Il palo della tenda, irrompendo, uccise la mascella nemica ed il lògos della temperanza uccide la passione. Il desiderio di cibo genera disobbedienza e una diletta degustazione caccia dal paradiso. Saziano la strozza i cibi fastosi e nutrono l'insonne verme dell'intemperanza. Un ventre indigente prepara ad una preghiera vigile, al contrario un ventre ben pieno invita ad un lungo sonno. Una mente sobria si raggiunge con una dieta molto scarna, mentre una vita piena di mollezze tuffa la mente nell'abisso. La preghiera del digiunatore È come il pulcino che vola più alto dell'aquila mentre quella del crapulone È avvolta nelle tenebre. La nube nasconde i raggi del sole e la grassa digestione dei cibi offusca la mente.

Capitolo 2

Uno specchio sporco non riflette distintamente la forma che gli si pone di fronte e l'intelletto, ottuso dalla sazietà, non accoglie la conoscenza di Dio . Una terra incolta genera spine e da una mente corrotta dalla gola germogliano cattivi pensieri. Come il brago non può emanare fragranza neppure nel goloso sentiamo il soave profumo della contemplazione. L'occhio del goloso scruta con curiosità i banchetti, mentre lo sguardo del temperante osserva i simposi dei saggi. L'anima del goloso enumera i ricordi dei martiri, mentre quella del temperante imita il loro esempio. Il soldato vigliacco rabbrivisce al suono della tromba che preannuncia la battaglia, ugualmente trema il goloso di fronte ai proclami di temperanza. Il monaco goloso, sottomesso a sferzate dal proprio stomaco, esige il suo tributo giornaliero. Il viandante che cammina di buona lena raggiungerà presto la città e il monaco temperante arriverà presto ad uno stato di pace; il viandante lento si fermerà solo, all'aperto, ed il monaco ghiottone non raggiungerà la casa dell'ap theia. L'umido vapore del suffumigio profuma l'aria, come la preghiera del temperante delizia l'olfatto divino. Se ti concedi al desiderio dei cibi nulla più ti basterà per soddisfare il tuo piacere: il desiderio dei cibi, infatti, È come il fuoco che sempre accoglie e sempre avvampa. Una misura sufficiente riempie il vaso

mentre un ventre sfondato non dirà mai: "basta!". L'estensione delle mani mise in fuga Amalec e una vita attiva elevata sottomette le passioni carnali.

Capitolo 3

Stermina tutto ciò che ti ispirano i vizi e mortifica fortemente la tua carne. In qualunque modo, infatti, sia ucciso il nemico, esso non ti incuterà più paura, così un corpo mortificato non turberà l'anima. Un cadavere non avverte il dolore del fuoco e tantomeno il temperante sente il piacere del desiderio estinto. Se percuoti un egiziano, nascondilo sotto la sabbia, e non ingrassare il corpo per una passione vinta: come infatti nella terra grassa germina ciò che È nascosto così nel corpo grasso rivive la passione. La fiamma che illanguidisce si riaccende se viene aggiunta della legna secca e il piacere che si va attenuando rivive nella sazietà dei cibi; non compiangere il corpo che si lagna per lo sfinimento e non rimpinzarlo con pranzi sontuosi: se infatti lo rinforzerai ti si rivolterà contro muovendoti una guerra senza tregua, finché renderà schiava la tua anima e ti menerà servo della lussuria. Il corpo indigente È come un docile cavallo e mai disarcionerà il cavaliere: questo, infatti, costretto dal freno, arretra e obbedisce alla mano di chi tiene le briglie, mentre il corpo, domato dalla fame e dalle veglie, non recalcitra per un cattivo pensiero che lo cavalca ne nitrisce eccitato dall'impeto delle passioni.

Capitolo 4

La lussuria

La temperanza genera l'assennatezza, mentre la gola È madre della sfrenatezza; l'olio alimenta il lume della lucerna e la frequentazione delle donne attizza la fiaccola del piacere. La violenza dei flutti infuria contro il mercantile mal zavorrato come il pensiero della lussuria sulla mente intemperante. La lussuria accoglierà come alleata la sazietà, la congederà, starà con gli avversari e combatterà alla fine con i nemici. Rimane invulnerabile alle frecce nemiche colui che ama la tranquillità, chi invece si mescola alla folla riceve in continuazione percosse. Vedere una femmina È come un dardo velenoso, ferisce l'anima, vi intrude il tossico e quanto più perdura, tanto più alligna la sepsi. Chi intende difendersi da queste frecce sta lontano dalle affollate riunioni pubbliche e non gironzola a bocca aperta nei giorni di festa; È infatti assai meglio starsene a casa passando il tempo a pregare piuttosto che compiere l'opera del nemico credendo di onorare le feste. Evita la dimestichezza con le donne se desideri essere saggio e non dar loro la libertà di parlare e neppure fiducia. Infatti all'inizio hanno o simulano una certa cautela, ma in seguito osano di tutto spudoratamente: al primo abboccamento tengono gli occhi bassi, pigolano dolcemente, piangono commosse, l'atteggiamento È grave, sospirano con amarezza, pongono domande sulla castità e ascoltano attentamente; le vedi una seconda volta e alzano un poco il capo; la terza volta si avvicinano senza troppo pudore; hai sorriso e quelle si sono messe a ridere sguaiatamente; in seguito si fanno belle e ti si mostrano con ostentazione, cambia il loro sguardo annunciando l'ardenza, sollevano le sopracciglia e ruotano gli occhi, denudano il collo e abbandonano l'intero corpo al languore, pronunciano

frasi ammolite nella passione e ti sfoggiano una voce fascinosa ad udirsi finché non espugnano completamente l'anima. Accade che questi ami ti adeschino alla morte e queste reti intrecciate ti trascinino alla perdizione; e dunque non farti neppure ingannare da quelle che si servono di discorsi ammodo: in costoro infatti si occulta il maligno veleno dei serpenti.

Capitolo 5

Accostati al fuoco ardente piuttosto che ad una giovane donna, soprattutto se sei giovane anche tu: quando infatti ti avvicini alla fiamma e senti un bel bruciore, ti puoi allontanare rapidamente, mentre quando sei lusingato dalle ciarle femminili, difficilmente riesci a darti alla fuga. L'erba cresce quand'è vicina all'acqua, come germina l'intemperanza bazzicando le femmine. Colui che si riempie il ventre e fa professione di saggezza È simile a chi afferma di frenare la forza del fuoco nella paglia. Come infatti È impossibile contrastare il mutevole guizzare del fuoco nella paglia, così È impossibile colmare nella sazietà l'impeto infiammato dell'intemperanza. Una colonna poggia sulla base e la passione della lussuria ha le fondamenta nella sazietà. La nave preda delle tempeste si affretta a raggiungere il porto e l'anima del saggio cerca la solitudine: l'una fugge le minacciose onde del mare, l'altra le forme femminili che portano dolore e rovina. Una fattezze abbellita di donna affonda più di un maroso: ma l'uno ti dà la possibilità di nuotare se vuoi salva la vita, invece la bellezza muliebre, dopo l'inganno, ti persuade a disprezzare financo la vita stessa. Il rovo solitario si sottrae intatto alla fiamma e il saggio che sa tenersi lontano dalle donne non si accende d'intemperanza: come infatti il ricordo del fuoco non brucia la mente, così neppure la passione ha vigore se manca la materia.

Capitolo 6

Se avrai pietà per il nemico esso ti sarà nemico, e se farai grazia alla passione essa ti si ribellerà contro. La vista delle donne eccita l'intemperante, mentre spinge il saggio a glorificare Dio; se in mezzo alle donne la passione sta tranquilla non prestare fede a chi ti annuncia che hai raggiunto l'ap theia. E infatti il cane scodinzola quando È lasciato in mezzo alla folla, mentre, quando se ne allontana, mostra la propria malvagità. Solo quando il ricordo della donna affiorerà in te privo di passione, allora ritieniti giunto ai confini della saggezza. Quando invece la sua immagine ti spinge a vederla e i suoi strali accerchiano la tua anima, allora ritieniti fuori dalla virtù. Ma non devi perdurare così in tali pensieri né la tua mente deve per molto familiarizzare con le forme femminili, la passione È infatti recidiva e ha accanto il pericolo. Come infatti accade che un'appropriata fusione purifichi l'argento, ma, se prolungata, facilmente lo distrugga, così una insistente fantasia di donne distrugge la saggezza acquisita: non avere infatti familiarità a lungo con un volto immaginato affinché non ti si appicchino le fiamme del piacere e non bruci l'alone che circonda la tua anima: come infatti la scintilla, rimanendo in mezzo alla paglia, sprigiona le fiamme, così il ricordo della donna, persistendo, incendia il desiderio.

Capitolo 7

L'avarizia

L'avarizia (1) È la radice di tutti i mali e nutre come maligni ramoscelli le rimanenti passioni e non permette che inaridiscano quelle fiorite da essa (2). Chi vuole recidere le passioni ne estirpi la radice; se infatti poti per bene i rami e l'avarizia permane, non ti gioverà a nulla, perché essi, nonostante siano stati recisi, subito fioriscono. Il ricco monaco È come una nave troppo carica che viene sommersa dall'impeto di un fortunale: come infatti una nave che imbarca acqua È messa alla prova da ogni onda, così il ricco È sommerso dalle preoccupazioni. Il monaco che nulla possiede È invece un agile viaggiatore e trova dimora ovunque. Egli È come l'aquila che vola in alto e scende giù a cercare cibo quando vi È costretta. È superiore ad ogni prova, se la ride del presente e si leva in alto allontanandosi dalle cose terrene e accompagnandosi a quelle celesti: infatti ha ali leggere mai appesantite dalle preoccupazioni. Sopraggiunge l'oppressione ed egli lascia il luogo senza dolore; la morte arriva e quegli se ne va con animo sereno: infatti l'anima non È stata legata da vincolo terreno di sorta. Chi invece molto possiede soggiace alle preoccupazioni e, come il cane, È legato alla catena, e, se viene costretto ad andarsene, si porta dietro, come un grave peso e un'inutile afflizione, i ricordi delle sue ricchezze, È punto dalla tristezza e, quando ci pensa, soffre molto, ha perso le ricchezze e si tormenta nello scoramento. E se arriva la morte abbandona miseramente i suoi averi, rende l'anima, mentre l'occhio non tralascia gli affari; a malincuore viene trascinato via come uno schiavo fuggiasco, si separa dal corpo e non si separa dai suoi interessi (3): poiché la passione lo trattiene più di ciò che lo trascina via.

Capitolo 8

Il mare non si riempie mai del tutto pur ricevendo la gran massa d'acqua dei fiumi, allo stesso modo il desiderio di ricchezze dell'avarico non È mai sazio, egli le raddoppia e subito desidera quadruplicarle e non cessa mai questo raddoppio, finché la morte non mette fine a tale interminabile premura (1). Il monaco assennato baderà alle necessità del corpo e sopperirà con pane e acqua allo stomaco indigente, non adulerà (2) i ricchi per il piacere del ventre, né asservirà la sua libera mente a molti padroni: infatti le mani sono sempre sufficienti a servire il corpo e soddisfare le necessità naturali. Il monaco che non possiede nulla È un pugile che non può essere colpito in pieno e un corridore veloce che raggiunge rapidamente il premio dell'invito celeste (3). Il monaco ricco gioisce per i molti proventi, mentre quello che non ha nulla gode per i premi che gli vengono dalle cose ben riuscite. Il monaco avaro lavora duramente mentre quello che non possiede nulla usa il tempo per la preghiera e la lettura. Il monaco avaro riempie d'oro i penetrali (4), mentre quello che nulla possiede tesoreggia in cielo. Che sia maledetto colui che foggia l'idolo e lo nasconde, simile a colui che È affetto da avarizia: l'uno infatti si prostra di fronte al falso e all'inutile, l'altro porta in s, l'immagine (5) della ricchezza, come un simulacro.

Capitolo 9

L'ira L'ira (1) e una passione furente e con facilità fa uscir di senno quelli che hanno la conoscenza, imbestialisce l'anima e degrada l'intero consorzio umano (2). Un vento impetuoso non piegherà la torre e l'animosità non trascina via l'anima mansueta. L'acqua È mossa dalla violenza dei venti e l'iracondo È agitato dai pensieri dissennati. Il monaco iracondo vede qualcuno e arrota i denti (3). La diffusione della nebbia condensa l'aria e il moto dell'ira annebbia la mente dell'iracondo. La nube procedendo offusca il sole e così il pensiero rancoroso (4) ottunde la mente. Il leone in gabbia scuote continuamente i cardini come il violento nella cella (quando È assalito) dal pensiero dell'ira (5). È deliziosa la vista di un mare tranquillo, ma non È certo più dilettona di uno stato di pace: infatti i delfini nuotano nel mare in bonaccia e i pensieri volti a Dio si immergono in uno stato di serenità. Il monaco magnanimo È una fonte tranquilla, gradevole bevanda offerta a tutti, mentre la mente dell'iracondo È continuamente agitata ed egli non darà l'acqua all'assetato e, se gliela darà, sarà intorbidata e nociva; gli occhi dell'animoso sono sconvolti e iniettati di sangue e annunziano un cuore in tumulto. Il volto del magnanimo mostra assennatezza e gli occhi benigni sono rivolti verso il basso.

Capitolo 10

La mansuetudine (1) dell'uomo È ricordata da Dio e l'anima mite diviene il tempio dello Spirito Santo. Cristo reclina il capo in spirito mite e solo la mente pacifica diviene dimora della Santa Trinità. Le volpi allignano nell'anima rancorosa e le fiere si appiattano nel cuore sconvolto. Fugge l'uomo onesto l'alloggio malfamato, e Dio un cuore rancoroso(2). Una pietra che cade in acqua la agita, come un cattivo discorso il cuore dell'uomo. Allontana dalla tua anima i pensieri dell'ira e non bivacchi l'animosità nel recinto del tuo cuore e non lo turbi nel momento della preghiera (3): infatti come il fumo della paglia offusca la vista così la mente È turbata dal livore durante la preghiera. I pensieri dell'animoso sono prole di vipera (4) e divorano il cuore che li ha generati. La sua preghiera È un incenso abominevole ed il salmodiare dà un suono sgradevole. Il dono del rancoroso È come un'offerta che brulica di formiche e di certo non si avvicinerà agli altari aspersi di acqua lustrale. L'animoso avrà sogni turbati e l'iracondo si immaginerà assalti di belve (5). L'uomo magnanimo ha la visione di consessi di santi angeli e colui che non porta rancore si esercita con discorsi spirituali e nella notte riceve la soluzione dei misteri.

Capitolo 11

La tristezza

Il monaco affetto dalla tristezza (1) non conosce il piacere spirituale: la tristezza È un abbattimento dell'anima e si forma dai pensieri dell'ira. Il desiderio di vendetta, infatti, È proprio dell'ira, l'insuccesso della vendetta genera la tristezza; la tristezza È la bocca del leone e facilmente divora colui che si rattrista. La tristezza È un verme del cuore e mangia la madre che l'ha generato. Soffre la madre quando partorisce il figlio, ma, una volta sgravata, È libera dal dolore; la tristezza, invece, mentre È generata, provoca lunghe doglie e, sopravvivendo, dopo i travagli, non porta minori sofferenze. Il monaco triste non conosce la letizia spirituale, come colui che ha una forte febbre non avverte il sapore del miele. Il monaco triste non saprà muovere la mente verso la contemplazione né sgorga da lui una preghiera pura: la tristezza È un impedimento per ogni bene. Avere i piedi

legati È un impedimento per la corsa, così la tristezza È un ostacolo per la contemplazione. Il prigioniero dei barbari È legato con catene e la tristezza lega colui che È prigioniero (2) delle passioni. In assenza di altre passioni la tristezza non ha forza come non ne ha un legame se manca chi lega. Colui che È avvinto dalla tristezza È vinto dalle passioni e come prova della sconfitta viene addotto il legame. Infatti la tristezza deriva dall'insuccesso del desiderio carnale (3) poiché il desiderio È congiunto a tutte le passioni. Chi vincerà il desiderio vincerà le passioni e il vincitore delle passioni non sarà sottomesso dalla tristezza. Il temperante non È rattristato dalla penuria di cibo, né il saggio quando raggiunge una folle dissolutezza, né il mansueto che tralascia la vendetta, né l'umile se È privato dell'onore degli uomini, né il generoso quando incorre in una perdita finanziaria: essi evitarono con forza, infatti, il desiderio di queste cose: come infatti colui che È ben corazzato respinge i colpi, così l'uomo privo di passioni non È ferito dalla tristezza.

Capitolo 12

Lo scudo È la sicurezza del soldato e le mura lo sono della città: più sicura di entrambi È per il monaco l'ap theia. E infatti spesso una freccia scagliata da un forte braccio trapassa lo scudo e la moltitudine dei nemici abbatte le mura mentre la tristezza non può prevalere sull'ap theia. Colui che domina le passioni signoreggerà sulla tristezza, mentre chi È vinto dal piacere non sfuggerà ai suoi legami(1). Colui che si rattrista facilmente e simula un'assenza di passioni È come l'ammalato che finge di essere sano; come la malattia si rivela dall'incarnato, la presenza di una passione È dimostrata dalla tristezza. Colui che ama il mondo sarà molto afflitto mentre coloro che disprezzano ciò che vi È in esso saranno allietati per sempre (2). L'avarò, ricevuto un danno, sarà atrocemente rattristato, mentre colui che disprezza le ricchezze sarà sempre indenne dalla tristezza (3). Chi brama la gloria, al sopraggiungere del disonore, sarà addolorato, mentre l'umile lo accoglierà come un compagno. La fornace purifica l'argento di bassa lega e la tristezza di fronte a Dio il cuore preda dell'errore; la continua fusione impoverisce il piombo e la tristezza per le cose del mondo sminuisce l'intelletto. La caligine indebolisce la forza degli occhi e la tristezza inebetisce la mente dedita alla contemplazione; la luce del sole non raggiunge gli abissi marini e la visione della luce non rischiara un cuore rattristato; dolce È per tutti gli uomini il sorgere del sole, ma anche di questo si dispiace l'anima triste; l'ittero toglie il senso del gusto come la tristezza che sottrae all'anima la capacità di percepire. Ma colui che disprezza i piaceri del mondo non sarà turbato dai cattivi pensieri della tristezza.

Capitolo 13

L'acedia

L'acedia (1) È una debolezza dell'anima che insorge quando non si vive secondo natura né si fronteggia nobilmente la tentazione (2). Infatti la tentazione È per un'anima nobile ciò che È il cibo per un corpo vigoroso. Il vento del nord nutre i germogli e le tentazioni consolidano la fermezza dell'anima. La nube povera d'acqua È allontanata dal vento come la mente che non ha perseveranza (3) dallo

spirito dell'acedia. La rugiada primaverile accresce il frutto del campo e la parola spirituale esalta la fermezza dell'anima. Il flusso dell'acedia caccia il monaco dalla propria dimora, mentre colui che È perseverante se ne sta sempre tranquillo. L'acedioso adduce quale pretesto la visita degli ammalati, cosa che garantisce il proprio scopo. Il monaco acedioso È rapido a svolgere il suo ufficio e considera un precetto la propria soddisfazione; la pianta debole È piegata da una lieve brezza e immaginare la partenza distrae l'acedioso. Un albero ben piantato non È scosso dalla violenza dei venti e l'acedia non piega l'anima ben puntellata. Il monaco girovago (4), secco fuscillo della solitudine, sta poco tranquillo e, senza volerlo, È sospinto qua e là di volta in volta. Un albero trapiantato non fruttifica (5) e il monaco vagabondo non dà frutti di virtù. L'ammalato non È soddisfatto da un solo cibo e il monaco acedioso non lo È da una sola occupazione. Non basta una sola femmina a soddisfare il voluttuoso e non È abbastanza una sola cella per l'acedioso.

Capitolo 14

L'occhio dell'acedioso fissa le finestre continuamente e la sua mente immagina che arrivino visite: la porta cigola e quello balza fuori, ode una voce e si sporge dalla finestra e non se ne va da l finché, sedutosi, non si intorpidisce. Quando legge, l'acedioso sbadiglia molto, si lascia andare facilmente al sonno (1), si stropiccia gli occhi, si stiracchia e, distogliendo lo sguardo dal libro, fissa la parete e, di nuovo, rimessosi a leggere un po', ripetendo la fine delle parole, si affatica inutilmente, conta i fogli, calcola i quaternioni, disprezza le lettere e gli ornamenti e infine, piegato il libro, lo pone sotto la testa e cade in un sonno non molto profondo, e infatti, di l a poco, la fame gli risveglia l'anima con le sue preoccupazioni. Il monaco acedioso È pigro alla preghiera e di certo non pronuncerà mai le parole dell'orazione (2); come infatti l'ammalato non riesce a sollevare un peso eccessivo così anche l'acedioso di sicuro non si occuperà con diligenza dei doveri verso Dio: all'uno infatti difetta la forza fisica, all'altro viene meno il vigore dell'anima. La pazienza, il far tutto con molta assiduità e il timor di Dio curano l'acedia. Disponi per te stesso una giusta misura in ogni attività e non desistere prima di averla conclusa, e prega assennatamente e con forza e lo spirito dell'acedia fuggirà da te (3).

Capitolo 15

La vanagloria

La vanagloria (1) È una passione irragionevole e facilmente s'intreccia con tutte le opere di virtù (2). Un disegno tracciato nell'acqua si confonde, come la fatica della virtù nell'anima vanagloriosa. Diviene candida la mano nascosta in seno e l'azione che rimane celata risplende di una luce più smagliante. L'edera s'avvinghia all'albero e, quando giunge in alto, ne dissecca la radice, così la vanagloria si origina dalle virtù e non si allontana finché non avrà reciso la loro forza. Il grappolo d'uva, buttato a terra, marcisce facilmente e la virtù, se si appoggia alla vanagloria, perisce. Il monaco vanaglorioso È un lavoratore senza salario: si impegna nel lavoro e non riceve alcuna paga (3); la borsa bucata non custodisce ciò che vi È riposto e la vanagloria distrugge i compensi delle virtù. La continenza del vanaglorioso È come il fumo del camino, entrambi si disperderanno nell'aria. Il vento cancella l'orma dell'uomo come l'elemosina del vanaglorioso. La pietra

lanciata non raggiunge il cielo e la preghiera di chi desidera piacere agli uomini non salirà fino a Dio.

Capitolo 16

La vanagloria

È uno scoglio sommerso: se vi urti contro rischi di perdere il carico (1). Nasconde il suo tesoro l'uomo prudente quanto il saggio monaco le fatiche della sua virtù. La vanagloria consiglia di pregare nelle piazze, colui che invece vi si oppone prega nella sua stanzetta (2). L'uomo poco assennato rende nota la propria ricchezza e spinge molti a tendergli insidie (3). Nascondi invece le tue cose: durante il cammino ti imbatte in lestofanti finché non arriverai alla città della pace e potrai usare i tuoi beni tranquillamente. La virtù del vanaglorioso È un sacrificio consunto e non È certo offerto all'altare di Dio. L'acedia dissolve il vigore dell'anima, mentre la vanagloria fortifica la mente che dimentica Dio, rende robusto l'astenico e il vecchio più forte del giovane, solo finché sono molti i testimoni che assistono a tutto questo: allora saranno inutili il digiuno, la veglia e la preghiera, È infatti la pubblica approvazione che eccita lo zelo (4). Né metterai in vendita le tue fatiche per la fama, né rinuncerai alla gloria futura per essere acclamato. Infatti l'umana gloria si accampa in terra e sulla terra la sua fama si estingue, mentre la gloria della virtù rimane in eterno (5).

Capitolo 17

La superbia

La superbia (1) È un tumore dell'anima pieno di sangue. Se matura scoppierà, emanando un orribile fetore. Il bagliore del lampo annuncia il fragore del tuono e la presenza della vanagloria annuncia (2) la superbia. L'anima del superbo raggiunge grandi altezze e da lì cade nell'abisso. Si ammala di superbia l'apostata di Dio ascrivendo alle proprie capacità le cose ben riuscite (3). Come colui che sale su una tela di ragno precipita, così cade colui che si appoggia alle proprie capacità. Un'abbondanza di frutti piega i rami dell'albero e un'abbondanza di virtù umilia la mente dell'uomo. Il frutto marcio È inutile al contadino e la virtù del superbo non È accetta a Dio. Il palo sostiene il ramo carico di frutti e il timore di Dio l'anima virtuosa. Come il peso dei frutti spezza il ramo così la superbia abbatte l'anima virtuosa. Non consegnare la tua anima alla superbia e non avrai terribili fantasie. L'anima del superbo È abbandonata da Dio e diviene oggetto di gioia maligna per i demoni. Di notte egli si immagina branchi di belve che l'assalgono e di giorno È sconvolto da pensieri di viltà. Quando dorme facilmente sussulta e quando veglia lo spaventa l'ombra di un uccello (4). Lo stormire delle fronde atterrisce il superbo e il suono dell'acqua spezza la sua anima. Colui che infatti poco prima si È opposto a Dio respingendo il suo soccorso, viene poi spaventato da volgari fantasmi.

Capitolo 18

La superbia precipitò l'arcangelo dal cielo (1) e come un fulmine lo fece piombare sulla terra. L'umiltà invece conduce l'uomo verso il cielo e lo prepara a far parte del coro degli angeli. Di che ti inorgogolisci, o uomo, quando per natura sei melma e putredine (2), e perché ti sollevi sopra le nuvole? Guarda alla tua natura poiché sei terra e cenere e fra un po' tornerai alla polvere (3), ora superbo e tra poco verme. A che pro sollevi il capo che tra non molto marcirà? Grande È l'uomo soccorso da Dio; una volta abbandonato egli riconobbe la debolezza della natura. Nulla possiedi che tu non abbia ricevuto da Dio. Perché dunque ti scoraggi per ciò che appartiene ad altri come se fosse tuo? Perché ti vanti di quel che viene dalla grazia di Dio come se fosse una tua personale proprietà? Riconosci colui che dona e non ti inorgoglire tanto: sei creatura di Dio, non disprezzare perciò il creatore. Dio ti soccorre, non respingere il beneficatore (4). Sei giunto alla sommità della tua condizione (5), ma lui ti ha guidato; hai agito rettamente secondo virtù ed egli ti ha condotto. Glorifica chi ti ha innalzato per rimanere al sicuro nelle altezze; riconosci colui che ha le tue stesse origini perché la sostanza È la medesima e non rifiutare per iattanza questa parentela.

Capitolo 19

Umile e moderato È colui che riconosce questa parentela; ma il demiurgo (1) plasmò sia lui sia il superbo. Non disprezzare l'umile: infatti egli È più al sicuro di te: cammina sulla terra e non precipita; ma colui che sale più in alto, se cade, si sfracellerà. Il monaco superbo È come un albero senza radici e non sopporta l'impeto del vento. Una mente senza boria (2) È come una cittadella ben munita e chi vi abita sarà imprendibile. Un soffio di vento solleva la festuca e l'insulto porta il superbo alla follia (3). Una bolla scoppiata svanisce e la memoria del superbo perisce. La parola dell'umile addolcisce l'anima, mentre quella del superbo È ripiena di millanteria. Dio si piega alla preghiera dell'umile, È invece esasperato dalla supplica del superbo. L'umiltà È la corona della casa e tiene al sicuro chi vi entra. Quando salirai al sommo delle virtù allora avrai molto bisogno di sicurezza. Colui infatti che cade sul pavimento rapidamente si rialza, ma chi precipita da grandi altezze, rischia la morte (4). La pietra preziosa si addice al bracciale d'oro e l'umiltà umana risplende di molte virtù.

La Preghiera di Evagrio Pontico

PROLOGO

Ero febbricitante per il fuoco delle passioni impure, quando tu, com'è tua abitudine, mi hai dato ristoro contattandomi con la tua pia lettera: hai arrecato conforto al mio intelletto sfinito tra le più turpi sollecitazioni, facendoti, così, felicemente emulo del nostro grande precettore e maestro. E non è stata una sorpresa! Meritare, invero, doti insigni è stata sempre la tua prerogativa, come

anche del benedetto Giacobbe. Dopo avere, infatti, prestato buoni servigi per ottenere Rachele, ed avere ricevuto Lia, tu aspiri anche alla desiderata Rachele, per la quale hai compiuto altresì il settennato. Quanto a me, però, non potrei negare che, pur avendo faticato tutta la notte, non ho preso nulla. Cionondimeno, sulla tua parola, ho calato la rete e ho pescato una gran quantità di pesci, non grossi invero - a mio parere -, ma sono, tuttavia, centocinquanta, e te li mando - come da te richiestomi - in forma di capitoli di eguale numero nel cesto della carità. Io ti ammiro e ti invidio molto per l'eccellente tuo proposito, poiché sei vivamente desideroso dei capitoli sulla preghiera - desideroso non semplicemente di questi che sono a portata di mano e consistono in carta vergata d'inchiostro, ma di quelli che hanno dimora nell'intelletto mediante l'amore e l'oblio delle offese ricevute. Ma dato "che "tutte le cose sono a coppia, l'una di fronte all'altra", come dice il sapiente Gesù, accogli quanto ti mando secondo la lettera e secondo lo spirito, e considera che in ogni caso la lettera presuppone l'intelletto: non essendoci questo, non ci sarà neppure la lettera. Pertanto, anche la preghiera comporta due modi: l'attivo e il contemplativo; così pure è per il numero: esso esprime immediatamente la quantità, e nel suo significato profondo la qualità. Avendo quindi diviso il trattato sulla preghiera in centocinquantatré capitoli, te lo invio come alimento evangelico, perché tu trovi diletto nel simbolismo del numero: una figura triangolare combinata con una esagonale, indicanti rispettivamente l'adorabile scienza della Trinità e la linea che connota l'attuale ordinamento del mondo. Peraltro, il numero cento è di per se stesso quadrangolare, mentre il cinquantatré è triangolare e circolare, poiché ventotto è triangolare e venticinque è circolare in quanto cinque volte cinque fa venticinque. Hai dunque nella figura quadrangolare il quaternario delle virtù; ed hai anche, nel numero venticinque, la vera conoscenza di questo secolo, a causa del corso ciclico dei tempi: la settimana, infatti, succede alla settimana e il mese succede al mese, il tempo volge da un anno all'altro col suo moto circolare, e una stagione succede a un'altra, come vediamo per il movimento del sole e della luna, per il subentrare dell'estate alla primavera, e così via. La figura triangolare, dunque, può significarti la scienza della Santa Trinità. Secondo un'altra interpretazione, se consideri il centocinquanta come triangolare in base alle tre cifre del numero, ecco che vi cogli la pratica, la contemplazione naturale e la teologia; o, ancora, la fede, la speranza e la carità, l'oro, l'argento e le pietre preziose. Ma ciò non riguarda che il numero. Quanto ai capitoli come tali, non disdegnarne l'umile aspetto: tu sai contentarti del molto così come del poco, e certo ti ricordi di Colui che non respinse i due spiccioli della vedova, ma anzi li accettò stimandoli più delle ricchezze di tanti altri. Riconoscendo, dunque, il frutto della benignità e della carità, serbalo per i tuoi veri fratelli, invitandoli a pregare per l'infermo, perché guarisca e, preso il suo lettuccio, possa infine camminare con la grazia del Cristo nostro vero Dio, al quale sia la gloria nei secoli dei secoli. Amen.

1. TENSIONE ALL'ABITO DELLA VIRTU' (1-59)

1. Il quaternario delle virtù Se si vuol preparare un profumo di soave fragranza, si metteranno insieme in pari quantità, secondo la Legge, il trasparente incenso, la cassia, l'onice e la mirra. Ecco il quaternario delle virtù. Se esse sono, infatti, nella misura piena e in uguali proporzioni, l'intelletto sarà al riparo da tradimenti. 2.

Purificazione dell'anima L'anima purificata per la pienezza delle virtù rende stabile l'attitudine dell'intelletto, facendolo capace di assumere lo stato da esso cercato.

3. Stabilità dell'intelletto La preghiera è colloquio dell'intelletto con Dio. Di quale stato ha quindi bisogno l'intelletto perché esso possa tendersi, senza volgersi indietro, verso il suo Signore e conversare con Lui senza alcun intermediario?

4. Senza i calzari terreni Se Mosè, quando tentò di avvicinarsi al rovetto ardente sulla terra, ne fu impedito finché non si fosse liberato dei calzari ai piedi, come mai tu, che vuoi vedere Colui che è al di sopra di ogni concetto e di ogni sentimento e diventare suo interlocutore, non ti liberi da ogni pensiero contaminato da passioni?

5. Il dono delle lacrime Innanzi tutto prega per ottenere il dono delle lacrime, perché tu possa, mediante la compunzione, ammorbidire la durezza che c'è nella tua anima e, confessando contro te stesso la tua iniquità al Signore, ricevere da Lui il perdono.

6. Lacrime per la richiesta dei veri beni Ricorri alle lacrime per la perfetta riuscita di tutto ciò che domandi, poiché il tuo Signore molto si compiace di accogliere una preghiera fra le lacrime.

7. Lacrime per la confessione dei peccati Quand'anche tu versassi fontane di lacrime durante la tua preghiera, non esaltarti affatto interiormente, quasi fossi superiore agli altri: la tua preghiera ha, infatti, ottenuto soccorso perché tu possa di buon animo confessare i tuoi peccati e con le lacrime placare il Signore.

8. Scopo delle lacrime Fa' dunque che non si muti in passione l'antidoto delle passioni, perché tu non abbia ad irritare di più Colui che ti ha concesso la grazia: molti che piangevano sui loro peccati, per aver dimenticato lo scopo delle lacrime, dissennati, tralignarono.

9. Tenacia e vigore Resisti tenacemente e prega vigorosamente; tieni lontane le occasioni di preoccupazioni e pensieri, poiché ti turbano e ti sconvolgono per fiaccare il tuo vigore.

10. Seduzioni dei demoni Quando i demoni ti vedono ben disposto alla vera preghiera, allora insinuano pensieri di certi oggetti apparentemente necessari; e poco dopo ne eccitano il ricordo muovendo l'intelletto alla loro ricerca; ed esso, non trovandoli, molto si rattrista e si scoraggia. Quando poi l'intelletto sta in preghiera, i demoni gli richiamano alla memoria gli oggetti delle sue ricerche e dei suoi ricordi perché esso, illanguidito a furia di esaminarli, perda quella preghiera fruttuosa.

11. Intenso raccoglimento. Sforzati di mantenere sordo e muto l'intelletto nel tempo della preghiera, e così potrai pregare.

12. Fomenti dell'animosità Quando ti capita una tentazione o una controversia, oppure quando sei irritato e spinto dalla collera a prenderti la rivincita o a replicare, ricordati della preghiera e del giudizio che in essa ti attende. Così, subito, in te s'acqueterà il moto disordinato.

13. Pietra d'inciampo Tutto quanto avrai fatto per vendicarti di un fratello che ti abbia arrecato offesa, diverrà per te pietra d'inciampo nel tempo della preghiera.

14. Mitezza La preghiera è un germoglio della mansuetudine e dell'assenza di collera.

15. Letizia La preghiera è un frutto della gioia e della riconoscenza.

16. Rimedio alle frustrazioni La preghiera è difesa contro la tristezza e lo scoraggiamento.

17. Distacco "Va', vendi quello che hai e dallo ai poveri", prendi la croce e rinnega te stesso, perché tu possa pregare senza distrazione.

18. Abnegazione Se vuoi pregare degnamente, rinnega ognora te stesso e, quando soffri ogni sorta di afflizioni, attendi all'esercizio della preghiera.

19. Frutti della pazienza Se con spirito di saggezza sopporterai ogni difficoltà, ne troverai il frutto nel tempo della preghiera.

20. Utilità della corsa Se desideri pregare come si deve, non rattristare anima alcuna, altrimenti corri invano.

21. Riconciliazione "Lascia il tuo dono", dice la Scrittura, "davanti all'altare, va' prima a riconciliarti col tuo fratello", e allora potrai pregare senza turbamento. Il ricordo delle offese, infatti, offusca in chi prega la sovrana facoltà dell'intelletto e ottenebra le sue preghiere.

22. Conseguenze del rancore Coloro che accumulano interiormente tristezze e ricordi

di offese, benché esteriormente sembrano pregare, sono simili a quelli che attingono acqua e la versano in una botte forata. 23. Pazienza Se persisti nella pazienza, pregherai sempre con gioia. 24. Insidie della collera Mentre pregherai come si deve, ti si presenteranno casi tali che ti sembrerà del tutto giusto andare in collera. Ma non è assolutamente giusta la collera contro il prossimo, poiché, se cerchi, troverai che è possibile anche senza collera concludere bene la faccenda. Adopera, dunque, ogni mezzo per non scoppiare in collera. 25. Lusinghe della vanagloria Bada che, mentre hai l'aria di curare un altro, non sia tu incurabile, dando così un colpo reciso alla tua preghiera. 26. Misericordia umana e divina Se non indulgi alla collera, troverai indulgenza. Così ti mostrerai sapiente nel non cadere nella presunzione, e sarai fra coloro che pregano. 27. Nessun'esca alla collera Se sei armato contro la collera, non soccomberai mai ai desideri. Sono questi, infatti, che danno esca alla collera, la quale a sua volta turba l'occhio dell'intelletto, così guastando lo stato di preghiera. 28. Oltre ogni esteriorità Non pregare soltanto con atteggiamenti esteriori, ma con grande timore fa' che il tuo intelletto senta la preghiera spirituale. 29. Devastazioni dell'orgoglio Talora, non appena ti sarai messo in preghiera, pregherai bene; talaltro, nonostante i tuoi grandi sforzi, non conseguirai lo scopo, perché tu, sempre più cercandone la perfetta riuscita, una volta ottenutala, la serbi al sicuro da qualsiasi saccheggio. 30. Sostegno degli angeli Quando ci sta vicino un angelo, immediatamente si allontanano tutti i nostri disturbatori, e così l'intelletto si trova con grande sollievo a pregare salutarmente. Qualche volta, però, siamo messi alle strette dal consueto combattimento: l'intelletto si batte come un pugile, ma non riesce ad alzare il capo, sfigurato com'è dai colpi delle varie passioni. Tuttavia, a furia di cercare, troverà e, se busserà gagliardamente, gli sarà aperto. 31. Sintonia con la volontà divina Non pregare perché si realizzino i tuoi voleri, in quanto essi non sempre sono in sintonia con la volontà di Dio. Ma prega piuttosto, come ti è stato insegnato, dicendo: "Sia fatta in me la tua volontà". Così pure in ogni circostanza chiedi che sia fatta la sua volontà, perché Egli vuole ciò che è bene e utile all'anima, e che tu invece non sempre cerchi. 32. Presunzione della volontà umana Spesso ho chiesto nella preghiera di avere ciò che ritenevo fosse cosa buona per me, e persistevo nella richiesta, stoltamente facendo violenza alla volontà di Dio e non rimettendomi a Lui perché Egli, piuttosto, disponesse quel che ai suoi occhi è utile. Eppure, ottenuto che l'ebbi, ne portai in seguito un gran cruccio per aver chiesto fosse fatta piuttosto la mia volontà. La cosa non mi andò, infatti, tale e quale l'avevo pensata. 33. Confidenza con Dio Cos'altro è buono, se non Dio. Rimettiamo a Lui, dunque, tutto quanto ci riguarda, e sarà bene per noi. Colui che è Buono, infatti, è sempre anche Dispensatore di buoni doni. 34. Perseveranza Non affliggerti se non ricevi subito da Dio ciò che gli chiedi, giacché un bene maggiore vuol Egli elargirti: che tu perseveri nello stare insieme a Lui nella preghiera. Che cosa c'è, infatti, di più eminente del conversare con Dio e dell'essere tratto in intima unione con Lui? 34a. Nessuna distrazione La preghiera senza distrazione è la suprema intellesione dell'intelletto. 35. Elevazione La preghiera è elevazione dell'intelletto a Dio. 36. Rinuncia ed eredità Se desideri pregare, rinuncia a tutto per ereditare il tutto. 37. Tre momenti del progresso spirituale Prega innanzi tutto per essere purificato dalle passioni, poi per essere liberato dall'ignoranza e, in terzo luogo, da ogni tentazione e derelizione. 38. Giustizia e scienza Nella tua preghiera cerca soltanto la giustizia e il regno, cioè la virtù e la scienza, e tutto il resto ti verrà dato in aggiunta. 39. Purificazione e imitazione degli angeli è giusto che preghi non solo per la tua propria purificazione, ma anche per tutti i tuoi simili, al fine di imitare la condotta degli angeli. 40. Pretesti della vanagloria Considera se nella preghiera sei veramente

alla presenza di Dio, o se sei vinto dalla lode degli uomini e spinto ad andarne a caccia sotto la copertura della preghiera prolungata. 41. Pericolosa abitudine Sia che tu preghi con i fratelli, sia da solo, impegnati fortemente a pregare non per meccanica abitudine, ma in maniera sentita. 42. Consapevolezza è propria della preghiera la concentrazione accompagnata da riverenza, compunzione e dolore dell'anima nel confessare le cadute tra muti gemiti. 43. Nessuna distrazione Se il tuo intelletto si distrae proprio nel tempo della preghiera, ciò vuol dire che esso non prega ancora da monaco, ma continua ad essere mondano, volto ad abbellire la tenda esteriore. 44. Custodia della memoria Durante la preghiera, fa' buona guardia alla tua memoria, perché questa non abbia a proporti i suoi ricordi, ma ti muova alla conoscenza di ciò cui attendi. L'intelletto infatti, per sua natura, si lascia troppo facilmente depredare dalla memoria nel tempo della preghiera. 45. Suggestioni della memoria mentre preghi, la memoria ti presenta o immagini di cose passate, oppure nuove preoccupazioni, ovvero il volto di chi ti ha contristato. 46. Ostacoli dell'invidia Il demonio è particolarmente invidioso dell'uomo che prega, e adopera ogni mezzo per frustrarne lo scopo. Di conseguenza, egli non smette di suscitare attraverso la memoria i pensieri degli oggetti e di scatenare mediante la carne tutte le passioni, per riuscire ad ostacolare la sublime sua corsa e la sua emigrazione verso Dio. 47. Tattica del Maligno Quando il demonio perverso e maligno, pur avendo tanto provato, non è riuscito ad ostacolare chi prega con fervore, per un po' allenta la presa, ma dopo si vendica di lui che ha pregato: o, accendendolo all'ira, distrugge l'ottimo stato in lui edificato dalla preghiera; o, eccitandolo a concedersi qualche piacere contro ragione, finisce col far violenza al suo intelletto. 48. "Operari et custodire" Quando hai pregato com'è conveniente, aspettati ciò che conveniente non è, e stai con fermezza all'erta per custodire il frutto che hai raccolto. Questo, infatti, ti fu prescritto sin da principio: lavorare e custodire. Dopo aver lavorato, dunque, non lasciare incustodito quel che ti è costato fatica; altrimenti non ti sarà servito a nulla pregare. 49. Oggetto della contesa Ogni combattimento ingaggiato tra noi e gli spiriti impuri non si fa per nient'altro che per la preghiera spirituale. In modo particolare questa è, infatti, ostile e molestissima ad essi; a noi è, invece, salutare e gradevolissima. 50. Obiettivi dei demoni Per quale scopo i demoni ci eccitano alla gola, alla fornicazione, all'avarizia, alla collera ed insieme al ricordo delle offese, nonché ad ogni altra passione? Perché l'intelletto, reso da essi ottuso, non abbia la capacità di pregare come si deve. Le passioni della parte irrazionale, infatti, venendo a prevalere, non gli permettono di muoversi razionalmente e di porsi alla ricerca del Verbo di Dio. 51. Praktikè, phusikè e theologikè Noi perseguiamo le virtù in vista delle ragioni degli esseri creati, e queste in vista del Signore che le ha costituite. Egli, però, è solito rivelarsi nello stato di preghiera. 52. Impassibilità e carità Lo stato di preghiera è un abito d'impassibilità che, per sommo amore, rapisce ai vertici della noesi l'intelletto innamorato della sapienza e spirituale. 53. Libertà dai pensieri cattivi Chi aspira a pregare veramente, deve non soltanto dominare la collera e la concupiscenza, ma anche essere libero d'ogni pensiero contaminato da passioni. 54. Colloquio d'amore Chi ama Dio conversa sempre con Lui come con un padre, scacciando ogni pensiero contaminato da passioni. 55. Oltre i pensieri puri Non perché ha conseguito l'impassibilità, uno già prega veramente. Può, infatti, trovarsi fra i semplici pensieri e distrarsi nel meditarli, così restando lontano da Dio. 56. Oltre la contemplazione delle cose L'intelletto, anche se non indugia tra i semplici pensieri degli oggetti, non per questo ha già raggiunto il luogo della preghiera. Può, infatti, starsene in contemplazione degli oggetti e sottilizzare sulle loro ragioni, le quali appunto - benché pure parole - in quanto sono, però, considerazioni di oggetti, si imprimono nell'intelletto e lo allontanano

da Dio. 57. Oltre la scienza degli intelligibili Pur elevatosi al di sopra della contemplazione della natura corporea, l'intelletto non ha ancora visto perfettamente il luogo di Dio. Può, infatti, muoversi nell'ambito della scienza degli intelligibili e dividerne la molteplicità. 58. Necessità dell'aiuto divino Se vuoi pregare, hai bisogno di Dio, "che dona la preghiera a chi prega". Invocalo dunque, dicendo: "Sia santificato il tuo nome, venga il tuo regno", cioè lo Spirito Santo e il tuo Figlio Unigenito. Questo, infatti, il suo insegnamento, quando ha detto di "adorare il Padre in spirito e verità". 59. Dalla contemplazione indiretta alla contemplazione diretta di Dio Chi prega in spirito e verità non onora più il Creatore a partire dalle creature, ma lo canta partendo direttamente da Lui stesso.

2. ANELITO ALLA NUDITÀ DELL'INTELLETTO (60-89)

60. Purity e visione di Dio Se sei teologo pregherai veramente, e se preghi veramente sei teologo. 61. Oltre le frontiere dell'impassibilità Quando il tuo intelletto, nell'ardente desiderio di Dio, comincia poco alla volta come ad uscire dalla carne, e riesce a scacciare tutti i pensieri causati dai sensi o dalla memoria oppure dal temperamento, via via raggiungendo la pienezza della riverenza e della gioia, puoi allora ritenere di esserti avvicinato ai confini della preghiera. 62. Compassione e soccorso dello Spirito Santo Lo Spirito Santo, che ha compassione della nostra debolezza, viene a visitarci pur se ancora non siamo purificati. Nel caso in cui trovi che il nostro intelletto lo prega anche soltanto col desiderio della verità, Egli viene su di esso e dissipa tutta la torma dei ragionamenti e dei pensieri che l'accerchia, volgendolo all'amore della preghiera spirituale. 63. La scienza spirituale purificatrice Mentre gli altri fanno nascere nell'intelletto ragionamenti o pensieri o speculazioni per via dei mutamenti del corpo, Dio invece agisce al contrario: viene direttamente sull'intelletto per conferirgli - come a Lui piace - la scienza; e attraverso l'intelletto placa l'intemperanza del corpo. 64. Sanità mentale Chi ama la vera preghiera, e però si abbandona alla collera o al rancore, non può non essere tocco nel cervello. è, infatti, simile ad uno che, per volere aguzzare la vista, strabuzza gli occhi. 65. In cammino con Dio Se desideri pregare, non fare nulla di ciò che è in antitesi con la preghiera, perché Dio, accostandosi a te, si faccia tuo compagno di viaggio. 66. Dio al di là di ogni forma Quando preghi, non raffigurarti il Divino dentro di te, e non permettere che qualche forma si imprima nel tuo intelletto; ma va', immateriale, incontro all'Immateriale, e comprenderai. 67. Dio al di là di ogni quantità Sta' in guardia dai lacci degli avversari. Accade infatti che, mentre preghi con purezza e senza agitazione, ti si presenti subito una forma, strana ed estranea per indurti alla presunzione di localizzare in essa il Divino: per farti credere che quel che all'improvviso ti è apparso nella quantità sia il Divino. Ma il Divino non ha né quantità né figura. 68. Violenza del demonio all'equilibrio fisico Quando il demonio invidioso non riesce a sollecitare la memoria durante la preghiera, allora fa violenza alla costituzione del corpo, per provocare qualche strana fantasia nell'intelletto e dargli, così, una forma. Questo, abituato com'è ai pensieri, facilmente cede: invece di tendere alla scienza immateriale e senza forma, si lascia ingannare prendendo fumo per luce. 69. Al posto di guardia Sta' al tuo posto di guardia, custodendo il tuo intelletto dai pensieri nel tempo della

preghiera, s che esso resti nella tranquillità che gli è propria, perché Colui che ha compassione degli ignoranti venga a visitare anche te: allora riceverai un dono di preghiera davvero glorioso. 70. Soppressione dei pensieri La tua preghiera non potrà essere pura se ti lasci coinvolgere da faccende materiali e turbare da continue preoccupazioni. preghiera, infatti, vuol dire rimozione dei pensieri. 71. Dirittura dell'intelletto Non può correre chi è stretto da legami, né può vedere il luogo della preghiera spirituale un intelletto schiavo delle passioni, poiché viene trascinato e portato di qua e di là dal pensiero contaminato da passioni, e non può mantenersi inflessibile. 72. Azione fisiologica dei demoni Non appena l'intelletto è pervenuto alla preghiera pura, stabile e vera, allora i demoni non giungono più da sinistra, ma da destra. Gli presentano infatti un'apparenza illusoria di Dio sotto qualche figura gradevole ai sensi, così da fargli credere di avere perfettamente raggiunto lo scopo della preghiera. Ma ciò - secondo il detto di uno gnostico degno di ammirazione - ha origine dalla passione della vanagloria, e dal demonio che si attacca alla sede sottostante al cervello scuotendone le vene. 73. Manovre del demonio attraverso il cervello Penso che il demonio che si attacca alla suddetta sede volga come vuole la luce che circonda l'intelletto, e che così la passione della vanagloria si muova verso un pensiero che forma l'intelletto a localizzare, con leggerezza, la divina ed essenziale scienza. Tale intelletto però, poiché non è molestato da passioni carnali e impure ma prega veramente con purità, ritiene che nessuna azione nemica si eserciti più in esso. Per cui suppone sia un'apparizione divina quella in esso prodotta dal demonio, il quale è assai uso alla sua terribile scaltrezza: attraverso il cervello altera, come abbiamo detto, la luce ch'è congiunta all'intelletto, al quale dà così una forma. 74. Intervento dell'angelo L'angelo di Dio, al suo sopraggiungere, con una sola parola distorna da noi ogni azione ostile, e muove la luce dell'intelletto ad operare senza errore. 75. L'incenso dell'Apocalisse L'espressione dell'Apocalisse, dov'è detto che l'angelo prende dell'incenso per metterlo nelle preghiere dei santi, penso significhi questa grazia operata per mezzo dell'angelo. Egli suscita, infatti, la conoscenza della vera preghiera, in modo che l'intelletto stia ormai fuori da ogni sorta di turbamento, accidia e negligenza. 76. Sacerdozio spirituale I profumi delle coppe sono detti essere le preghiere dei santi offerte dai ventiquattro anziani. 77. Contemplazione nella perfetta carità Per coppa si deve intendere l'amore verso Dio, cioè la carità perfetta e spirituale nella quale la preghiera passa all'atto, in spirito e verità. 78. Rimedio contro l'alienante orgoglio Se ti sembra di non aver bisogno di lacrime per i peccati nella tua preghiera, considera quanto ti sei allontanato da Dio, mentre dovresti essere sempre in Lui, e allora verserai più calde lacrime. 79. Misura: l'originaria purità Certamente, se hai consapevolezza del tuo metro, ti sarà più gradita la compunzione: chiamerai misero te stesso - come Isaia -; poiché impuro, con labbra impure e in mezzo a un tale popolo, cioè di nemici, tu osi presentarti al Signore degli eserciti. 80. Familiarità con Dio e insegnamento degli angeli Se preghi veramente, troverai una grande sicurezza, e gli angeli ti scorteranno - come Daniele - e ti illumineranno sulle ragioni degli esseri creati. 81. Protezione e intercessione degli angeli Sappi che i santi angeli ci esortano alla preghiera, e ci stanno accanto, parimenti rallegrandosi e pregando per noi. Se dunque siamo negligenti e accogliamo pensieri contrari, molto li sdegniamo: essi, infatti, lottano tanto per noi, mentre noi neppure per noi stessi vogliamo supplicare Dio, ma, disprezzando il loro servizio e abbandonando il loro Dio e Signore, andiamo incontro ai demoni impuri. 82. I canti dei salmi, ali per la purificazione Prega come si conviene e senza turbamento, e canta i salmi con arte ed eutritmia: sarai come un aquilotto che vola in alto. 83. Oltre la salmodia Il canto dei salmi placa le passioni e fa quietare l'intemperanza del corpo; la preghiera

invece dispone l'intelletto ad esercitare la sua propria attività. 84. La migliore attività La preghiera è un'attività che conviene alla dignità dell'intelletto, ossia la migliore e adeguata utilizzazione di esso. 85. Dalla sapienza multiforme alla scienza dell'Uno Il canto dei salmi è proprio della sapienza multiforme; ma la preghiera è preludio alla scienza immateriale e non molteplice. 86. La scienza spirituale, svegliarino della potenza noetica Stupenda è la scienza, poiché è collaboratrice della preghiera svegliando la potenza noetica dell'intelletto alla contemplazione della scienza divina. 87. Insistenza Se non hai ancora ricevuto il dono della preghiera o della salmodia, insisti, e lo riceverai. 88. Sollecitudine divina "Quanto al loro dovere di pregare sempre, senza stancarsi, disse ad essi anche una parabola". Frattanto, dunque, non stancarti e non scoraggiarti per non avere ottenuto; poiché in seguito otterrai. E concluse la parabola con l'espressione: "Anche se non temo Dio e non ho riguardo per nessuno, almeno per le noie che mi dà questa donna, le farò giustizia". Così, dunque, anche Dio farà giustizia, sollecitamente, a coloro che gridano verso di Lui notte e giorno. Sta', perciò, di buon animo, e persevera infaticabilmente nella santa preghiera. 89. Abbandono in Dio Non volere che le tue cose vadano come sembra bene a te, ma come piace a Dio. Così sarai senza turbamento e riconoscente nella tua preghiera.

3. PROVE E LOTTA (90-116)

90. Gli inganni della lussuria Anche se ti sembra di essere in unione con Dio, guardati dal demonio della fornicazione. Egli è, infatti, assai ingannatore e molto invidioso, e vuole essere più rapido del movimento e della vigile sobrietà del tuo intelletto, sì da trascinarlo lontano da Dio mentre esso se ne sta vicino a Lui con riverenza e timore. 91. La frusta dei demoni Se coltivi la preghiera, preparati agli assalti dei demoni e sopporta fortemente i loro colpi di frusta. Essi, infatti, come belve feroci si scaglieranno contro di te e ridurranno male tutto il tuo corpo. 92. Fantasmì e spade, baleni e spettri Prendi le misure opportune - come un esperto lottatore - per non agitarti, anche se vedi d'un tratto un fantasma; per non turbarti, anche se vedi una spada brandita contro di te o un guizzo luminoso che ti colpisce al volto; per non perderti assolutamente d'animo, anche se vedi una figura laida e sanguinolenta. Ma sta' saldo e fa' la tua bella professione di fede: potrai, così, più agevolmente sfidare i tuoi nemici. 93. Afflizioni e amarezze Chi sopporta le afflizioni otterrà anche le gioie; e chi resiste in mezzo alle amarezze non sarà privo delle dolcezze. 94. La frusta di Dio Bada che i demoni maligni non ti ingannino con qualche visione, ma sta' attento e ricorri alla preghiera: invoca Dio perché - se tale percezione viene da Lui - Egli stesso ti illumini, altrimenti scacci presto via da te il seduttore. Abbi fiducia che i cani non ci saranno: quando ti dai ardentemente a supplicare Dio, la sua potenza subito, invisibilmente e senza manifestarsi, li frusterà e li caccerà lontano. 95. Un tranello dei demoni è giusto che tu non ignori neppure questo tranello: al momento opportuno i demoni si dividono, e se pensi di cercare aiuto contro gli uni, gli altri sopraggiungono sotto forme angeliche estromettendo i primi; ciò perché tu venga da loro ingannato, ritenendo che essi siano veramente angeli santi. 96. Umiltà e forza Abbi cura di acquistare grande umiltà e grande forza. E gli insulti dei demoni non investiranno la tua anima; "né, il flagello si avvicinerà alla tua tenda, poiché Egli darà per te ai suoi angeli l'ordine di custodirti", ed essi senza manifestarsi

allontaneranno da te ogni azione ostile. 97. Rumori e colpi, voci e ingiurie Chi coltiva la preghiera pura udirà magari rumori e colpi, voci e ingiurie da parte dei demoni, ma non si abatterà e non perderà l'autocontrollo, dicendo a Dio: "Non temerò alcun male, poiché tu sei con me", ed altre parole simili. 98. La giaculatoria Nel momento di tali tentazioni, ricorri a una preghiera breve e intensa. 99. Altre minacce dei demoni Se i demoni minacciano di apparirti improvvisamente nell'aria, di atterrirti e di saccheggiare il tuo intelletto, non spaventarti di essi e non preoccuparti assolutamente delle loro minacce. Ti intimoriscono per sperimentare se ti prendi del tutto cura di essi, o se sei giunto a disprezzarli completamente. 100. Timor di Dio e timore del demonio Se, mentre preghi, sei davanti a Dio Onnipotente, Creatore e Provvidente, perché te ne stai davanti a Lui così assurdamente da trascurare il suo sovrano timore e da paventare zanzare e scarafaggi? O non hai udito Colui che dice: "Temerai il Signore Dio tuo" e ancora: "Colui di fronte alla cui potenza tutto freme e trema" 101. Tre alimenti Come il pane nutre il corpo e la virtù nutre l'anima, così la preghiera spirituale nutre l'intelletto. 102. L'esemplare pubblicano Non pregare come il fariseo, ma prega come il pubblicano nel luogo sacro della preghiera, perché anche tu venga giustificato dal Signore. 103. Il riprovevole fariseo Impegnati ardentemente per non pregare contro qualcuno durante la tua preghiera. Altrimenti abbatti ciò che edifichi, rendendo abominevole la tua preghiera. 104. Supplizi degli aguzzini Il debitore di diecimila talenti ti insegni che, se non rimetti al tuo debitore, neppure tu otterrai la remissione. Sta scritto infatti: "Lo diede in mano agli aguzzini". 105. Piccoli disagi per grandi guadagni Lascia andare le esigenze del corpo durante la tua preghiera, perché una punzecchiatura di pulce, di pidocchio, di zanzara, o di mosca non ti faccia perdere l'immenso guadagno della preghiera. 106. Abitudini vincenti Ci è giunta notizia che ad un santo che stava in preghiera il Maligno tanto si opponeva che, appena quegli stendeva le mani, egli si trasformava in leone, sollevava eretto le zampe anteriori, conficcava le unghie da entrambe le parti nei due fianchi del combattente, e non desisteva se prima l'altro non avesse abbassato le mani. Ma quegli non le calò mai finché non ebbe completato le consuete preghiere. 107. Incrollabilità Sappiamo che tale fu anche Giovanni il Piccolo, ossia - per meglio dire - il grandissimo monaco che visse solitario in una fossa. Egli vi rimase, irremovibile, grazie alla sua intima unione con Dio, nonostante il demonio sotto forma di dragone fosse avvolto intorno a lui, gli mordesse le carni e gli eruttasse sul viso. 108. Imperturbabilità Tu hai sicuramente letto anche le vite dei monaci di Tabennesi, dove si narra che mentre l'abate Teodoro faceva un discorso ai fratelli, giunsero due vipere sotto i suoi piedi; ma egli, senza turbarsi, divaricando le gambe a mo' di volta, le accolse internamente, finché non ebbe portato a termine il discorso. Allora le mostrò ai fratelli, raccontando il fatto. 109. Forza dell'amore Abbiamo letto ancora, a proposito di un altro fratello spirituale, che mentre egli pregava, una vipera venne ad attaccarglisi al piede. Ma non abbassò le mani prima di aver terminato la consueta preghiera, né sub alcun danno egli, che amò Dio più di se stesso. 110. Costante saldezza Quando preghi, non distrarti con lo sguardo: rinnega la carne e l'anima, e vivi secondo l'intelletto. 111. Fervente ardore Un altro santo che conduceva nel deserto la vita solitaria pregando intensamente, fu assalito dai demoni. Per due settimane essi se lo palleggiarono, lanciandolo in aria e raccogliendolo su una stuoia, ma non riuscirono in alcun modo a far discendere il suo intelletto dall'ardente preghiera. 112. Zelo per il meglio Ad un altro ancora, che amava Dio e si prendeva cura della preghiera, si presentarono - mentre camminava nel deserto - due angeli, che lo misero in mezzo a loro e procedettero insieme a lui. Ma egli non prestò assolutamente

attenzione ad essi, per non perdere il meglio. Si ricordò, infatti, del detto dell'Apostolo che afferma: "Né angeli, né principati, né potestà potranno separarci dalla carità di Cristo". 113. Alla volta della condizione angelica Il monaco diventa uguale agli angeli attraverso la vera preghiera. 114. Visione speculare di Dio Se aspiri a vedere il volto del Padre che è nei cieli, non cercare assolutamente di percepire una forma o una figura nel tempo della preghiera. 115. Diffidenza verso le apparizioni Non desiderare di vedere sensibilmente angeli, o potestà, o Cristo, perché tu non perda completamente il senno, accogliendo il lupo al posto del pastore e adorando i demoni nemici. 116. Illusioni della vanagloria Origine delle illusioni dell'intelletto è la vanagloria, che lo spinge a tentare di circoscrivere il Divino in figura e forme.

4. VERSO LA BEATITUDINE (117-126)

117. Perfetta assenza di forma Quanto a me, dirò il mio pensiero che ho espresso anche altrove: beato l'intelletto che nel tempo della preghiera è arrivato in modo perfetto a non avere una forma. 118. Crescente desiderio di Dio Beato è l'intelletto che pregando senza distrazione ha un sempre più crescente desiderio di Dio. 119. Incontro all'immateriale Beato è l'intelletto che nel tempo della preghiera diventa immateriale e spoglio di tutto. 120. Pienezza del senso spirituale Beato è l'intelletto che nel tempo della preghiera ha ottenuto una perfetta insensibilità. 121. Sconfitta della vanagloria Beato è il monaco che si considera "rifiuto di tutti". 122. Ideale ecclesiale Beato è il monaco che guarda alla salvezza e al progresso di tutti come se fossero suoi propri, con ogni gioia. 123. Garanzia contro la vanagloria Beato è il monaco che considera tutti gli uomini come Dio, dopo Dio. 124. Armonia Monaco è colui che da tutti è separato e con tutti è armonicamente unito. 125. Comunione Monaco è colui che si ritiene uno con tutti, abituato com'è a vedere se stesso in ognuno. 126. Messe sublime Porta eccellentemente a perfezione la preghiera colui che sempre fa fruttificare per Dio tutta la sua primordiale capacità intellettiva.

5. DISCERNIMENTO E VIGILANZA (127-148) 127. Abito interiore e veste esteriore Evita ogni menzogna e ogni giuramento, se brami pregare da monaco; altrimenti, mostri invano ciò che non ti si conviene. 128. Longanimità Se vuoi pregare in spirito, non nutrire odio per nessuno, e non ci sarà nube che ti offuscherà la vista nel tempo della preghiera. 129. Totale fiducia in Dio Affida a Dio le necessità del corpo. Sarà chiaro, così, che gli affidi anche quelle dello spirito. 130. Regalità e ricchezza Se avrai conseguito le promesse, sarai re. Guardando, dunque, a tali prospettive, sopporterai volentieri la povertà presente. 131. Slancio verso l'alto Non ricusare la povertà e la tribolazione: sono alimenti che danno leggerezza alla preghiera. 132. Tre tappe per la scienza della Trinità Le virtù del corpo ti guidino a quelle dell'anima; le virtù dell'anima a quelle dello spirito; e queste alla scienza immateriale ed essenziale. 133. Conoscenza esperienziale dei cattivi pensieri Se, quando preghi contro i cattivi pensieri, essi s'acquietano facilmente, esamina da dove proviene ciò, perché tu non cada in agguato e non tragga te stesso in errore. 134. Stratagemmi dei demoni Accade che talora i demoni ti suggeriscano dei pensieri e, però, ti stimolino davvero a pregare contro di essi o a contraddirli; e che poi volontariamente si ritirino. Ciò, perché tu ingannato, possa immaginarti di

aver cominciato a vincere i pensieri e a mettere in fuga i demoni. 135. L'arma dell'umiltà Se preghi contro una passione o un demone che ti molesta, ricordati di Colui che dice: "Inseguirò i miei nemici e li raggiungerò; e non tornerò senza averli annientati; li colpirò e non potranno rialzarsi; cadranno sotto i miei piedi", eccetera. Queste cose opportunamente dirai, armandoti d'umiltà contro gli avversari. 136. Irreprensibilità Non ritenere di aver acquistato la virtù, se prima non hai combattuto per essa fino al sangue: bisogna, infatti, opporsi al peccato fino alla morte - secondo il divino Apostolo -, come un lottatore irreprensibile. 137. Scopo dei demoni Se a uno ti sarai reso utile, da un altro riceverai danno, perché l'ingiustizia da te subito ti spinga a dire o a fare qualcosa di sconveniente contro il prossimo, e a disperdere in malo modo ciò che bene avevi messo insieme. Questo è, infatti, lo scopo dei malvagi demoni; bisogna pertanto tenerne conto accuratamente. 138. Libertà dai demoni Disponiti sempre ai pesanti attacchi dei demoni considerando come tu possa sfuggire alla loro schiavitù. 139. Attacchi diretti e indiretti dei demoni Di notte, i malvagi demoni pretendono di turbare da se stessi il maestro spirituale. Di giorno, tramite gli uomini, lo circondano di difficoltà, di calunnie e di pericoli. 140. Splendore del cuore Non respingere i folloni. Se anche, infatti, battono e pestano i piedi, tendono e scardassano tuttavia - appunto così - la tua veste diventa splendente. 141. Profumo fragrante Fintantoché non avrai rinunciato alle passioni, e il tuo intelletto avrà continuato ad opporsi alla virtù e alla verità, non troverai nel tuo petto profumo di soave fragranza. 142. Emigrazione Aspiri alla preghiera? Emigra da quaggiù, e abbi in ogni tempo la tua patria nei cieli, non meramente con la semplice parola, ma con la pratica angelica e la scienza divina. 143. Incessante ricordo del Giudice Se soltanto nelle avversità ti ricordi del Giudice, e quanto terribile e incorruttibile Egli sia, non hai ancora imparato a servire il Signore nel timore e ad esultare in Lui nel tremore. Sappi, infatti, che anche negli svaghi e negli agi spirituali bisogna prestargli il culto con più riverenza e rispetto. 144. Perfetto pentimento Avveduto è l'uomo che fino alla perfetta penitenza non si stacca dal ricordo doloroso dei propri peccati e dalla sanzione del fuoco eterno per la loro punizione. 145. Le virtù-velo Chi, stretto ancora dai peccati e dagli accessi di collera, osa con impudenza tendere alla santa scienza delle cose o anche penetrare nella preghiera immateriale, costui riceve la censura dell'Apostolo, poiché non è senza pericolo che egli preghi col capo nudo e scoperto. Un'anima in tali condizioni - sta, infatti, scritto - deve portare sul capo un segno della sua dipendenza a motivo degli angeli presenti, coprendosi di pudore e di umiltà come si conviene. 146. Il Sole e la lucerna Come non gioverà a chi soffre di una malattia agli occhi fissare senza schermo e con insistenza il sole in pieno mezzogiorno e nel suo più intenso fulgore, così non gioverebbe in alcun modo all'intelletto contaminato da passioni e impuro contraffare la terribile e sublime preghiera in spirito e verità; ma anzi, al contrario, ciò susciterebbe contro il medesimo intelletto la divina indignazione. 147. L'altare e il turibolo Se colui che si era avvicinato con un dono all'altare non fu accolto da Chi non ha bisogno di nulla ed è incorruttibile, finché non si fosse riconciliato con il prossimo che aveva motivo per dolersi di lui, considera di quanta sorveglianza e di quanto discernimento c'è bisogno perché offriamo a Dio un incenso ben gradito sull'altare dell'intelletto. 148. Il volto del peccatore Non essere uno che si compiace della verbosità e della gloriola. Altrimenti i peccatori costruiscono non più sul tuo dorso, ma sul tuo volto, e sarai per loro oggetto di ludibrio nel tempo della preghiera, adescato e sedotto da essi con pensieri diversi.

6. SULLA VIA DELLA GIOIA (149-153) 149. L'attenzione L'attenzione che va in cerca della preghiera troverà la preghiera, poiché, se c'è qualcosa a cui segue la preghiera, è l'attenzione. Per questa bisogna, dunque, seriamente adoperarsi.

150. Contemplazione deificante Come la vista è il migliore di tutti i sensi, così pure la preghiera è la più divina di tutte le virtù.

151. L'eccellenza della qualità L'eccellenza della preghiera non è data dalla mera quantità, ma dalla qualità. Ciò dimostrano quelli che salirono al tempio, e l'espressione: "Voi, quando pregate, non ripetete vanamente le stesse parole", eccetera.

152. La strada lenta Fintantoché fai attenzione a ciò che è conveniente al corpo, e il tuo intelletto ha cura delle cose che sono di gradimento alla tenda, non hai ancora visto il luogo della preghiera. Anzi, è lontana la strada beata che ad essa conduce.

153. Al di sopra di ogni gioia Quando, infatti, accostandoti alla preghiera, sei pervenuto al di sopra di ogni altra gioia, allora hai veramente trovato la preghiera.

Da: <http://www.monasterovirtuale.it/Padri%20del%20deserto/deoratione.html>