

PACE CON SE STESSI

Si racconta che un giorno abba Pior si alzò dal suo letto fermamente deciso a cambiare vita. Decisamente così non si poteva più andare avanti. Da qualche anno era stato nominato economo del suo monastero; non che non gli piacesse, anzi se la cavava piuttosto bene, ma l'economato è un incarico che ti porta ad avere a che fare con tanta gente che non ti lascia mai in pace. Fosse soltanto quello! Il suo vicino di cella era un tipo un po' brontolone, ogni giorno ne aveva una, e poi c'era un altro monaco che trovava ogni occasione buona per parlare male di un altro, e poi ... insomma i motivi erano tanti. Abba Pior da tanto tempo aveva chiesto di potersi ritirare in solitudine per cercare la pace con Dio, ma l'abate glielo aveva sempre negato; ora però, basta. Continuava a perdere la pazienza ora con l'uno, ora con l'altro, lui che era così pacifico e mite. Andò dall'abate e riuscì esporgli la situazione in modo tale che l'abate non si sentì di dirgli altro se non: "Fa come ti dice la tua coscienza, figlio mio". Abba Pior, strappato il consenso, partì, si sistemò in una cella isolata a una certa distanza dal monastero. Che pace! Nessun brusio logorava le sue orecchie, lungi da lui i rumori dei lavori d'artigianato, i passi rumorosi dei vicini ... Che pace! Che quiete! Fu la sensazione di qualche ora, non durò neppure un giorno. Abba Pior si ritrovò a litigare con la brocca dell'acqua, con la porta che scricchiolava, con gli animali del deserto che di notte giravano vicino alla sua cella e disturbavano il suo sonno. Pace non c'è! Ma abba Pior era un uomo umile e onesto, capì che la pace non era in lui e se ne tornò umilmente dal suo abate a chiedere perdono. Quel giorno aveva iniziato il cammino per diventare un uomo di pace, smettere di sognare la pace fuori di sé per averla dentro di sé.

Questo non significa che non ci siano circostanze dalle quali dobbiamo fuggire per riuscire a custodire la pace del cuore. Non siamo chiamati all'eroismo, non è questa la vocazione cristiana. Ognuno di noi ha differenti doni e differenti limiti e con umiltà e discernimento facciamo obbedienza agli uni e agli altri, tuttavia noi viviamo in un mondo ferito dal peccato, in un mondo dunque che non è in pace e il Signore ci invia, quali operatori di pace in questo mondo, non nel regno, non nel mondo ideale, non nel mondo come noi vorremmo che fosse, ecc. ... Se vivo di fede tutto ha un senso, tutto può essere vissuto in Cristo, per Cristo e con Cristo e qui trovo la pace, una pace sofferta, una pace che porta i segni della croce, una pace diversa da quella del mondo.

Diceva Nietzsche: “Per credere a ciò che dicono i cristiani vorrei che avessero la faccia un po’ più da risorti ...”. Ci sarebbe veramente da chiederci se viviamo ciò che diciamo di credere. Dov’è lo specifico del cristiano? In che cosa siamo diversi dai non credenti? Solo per il tempo che dedichiamo alla liturgia, alla preghiera? In che modo stiamo nel mondo? I nostri volti, le nostre persone riflettono la gloria del Signore? Ci lasciamo trasformare a sua immagine? O forse la nostra mancanza di pace proviene dal fatto che ci sentiamo Salvatore più che salvati e sentiamo sulle nostre spalle il peso del mondo intero ... a volte si ha questa impressione, sembra che essere cristiani sia un problema di quantità; più cose faccio, più sono cristiano: il tutto misurato secondo criteri di efficienza di questo mondo; il regno lavora in altro modo.

Ma anche la pace la si può imparare. Certo, è un dono di Dio che scende dall’alto e che è sempre minacciato; tuttavia possiamo imparare ad accoglierla. Dicevo che è un dono sempre minacciato; i rabbini raccontano che quando Dio volle creare l’uomo, gli angeli che erano al suo servizio si divisero. Alcuni dicevano: “Si crei”; altri dicevano: “Non si crei”. Gli angeli dell’amore e della giustizia volevano che fosse creato, gli angeli della verità e della pace si opponevano. Verità e pace si oppongono dicendo che l’uomo le offenderà: “Sarà menzognero”, diceva la Verità. “Sarà litigioso e farà guerra” diceva la Pace. Ma Amore e Giustizia dicono: “Senza l’uomo chi ci realizzerà?” Dio ribatte: Basta discussioni, l’uomo è già creato”. Creando l’uomo Dio si è assunto un rischio: che pace e verità vengano ferite e offese, ma l’uomo è ad immagine e somiglianza di Dio, è capace di amore e giustizia che ricreano la pace e la verità. E allora può realizzarsi la profezia del Sal 85,11-12: “Amore e verità si incontreranno, pace e giustizia si baceranno”.

La pace si può imparare; si può diventare uomini e donne di pace. Diceva abba Poemen “Avvicinati a chi sa ciò che vuole e troverai pace” (*Deti dei padri del deserto*: Poemen 143). Che cosa voglio? Che cosa cerco?” Fuori di te nullo, cerco sulla terra” (Sal 73,25)

Di abba Arsenio si racconta che si ripeteva costantemente la domanda: “Arsenio, perché sei uscito dal mondo?”; secondo la tradizione armena questa domanda era diventata una cantilena che lo accompagnava durante tutta la giornata. Un altro detto mi sembra significativo

“Fu chiesto a un anziano come possa un monaco vigilante non rimanere scandalizzato quando vede qualcuno ritornare nel mondo. Quello rispose: “Bisogna osservare i cani che cacciano le lepri: come uno di essi vede una lepre, la insegue finché non la raggiunge, senza lasciarsi sviare; gli altri invece guardano semplicemente il cane che insegue e corrono con lui per un po’, quindi ci ripensano e tornano indietro. Solo quello che ha visto la lepre, la insegue fino a raggiungerla, senza lasciarsi sviare dalla meta a motivo di quelli che sono ritornati indietro, né dalla preoccupazione dei precipizi, dei rovi o delle spine. Così anche colui che cerca Cristo, il Signore, fissando incessantemente la croce,

supera tutti gli ostacoli che gli si oppongono, finché non abbia raggiunto il Crocifisso” (*Anon.*, Nau 203).

La pace nel cuore

La pace non può fondarsi sugli eventi esterni che sono sempre mutevoli. Le vicende della vita sono alterne, a volte poco comprensibili, o meglio, la vita è mistero. Ci sono dei santi che hanno avuto una vita tribolattissima, una vita di incomprensioni, ingiustizie, patimenti e che tante volte hanno patito da parte dei loro fratelli, dei loro superiori, eppure sono stati uomini di pace. Ci sono stati santi che, almeno apparentemente, sono stati amati e “riconosciuti” già in questa vita. Ci sono temperamenti più sensibili e altri più pacifici, ma non è ancora la pace cristiana. Pensate a Teresina di Lisieux: viveva in un ambiente a dir poco nevrotico, ma ha trovato la via della pace. Chissà noi in quelle condizioni! O a papa Giovanni, inviato in Bulgaria perché si voleva allontanarlo da Roma; doveva restarci pochi mesi e ci resta dieci anni, eppure non perde la pace. Sapeva che cosa cercava, sapeva chi cercava. Aveva la pace nel cuore, nella cella interiore. A volte noi, invece, crediamo di aver tante cose da insegnare agli altri, tante cose da fare e non ci preoccupiamo innanzitutto di *essere* uomini e donne di pace.

“È dentro di noi che la pace comincia. Questa pace che nasce dalla riconciliazione con le nostre ferite interiori, ascoltando la nostra vita interiore invece di ignorarla, dando spazio e dignità alle dimensioni più vulnerabili del nostro essere, riconoscendo con umiltà la frustrazione, la violenza e l’aggressività che risiedono anche in noi. Questa pace nasce dalla capacità di trasformare le nostre quotidiane armi di guerra in vomeri. Non la troviamo prefabbricata in nessun luogo. Va costruita con pazienza. Costruzione della pace con gli altri: lento lavoro d’artigiano, in cui si intrecciano con sapienza fili diversissimi, rispettando l’unicità di ciascuno e, allo stesso tempo, scoprendo il significato profondo della convivialità. Pace che non ha né vincitori né vinti, ma è una danza di esseri umani che si tengono per mano e imparano ad accettarsi nella loro reciproca fragilità” (cf. José Tolentino Mendonça).

Figlio mio, dammi il tuo cuore!

Diceva Antonio: “Chi dimora nel deserto e cerca la pace è liberato da tre guerre: quella dell’udito, quella della lingua, quella degli occhi. Gliene resta una sola: quella del cuore” (*Antonio* 11).

In che cosa consiste questa lotta del cuore? Il cuore è il luogo della preghiera. Il cuore, inteso in senso biblico, è il centro della vita della persona. Nel Nuovo Testamento Gesù

rimprovera i discepoli di avere un cuore cieco, indurito (cf. Mc 8,17), lento a credere (cf. Lc 24,25). Pietro, nella sua prima lettera, parla di uomo nascosto nell'intimo del cuore (cf. 1Pt 3,4). Ma occorre imparare a conoscere il proprio cuore, a discernere le presenze che lo abitano. Dice Gesù: "Dal di dentro, infatti, cioè dal cuore degli uomini, escono le intenzioni cattive: fornicazioni, furti, omicidi, adulteri, cupidigie, malvagità, inganno, impudicizia, invidia, calunnia, superbia, stoltezza. Tutte queste cose cattive vengono fuori dal di dentro e contaminano l'uomo" (Mc 7,21-23).

La lotta contro il peccato inizia nel cuore. Il peccato, dicono i padri, nasce sempre da un pensiero che sgorga dal nostro cuore. Occorre imparare a vigilare sui nostri pensieri, a lottare contro quelli malvagi, a seminare nel terreno del cuore la Parola di Dio prima che il Divisore vi getti il suo seme. I padri sono molto critici nei confronti di chi crede di aver tante cose da insegnare agli altri e non si preoccupa della propria conversione:

"I padri di un tempo sono partiti per il deserto e sono stati guariti; sono diventati medici, si sono curvati su altri e li hanno guariti. Noi invece, nel momento stesso in cui usciamo dal mondo, prima di essere guariti, vogliamo curare gli altri e così abbiamo una ricaduta e lo stato finale è peggiore del primo e udiamo il Signore che dice: 'Medico, dapprima, cura te stesso' (Lc 4,23)" (Nau 603).

Questa lotta interiore contro il male per predisporre il cuore alla venuta del Signore viene chiamata dai padri *práxis*. "Passione" equivale a "pensiero": con questo termine non si intende il ragionamento, ma un abbozzo di pensiero, un'immagine, un sentimento che si affaccia al nostro cuore. In questo senso il termine *loghismós* è impiegato anche nel Nuovo Testamento, ad es. in 2Cor 10,4 e in Mt 15,19 (*dialoghismói*). [Anche nell'AT *yesér* = pensiero ha un senso negativo. Cf. Gen 8,21: "JHWH disse nel suo cuore: io non maledirò più il suolo a causa dell'uomo, perché il pensiero dell'uomo è malvagio fin dalla giovinezza" (Sir 15,14, in greco: *diaboulion*)]. La necessità di raccogliere gli insegnamenti dei padri del deserto per tramandare la loro dottrina spirituale spinse Evagrio a comporre una lista di *loghismói* che divenne classica nell'oriente cristiano: "I pensieri più generali nei quali è compreso ogni pensiero sono in tutto otto. Primo è quello della gola e, dopo di lui, quello della fornicazione. Terzo, quello dell'avarizia; quarto, quello della tristezza; quinto, quello dell'ira; sesto, quello dell'accidia; settimo, quello della vanagloria; ottavo, quello della superbia" (*Trattato pratico* 6). Questo elenco è passato in occidente con alcune

varianti ad opera di Gregorio Magno: sarebbe interessante riprendere questa lista e analizzare ciò che vien detto di ogni pensiero. Va notato che il primo pensiero, quello che origina tutti gli altri, è la gola, o meglio, la voracità, cioè il peccato di Adamo ed Eva in Gen 3; è voler inghiottire, far proprio, accaparrare qualcosa o qualcuno, piegare il mondo a sé, piegare la realtà ai propri desideri: “Tutto è mio”, “tutto e subito”: questa è la logica della voracità. L’io è il centro dell’universo. E in tutti gli altri pensieri si descrive sempre una ferita dell’io; non vuole perdere se stesso e allora è nella tristezza, nell’acedia, nell’avarizia, ecc. Se il cuore è abitato da questi pensieri non avrà mai pace, o meglio, se “l’uomo nascosto nell’intimo del cuore” (1Pt 3,4).

Occorre vegliare per discernere e sradicare questi pensieri sul nascere, prima che si tramutino in peccato: “Un fratello chiese ad abba Arsenio di dirgli una parola. L’anziano gli disse: ‘Lotta con tutte le tue forze perché il lavoro che fai dentro di te sia secondo Dio e così vincerai le passioni di fuori (cf. 2Cor 4,16)’” (*Alf.*, Arsenio 9).

Più volte il Nuovo Testamento invita a vegliare, ad essere sobri, a vigilare, perché “il diavolo, come leone ruggente va in giro cercando chi divorare” (1Pt 5,8). Occorre lottare, affrontare la guerra contro il male. Alcuni padri hanno tramandato e sistematizzato l’analisi del processo attraverso il quale si passa da un pensiero a un peccato. Marco l’eremita e Giovanni Climaco in particolare distinguono i vari momenti in cui i pensieri entrano nel cuore e ne prendono possesso. Con fine penetrazione psicologica descrivono ciò che accade nel cuore dell’uomo. All’inizio, dicono vi è una semplice “suggerione”, una sensazione, un sentimento cattivo che bussava alla porta del cuore. Se non abbiamo imparato a riconoscerlo subito e a chiudergli la porta in faccia, cominciamo a discutere con questo pensiero. È la seconda fase, il “dialogo” o “colloquio”, è ciò che Eva fa con il serpente. Ma già in questo colloquio, avvertono i padri, disperdiamo le nostre energie e lasciamo che il serpente stravolga il nostro sguardo sulla realtà, fino a convincervi che le cose stanno veramente così, che davvero l’altro è nemico, è malvagio ... A questo punto è facile il passaggio alla terza fase “il consenso”, il dire di sì al pensiero malvagio, l’acconsentire alla parola del serpente. Ormai l’atto, il gesto cattivo, “il peccato”, ha la strada pronta. Quando questo processo si ripete più volte senza che noi ci preoccupiamo di interromperlo, nasce “l’abitudine”, e allora il comportarsi in modo contrario al desiderio di Dio su di noi finisce per diventare come naturale, come una seconda natura che offusca la nostra natura vera: l’essere a immagine e somiglianza del Signore. Tutti i padri insistono nel dire che

occorre lottare con i pensieri subito, non appena si presentano a noi. Dice Evagrio: “Sii il portinaio del tuo cuore e ad ogni pensiero che si presenta rivolgiti questa domanda: ‘Sei dei nostri o sei degli avversari?’ (Gs 5,13)” (*Lettera* 11,3).

Come si conquista questa capacità di discernere fra i vari pensieri? I padri insistono sulla necessità di avere uno spazio di silenzio, un “deserto”, per imparare a conoscere il nostro cuore e ad ascoltare Dio che parla al cuore. Certo la solitudine non è facile. Ben lo sapeva un giovane monaco che, dopo aver vissuto alcuni mesi nel deserto, scoraggiato e spaventato poiché gli pareva di diventare sempre più cattivo, si recò da un anziano abba a chiedergli consiglio. L’abba l’ascoltò con amore e pazienza; quindi, senza dire altro, lo condusse accanto a una pozza d’acqua e gli ordinò di gettarvi un sasso. Quindi disse: “Specchiati!”. Lo specchio d’acqua era increspato, era impossibile specchiarsi e il giovane lo fece notare. “Aspetta un poco. Ora specchiati”, ordinò nuovamente l’anziano. Il giovane si specchiò e vide la sua immagine riflessa nell’acqua. “Vedi, gli disse l’abba, quando uno vive in mezzo ad affanni e a preoccupazioni vive fuori di sé e non si conosce; è come l’acqua agitata, non ci si può specchiare. Ma quando si ritira in solitudine, allora vede se stesso in verità. Non sei diventato più malvagio vivendo nel deserto; sei ciò che eri prima, ma allora non te ne accorgevi. Va’, lavora e il Signore sia con te” (*Anon.*, Nau 134). Non dicevano i padri che “chi sa vedere il suo peccato è più grande di chi resuscita i morti?” (Isacco il Siro, *Discorsi* 34).

Nella solitudine mi libero dai ruoli che devo quotidianamente recitare; non c’è nulla che distraiga, non ci sono amici con i quali parlare, telefonate da ricevere, riunioni a cui assistere, libri per distrarre ... nient’altro che l’io: nudo, vulnerabile, debole. È questo nulla che io devo guardare in faccia nella mia solitudine, un nulla così terribile a vedersi, che tutto in me aspira a correre verso i miei amici, il mio lavoro, le mie distrazioni, per dimenticare la mia solitudine e non vedere chi sono in verità. Ma questa è alienazione, questo risponde all’illusione di salvarci da noi stessi.

Giovanni Climaco, in una raccolta di consigli indirizzati a chi vuole vivere nella preghiera continua, dice che per dimorare nel vero silenzio occorre imparare a chiudere tre porte: “Chiudi la porta della cella al tuo corpo, la porta della lingua alle vane parole, la porta del cuore ai pensieri” (*Scala del Paradiso* 27,19). Occorre uno spazio di silenzio, occorre fare silenzio, ma poi il silenzio vero lo si raggiunge con la terza porta, quando chiudiamo la porta del cuore ai pensieri. Questo è

il vero silenzio, o meglio la vera *esichía*, parola assai ricca che indica un atteggiamento di raccoglimento, di pace interiore. Il risultato della lotta contro i pensieri è la pace interiore, la pace profonda. Certo, dice Ef 6,12: “La nostra battaglia non è contro creature fatta di sangue e di carne, ma contro i principati e le potestà, contro i dominatori di questo mondo di tenebra, contro gli spiriti del male che abitano nelle regioni celesti”; tuttavia il fatto che questi pensieri “turbino o meno il cuore non dipende da noi, ma che si attardino o meno, che scatenino le passioni o meno, questo sì dipende da noi” (Evagrio, *Trattato pratico* 6).

Evagrio e altri padri con lui, chiameranno *apátheia* quella pace profonda che nasce nel cuore di chi ha imparato a vigilare e a lottare o, per dirla con il Sal 119,109 chi “ha l’anima nelle proprie mani” (eb.: “la mia anima è nelle tue mani”; gr.: “la mia anima è nelle mie mani” per consegnarla al Signore). Ora il termine *apátheia*, che non è biblico, ha provocato grandi discussioni all’interno della spiritualità cristiana, ha sollevato in particolare le ire e lo scherno di Girolamo, che nelle sue opere ricorda Evagrio tre volte e tutte e tre le volte entra in polemica con lui riguardo all’impassibilità. Nella *Lettera* 133,3 scrive:

“Evagrio scrisse un libro e delle sentenze sull’*apátheia* che noi possiamo definire impassibilità o imperturbabilità; essa si ha quando l’animo non è mosso da alcun pensiero e da nessun vizio, insomma quando è diventato o un sasso o un dio”.

In verità il concetto di *apátheia* non merita il rimprovero e lo scherno di Girolamo, anche esso può essere sostituito con quello di *esichía*, di pace profonda, pace interiore. E questo non significa imperturbabilità, assenza di lotta: dice Evagrio che chi ha raggiunto l’*apátheia* continua la lotta contro le passioni, ma ormai ha imparato l’arte della guerra. Diceva Poimen: “Anche se l’uomo costruisse un cielo nuovo e una terra nuova, non potrebbe rinunciare alla lotta” (Poimen 48).

“Un fratello che viveva alle Celle, era turbato dalla solitudine; venne da Teodoro di Ferme e glielo disse. E l’abba gli rispose: “Va’, umilia il tuo pensiero, sottomettiti e vivi con altri”. Il fratello tornò dall’anziano e gli disse: “Neppure in mezzo agli uomini trovo pace”. Gli disse l’anziano: “Se da solo non trovi pace e con altri neppure, perché sei uscito dal mondo per farti monaco? Non forse per sopportare la tribolazione? Dimmi: da quanti anni hai indossato l’abito?”. Gli rispose: “Da otto”. Gli disse allora l’anziano: “In verità io ho trascorso ottant’anni nella vita monastica e non ho trovato pace un solo giorno, e tu pretendi di averla dopo otto anni?”. Udite queste parole, il fratello se ne andò fortificato” (*Alf.*, Teodoro di Ferme 2).

Oggi comincio

Non appena il pensiero è riconosciuto come malvagio, va subito troncato. Il seguente detto, uno tra i tanti che si potrebbero citare a questo proposito, è emblematico.

“Abba Giuseppe chiese ad abba Sisoës: ‘In quanto tempo bisogna troncare le passioni?’. ‘Vuoi sapere il tempo?’, gli dice l’anziano. ‘Sì’, dice abba Giuseppe. Dice allora l’anziano: ‘Nel momento in cui viene la passione, troncala subito’” (*Alf.*: Sisoës 22).

Doroteo, monaco nel deserto di Gaza nel VI secolo, riassume l’insegnamento tradizionale dei padri del deserto egiziano quando insegna che le passioni vanno sradicate quando sono come piccoli arbusti, se diventano come alberi grandi con radici profonde, nonostante tutta la nostra fatica non riusciremo a estirparle. Cita il salmo 136,9: “Beato chi afferrerà e schiaccerà i tuoi piccoli contro la roccia” e commenta:

“Beato chi, fin dall’inizio, non lascia spazio ai tuoi figli, ovvero ai pensieri cattivi, perché crescano in lui e compiano il male, ma li afferra subito finché sono ancora piccoli e [...] li schiaccia contro la pietra, che è Cristo (cf. 1Cor 10,4)” (Doroteo di Gaza, *Insegnamenti spirituali* 11,115-116).

È questa la dottrina più diffusa presso i padri del deserto. Secondo alcuni, tuttavia, chi è giunto a una certa maturità nella vita spirituale deve lasciar entrare il pensiero, combatterlo e vincerlo. Così insegna abba Giuseppe di Panefo ad abba Poimen che gli aveva chiesto: “Che cosa devo fare quando si avvicinano le passioni? Devo resistere o lasciarle entrare?”:

“Lasciale entrare e combatti con esse [...]. Se giungono le passioni e combatti con loro, dando e ricevendo colpi, ti renderanno più provato. Io ti ho parlato come a me stesso. Vi sono altri invece ai quali non giova neppure che le passioni si avvicinino, ma devono scacciarle immediatamente” (*Alf.*: Giuseppe di Panefo 3).

Occorre tuttavia procedere con gradualità, combattere il pensiero dominante, e poco per volta si riporterà la vittoria anche sulle passioni più deboli (cf. *Anon.* 219; Cassiano, *Conferenze* V,14,1-3).

Vi sono alcuni autori patristici che giungono ad affermare che le passioni non sono cattive in se stesse; sono gli esseri umani che, con un cattivo esercizio della loro libertà, hanno trasformato “in passioni quelle che erano proprietà costitutive della nostra natura” (Giovanni Climaco, *La scala*

XXVI,2,41). Non si tratta allora di recidere le passioni, di ucciderle, ma di convertirle, di riorientarle.

Il cammino di conversione richiede una lotta perseverante, senza cedere allo scoraggiamento. Siamo in via, in cammino verso il regno, un cammino che conosce soste, cadute, deviazioni ... Tutti i padri insistono sull'importanza di ricominciare sempre, senza stancarsi mai, senza misurare il cammino percorso. Diceva abba Poimen: "C'è una voce che grida all'uomo fino all'ultimo respiro: Oggi convertitevi!" (*Alf: Poemen S 5*).

"Fu chiesto ad abba Poimen: 'A chi si riferisce la parola della Scrittura: "Non preoccupatevi del domani (Mt 6,34)?'. L'anziano rispose: 'È per quell'uomo che si trova nella tentazione e che si scoraggia, perché non si preoccupi dicendo: Quanto tempo dovrò stare in questa tentazione?, ma piuttosto rifletta dicendo ogni giorno: 'Oggi'" (*Alf: Poemen 126*).

È il Signore che riporta la vittoria. La nostra lotta serve a sgombrare il cuore e a lasciare che il Signore venga a dimorare in noi. "Perciò ciascuno di quelli che così combattono può dire: "Non io, ma la grazia di Dio che è con me" (1Cor 15,10)" (*Vita di Antonio 5,7*).

Le parole di un'amma del deserto, Sincretica, sintetizzano l'itinerario della lotta spirituale. "Per quelli che si accostano a Dio, all'inizio vi è lotta e grande fatica; poi, gioia indicibile. Come coloro che vogliono accendere un fuoco, all'inizio sono soffocati dal fumo e lacrimano ma poi raggiungono ciò che cercano, così anche noi dobbiamo accendere il fuoco divino con lacrime e fatica" (*Alf: Sincretica 1*).

C'è una guerra da sostenere per difendere la pace, ma questa guerra è interiore. Se la casa del nostro cuore è occupata da altro, i pensieri non troveranno spazio. Noi non abbiamo il vuoto interiore. Chi, che cosa ci abita? Ci lasciamo abitare dalla Parola? "Se il cuore riceve la Parola e rimane in essa, produce pensieri di pace" (*Dialoghi di anziani sui pensieri 20*).

"Un anziano disse: "Quando ti alzi dopo aver dormito, subito, per prima cosa, la tua bocca renda gloria a Dio. Dovrà intonare inni e salmi perché lo spirito continua a macinare per tutto il giorno, come una mola, il primo pensiero cui si è unito fin dall'aurora, sia che si tratti di grano sia che si tratti di zizzania. Per questo devi essere sempre il primo a gettare il grano, prima che il tuo nemico semini la zizzania" (*Anon. N 592/43*).

Se non c'è questa vigilanza e i pensieri crescono in noi, ribollono come legumi in una pentola. "Mettiamo freno all'effervescenza dei pensieri che ribollono in noi come acqua in ebollizione ruminando incessantemente la parola di Dio e ne saremo liberati" (*Ammonizioni di san Pacomio*).

Solitudine e silenzio sono due mezzi che possono aiutarci a predisporci alla pace, *possono*: ci sono momenti, quando il cuore è colmo, quando si è perso il timone, in cui è meglio trovare un cuore misericordioso che ci sappia ascoltare e accolga con amore la nostra sofferenza.

Vegliare è una qualità di Dio

Vegliare è qualcosa che Dio ci chiede, ma che lui stesso ha fatto per primo, così come lui stesso ha avuto fiducia/fede in noi prima ancora che noi avessimo fiducia/fede in lui. Il Sal 121 ci parla della veglia di Dio sul credente che sale a Gerusalemme. Il viaggio è pericoloso. Da dove verrà l'aiuto? Non dai monti dove sorgono i santuari dei pagani, ma dal Signore che veglia sui suoi amici, che cammina con il suo popolo come nell'esodo, che è custode di Israele, lo custodisce come pupilla del suo occhio, veglia su di lui come un'aquila che veglia sulla nidiata.

Sollevo i miei occhi verso i monti
da dove mi verrà l'aiuto?
Il mio aiuto verrà dal Signore
egli ha fatto cielo e terra.
Non lascerà vacillare il tuo piede
non dorme il tuo custode
no, non sonnecchia e non dorme
il custode di Israele.
Il Signore è il tuo custode, la tua ombra
il Signore è alla tua destra.
Di giorno non ti colpirà il sole
né la luna di notte.
Il Signore ti custodirà da ogni male
custodirà la tua vita
Il Signore custodirà il tuo entrare e il tuo uscire
da ora e per sempre.

L'ebreo che inizia il suo viaggio è un po' timoroso, corre il rischio di attraversare luoghi insicuri che non conosce, ma si fa coraggio sapendo che Dio veglia su di lui. Non sarà colpito dalla calura del sole e neppure dagli influssi malefici della luna, come si credeva in quel tempo. Il Signore veglia sul suo entrare e il suo uscire, espressione che indica l'entrare nella vita e l'uscirne. In altre parole veglia su tutta la tua vita.

Come rispondere a questo atteggiamento di Dio? Ce lo dice un altro salmo, il sal 131.

Signore, il mio cuore non si esalta
 i miei occhi non guardano troppo in alto
 non vado in cerca di cose grandi
 di grandi azioni al di là delle mie forze.
 No, io raffreno il mio cuore
 nella quiete e nel silenzio
 come un bambino svezzato in braccio a sua madre
 in me è tranquillo il mio cuore.
 Attendi il Signore, Israele
 da ora e per sempre!

Il credente ha imparato dagli eventi della vita a non esaltarsi, a non cercare grandi cose. Ha riconosciuto che non tutto è nelle sue mani. Non è un invito al fatalismo, a un abbandono inattivo; c'è un impegno, un mettere in pratica la legge del Signore, a vivere l'amore per Dio e per il prossimo con tutte le proprie forze, ma il credente che conosce la sua fragilità, i suoi limiti, si abbandona al Signore come un bambino piccolo si affida alla madre. "Come un bambino svezzato in braccio a sua madre in me è tranquillo il mio cuore". Cerchiamo la tranquillità, la quiete, la pace interiore nell'abbandono confidente nel Signore? Se c'è questa pace profonda dentro di noi, potremo vivere anche le difficoltà, le situazioni difficili con maggior serenità e fiducia.

Vigilanza e preghiera

L'appello alla vigilanza appare negli evangelii al momento della partenza di Gesù; l'evangelo di Marco ne fa un insegnamento che ricopre l'insieme del cap. 13, proprio prima della salita di Gesù verso la sua passione e la sua resurrezione. Sembra che in Marco l'invito a vegliare costituisca il testamento di Gesù, i suoi ultimi consigli dati ai discepoli prima della sua partenza, avvertimenti tanto più preziosi e urgenti in quanto costituiscono le ultime parole condivise, devono restare nello spirito degli ascoltatori come l'essenziale che il maestro ha voluto loro consegnare. Il tema della veglia è strettamente congiunto a quello della preghiera.

Un padre del deserto ha detto: "La dimenticanza è radice di tutti i mali" (Detti dei padri, *Serie anonima*, Nau 65). Siamo costantemente tentati dall'oblio, dalla dimenticanza. Non ricordiamo più chi siamo, non ricordiamo più che cosa il Signore ha fatto per noi, non ricordiamo più il senso di quello che stiamo facendo, la direzione verso la quale ci muoviamo. Il mondo antico viveva sulla memoria, sul ricordo tramandato di generazione in generazione; oggi la pluralità di cose da ricordare, la pluralità di immagini che ci colpiscono diminuisce la profondità della memoria. Occorre per uscire dallo stato di sonnambulismo quotidiano, occorre risvegliare il cuore, trovare la via verso il nostro

cuore e liberarlo da tutto ciò che lo ingombra. Occorre vegliare per rientrare in se stessi, ritornare al vero centro della nostra persona, *redire ad cor* (Is 46,8), ritornare al centro di noi stessi, nel *noûs* dove risiede l'immagine di Dio, immagine spesso offuscata dal peccato, dalle mille distrazioni e affanni da cui ci lasciamo prendere nel corso delle nostre giornate. Eppure questa immagine c'è, come ci ricorda la parabola della dracma smarrita (cf. Lc 15,8-10) nell'interpretazione dei padri; essa è dentro la casa, nascosta in qualche angolo, impolverata. Occorre riscoprirla, portarla alla luce. Occorre rientrare in se stessi, come il figlio minore che è uscito dallo spazio d'amore del Padre, ha dimenticato di essere figlio e se ne è andato per le sue strade, a un certo momento è rientrato in se stesso. Si era messo a servizio di uno degli abitanti della regione; in greco *ekolléthe*, lo stesso verbo che troviamo nel Sal 63,8: *a te aderisce l'anima mia*. Invece di attaccarsi al Signore, si era attaccato a un uomo. Quando il figlio riprende a vegliare, riprende ad attendere l'amore del Padre, allora scopre che il Padre lo attende, lo attendeva già da tempo, l'ha sempre atteso. Si ricorda dell'amore del Padre.

Il nostro cuore non conosce il vuoto: o è abitato dal Signore o è abitato dai pensieri. La memoria di Dio permette al Signore di abitare in noi. Non si tratta di recitare lunghe preghiere, di conoscere la Bibbia a memoria. Basta un breve pensiero, la ripetizione di un versetto della Bibbia a cui ci sentiamo particolarmente legati per mantenere vivo in noi il ricordo del Signore. Nelle nostre giornate, quando rischiamo di essere travolti dalle cose da fare e perdiamo la pace, dobbiamo rifugiarsi nella "cella" interiore, in quella stanzetta dentro di noi dove viviamo nell'intimità con il Signore e lì ritrovare la pace e la gioia. Se le facciamo dipendere dagli eventi esterni, raramente saremo in pace o nella gioia; occorre cercare un'altra pace e un'altra gioia, più profonde. C'è un salmo in particolare che i padri citano quando parlano della preghiera; è il sal 76,4: "Mi sono ricordato di Dio e ho gioito". E questo potremmo dire, fino a diventare memoria vivente, fino a diventare preghiera, come si diceva di san Francesco. È chiaro che questa memoria non è nulla di intimistico, non è evasione da questo mondo per rifugiarsi in un altrove di pace; è memoria che coinvolge la nostra vita, è memoria "eversiva". So chi sono e so dove vado; vengo dal Padre e a lui faccio ritorno, inviato in questa vita per essere una parabola dell'amore di Dio per gli uomini miei fratelli. Custodendo la memoria di Dio, perdiamo gusto, interesse, attrazione per alcune cose e finiamo per trovare la nostra gioia nelle cose di Dio. C'è qualcosa che va dimenticato, c'è una separazione da compiere, un lasciar perdere tante parole che ci raggiungono e che non sono secondo il vangelo, tante cose che ci spingono all'egoismo invece che all'amore. Il prolungato ricordo di Dio muta l'intima disposizione del cuore, lo predispone all'amore.

Pace con il passato

Una delle principali sorgenti della mancanza di pace nasce dalla non-accettazione di sé, dalla non-accettazione della propria storia. Nutriamo rancore nei confronti della vita. Ci sentiamo disillusi, arrabbiati con noi stessi per non essere stati capaci di sfruttare le opportunità che ci erano offerte. Per molti di noi il passato è un atto di accusa contro la nostra incapacità. Se ci limitassimo a imparare dai nostri errori, saremmo saggi. Il più delle volte, invece, ci lamentiamo e recriminiamo contro noi stessi, contro le debolezze e le paure. “Non si piange sul latte versato”. Ogni briciola di forza spesa in cose che non possiamo cambiare non è solamente gettata via, ma è uno spreco di energia per l’agire futuro. Ci sono persone che hanno una vita triste perché ricordano sempre e solo fatti tristi. Hanno gli archivi del cuore colmi di risentimento.

Pace con il futuro

Siamo tutti più o meno ansiosi. I temperamenti sono diversi, ma in ogni modo vanno evangelizzati (Lc 12,22). A volte non ci sentiamo all’altezza di un compito che ci è affidato; a volte avremo paura dell’avanzare degli anni, della malattia, della morte. Anche Gesù ha provato paura ed angoscia, ma con lui possiamo pregare ed affidare la nostra vita al Padre. La morte non è l’ultima parola, è l’esodo da questo mondo al Padre. Non siamo soli. Malattia, vecchiaia: imparare ad accettarle serenamente.

Pace “attiva”

La parabola dei talenti (Mt 25,14-30) ci vuole narrare la storia della fiducia del Signore in noi, in ciascuno di noi, una fiducia che dobbiamo mettere a frutto. Spesso noi parliamo soltanto della nostra fede, della nostra fiducia nel Signore, dimenticando che è anzitutto il Signore a farci fiducia, ad avere fede in noi. La nostra vita è preceduta da una chiamata, è dono, ma il dono va riconosciuto, accolto con gratitudine. E questo non ci è sempre facile e immediato. Forse ci è più spontaneo interpretare la parabola con i sentimenti del terzo servo che dice di conoscere il suo padrone come uomo duro, che incute paura, che miete dove non ha seminato e raccoglie dove non ha sparso. Ci facciamo così un dio a nostra immagine e somiglianza; finiamo per proiettare su di lui la nostra durezza di cuore, o quella durezza che abbiamo subito e patito, che tante volte lasciamo regnare nei rapporti reciproci.

Nella parabola di Matteo il padrone acconsente a tutte le parole del terzo servo, le ripete, riconosce di essere un padrone esigente, ma lascia cadere una sola parola: quella che lo definisce duro. Nessuna durezza; duro è il servo che non sa riconoscere nel talento un segno di fiducia, di benevolenza da parte del padrone, ma ha proiettato il suo timore e la sua angoscia nell’immagine che si è fatto del padrone. Non si è mai assunto la responsabilità che gli era stata affidata. Ha avuto paura

di rischiare, di giocare la sua vita. La mancanza di fiducia nel padrone gli ha impedito di ricevere e di donare a sua volta. Non ha usato il talento; rimane il talento che è proprietà del suo padrone. È dominato dalla paura; forse la paura del giudizio altrui: in fin dei conti ha ricevuto un solo talento! E ha paura che gli venga rubato anche quello.

Dice un detto dei padri del deserto: “Finché uno non dice nel suo cuore: ‘Io e Dio siamo soli al mondo, non avrà pace’” (*Alf.*, Alonio 1). Non è un invito a non amare il prossimo. Tutt’altro. L’abba che ha pronunciato queste parole ci vuole dire che finché non custodiamo dentro di noi quella cella interiore, quello spazio di intimità con il Signore, quel luogo in cui è depresso il talento, il dono della vita con lui, non avremo mai pace. La nostra pace non può dipendere dagli eventi esterni, spesso sfavorevoli, non può dipendere dalle relazioni con gli altri che sono così instabili e fragili. Se non c’è questa fiducia di fondo nell’amore del Signore, il solo veramente fedele, se non c’è nel cuore la memoria incessante dei suoi doni, del dono della vita – è questo il significato del talento nella lettura di alcuni padri – vince in noi la paura. Non è la quantità di talenti ricevuti che conta, ma ciò che ne fa colui che li riceve. Le capacità sono diverse, ma la fedeltà richiesta è la stessa. Il lungo tempo dell’assenza del padrone manifesta la verità delle relazioni.

I servi lodati dal padrone sanno riconoscere il dono e assumono responsabilmente la partenza del padrone; diventano soggetti, lasciano lavorare il dono ricevuto; sanno ricevere e allora, alla fine, sanno anche donare, sanno rispondere alla fiducia ricevuta, hanno creduto alla forza, alla potenza del dono ricevuto più che alla loro debolezza e fragilità. Entrano nella gioia del loro padrone: questa è l’intenzione del Signore quando ci chiama alla vita, quando ci chiama a seguirlo. Matteo sta parlando alla sua comunità, che si è assopita e non sa più vegliare (v. 13); rischia, come tutti noi, di non attendere più nulla, o di dimenticare e vanificare i doni ricevuti lasciandosi paralizzare dalla paura.

I servi sono in debito nei confronti del loro padrone, ma il debito può sprofondare nell’angoscia e nella paura di non riuscire ad assolverlo, oppure può rappresentare un’occasione per moltiplicare ciò che si è ricevuto. Per tutti noi c’è un debito originario, l’amore che abbiamo ricevuto; siamo chiamati a fidarci, a riconoscerlo e a moltiplicarlo. E anche nei confronti degli altri l’unico debito che abbiamo è quello dell’amore fraterno, ci dice Paolo (“Non abbiate debiti con nessuno se non quello dell’amore fraterno”, Rm 13,8). Soltanto l’amore ci rende capaci di rischiare la nostra vita per entrare tutti insieme nella gioia del Signore, per cercare di porre già ora, tutti insieme, ciascuno e ciascuna con i doni ricevuti, un segno della gioia del Regno.

La pace che viene dal Risorto

Solo un gruppo di donne resta accanto a Gesù quando viene calato dalla croce e depresso nella tomba. In loro c’era l’attaccamento a una persona, non c’era la speranza, non c’era ancora la fede.

Passato il sabato, al mattino presto, vanno al sepolcro con oli aromatici per ungerne il corpo di Gesù. Si chiedono se ci sarà qualcuno che sposterà la pietra dall'apertura del sepolcro. Hanno seguito Gesù dalla Galilea fino a Gerusalemme e Gesù più volte ha annunciato non solo la sua passione e morte, ma anche la sua resurrezione. Le donne sembrano aver dimenticato tutto. Quando giungono al sepolcro, vedono che la pietra è stata tolta e un giovane, un messaggero di Dio, le invita a non avere paura. "Voi cercate Gesù Nazareno, il crocifisso. È risorto, non è qui. Ecco il luogo dove l'avevano deposto. Ma andate, dite ai suoi discepoli e a Pietro: Egli vi precede in Galilea. Là lo vedrete, come vi ha detto" (Mc 16,6-7). La finale è sconcertante; fanno silenzio! Nell'aggiunta si ripete che i discepoli non credono a nessuno (v. 11.13).

Chi è Gesù? È il Risorto. Non è qui, non è in un sepolcro, è il vivente che precede in Galilea, nella terra del quotidiano, nella terra della sequela. Cristo è risorto, ma le donne hanno paura; Cristo è risorto, ma i discepoli non credono. Cristo è risorto, ma i discepoli non vogliono risorgere. Il Signore è vivente, chiama a seguirlo oggi, ma i discepoli restano chiusi nel loro sepolcro; non sono viventi, non vogliono compiere la Pasqua, il passaggio dalla morte alla vita. Marco in quei discepoli ha voluto descrivere ciascuno di noi con la sua incredulità, la sua durezza di cuore; ciascuno di noi con i suoi sogni infranti, i suoi sensi di colpa, le sue situazioni di morte, ciascuno di noi con la sua diffidenza verso ciò che annunciano gli altri, i nostri fratelli e le nostre sorelle. Come le donne abbiamo paura davanti a un sepolcro vuoto, vorremmo vedere qualcosa di più. Abbiamo paura di fronte a un annuncio che ci chiede di ricominciare da capo, dalla Galilea, seguendo il Signore. Quante volte Gesù aveva annunciato ai suoi la passione, la morte, la resurrezione. Eppure non vogliono credere, credono di più al loro dolore che alla parola dei fratelli e delle sorelle che attesta la verità di quanto avevano udito tante volte dal Signore e li chiama a uscire dal loro sepolcro, a risorgere, ad essere dei viventi che annunciano ad ogni creatura la gioiosa notizia di un amore più forte della morte. Quanta fatica a discernere in quegli eventi l'amore del Signore! Sì, è così anche per noi. Facciamo tanta fatica a credere all'amore, a credere al Signore che è vivente; preferiamo restare chiusi nei nostri sepolcri. Lasciate che vi ami, dice il Signore, lasciate che si operi in voi la Pasqua, il passaggio dalla morte alla vita. Chi siamo noi cristiani, che altro abbiamo da dire se non che abbiamo creduto all'amore? Ed è solo il credere che siamo amati, proprio noi, ciascuno di noi con la sua miseria e la sua povertà che ci fa comprendere che quelle ferite che segnano il corpo del Risorto sono ferite d'amore. L'amore, se è amore vero, prima o poi è avvolto e segnato dalla sofferenza. Ed è soltanto l'amore che ci fa discernere la croce nelle ferite, nelle tribolazioni che segnano il nostro corpo, la nostra vita. Il Signore sa e vede la nostra fatica, ma se gli consegniamo le nostre volontà, il desiderio di voler bene, di dimorare nell'amore, trasfigurerà le nostre ferite. Serafino di Sarov, un santo della chiesa russa trasfigurato dall'amore per il Signore, salutava chiunque incontrava con le parole "Mia gioia, Cristo

è risorto”. Era uno che aveva creduto all’amore e qual era la sua gioia? Poter amare il fratello, poter amare chi incontrava e annunciare che l’amore è più forte della morte, che la croce abbracciata nell’amore è trasfigurata e irradia luce.

ACQUISTA UNO SPIRITO DI PACE!

Il *batjuška* padre Serafim mi abbracciò con affetto paterno e mi disse: “Mia gioia, ti prego, acquista uno spirito di pace!”. E subito cominciò a spiegarmi che cosa vuol dire sforzarsi di acquisire uno spirito di pace. Nelle sue parole, significa pervenire a uno stato tale che il nostro spirito non sia turbato da nulla. Bisogna essere morti, o perfettamente ciechi e sordi a tutte le affezioni, calunnie, diffamazioni e persecuzioni, che inevitabilmente toccano tutti quelli che desiderano percorrere i sentieri salvifici di Cristo, poiché conviene che per molte tribolazioni giungiamo al regno dei cieli. Così si sono salvati tutti i giusti e hanno ereditato il regno dei cieli, e per loro tutta la gloria di questo mondo era come nulla ...

E dopo di ciò lo *starec* di nuovo mi disse: “Mia gioia, ti prego, acquista uno spirito di pace, e allora migliaia si salveranno intorno a te!”. Ed io, indegno, con tutto il desiderio della mia anima desideravo acquisire quello spirito di pace di cui già due volte il *batjuška* mi aveva parlato. Mi gettai ai suoi piedi, e glieli baciai, e baciai l’orlo della veste e le mani, e lo pregai piangendo, quale padre e guida, di effondere le sue preghiere dinanzi al Signore e alla Regina del cielo per la salvezza della mia anima peccatrice. In quei minuti affidai tutto me stesso allo *starec*. E lui, vedendo la mia dedizione, mi ripeté ancora, come se lo dovessi ricordare sempre: “Mia gioia, ti prego, acquista uno spirito di pace!”. E poi mi disse ormai esplicitamente il motivo per cui ero andato da lui, e proprio quello che desideravo sentire da lui. Fui preso allora da spavento e stupore, ma lo *starec* ripeté ancora una volta: “Mia gioia, ti prego, acquista uno spirito di pace!”... E dopo queste parole, con una gioia indescrivibile, *batjuška* padre Serafim mi raccontò come fu rapito nelle dimore celesti...

Al termine del nostro colloquio, dopo avermi dato la sua paterna benedizione, mi lasciò andare con una pace e una consolazione indicibili.

In quello stesso nuovo anno 1833, andai in chiesa alla prima liturgia del mattino, prima ancora del suono delle campane. Padre Serafim era già in chiesa e stava accendendo le candele davanti a tutte le icone, baciandole una per una ... Mi avvicinai a lui per riceverne la benedizione. Lo *starec* mi benedisse dicendo: “Su, amatissimo padre Ioann, addio; la mia vita si è ormai fatta breve e non ci vedremo più”. A queste parole del *batjuška* scoppiai a piangere e caddi ai suoi piedi, ma lui continuò: “... non badare alle offese e alle ingiurie, ma acquista uno spirito di pace, te lo chiedo per il Signore. In questo modo non ti perderai, ciò che è tuo non se ne andrà”.