

PER AVERE LA PACE DEL CUORE

Starec San Silvano dell'Athos

Che fare per conoscere la pace nel proprio cuore e nel proprio corpo? Bisogna amare tutti gli uomini come se stessi ed essere pronti a morire in ogni istante. Se pensi alla morte, diventi umile, ti lasci guidare interamente da Dio, desideri essere in pace con tutti e amare tutti. Quando la pace di Cristo entra in te, ti rallegri di essere come Giobbe, seduto sulla spazzatura (cf. Gb 2,8). Gli altri conoscono gli onori, tu invece sei lieto di essere il più maltrattato. L'umiltà di Cristo è una grande cosa, così misteriosa che non si può spiegarla agli altri. Nel tuo amore, ti auguri il bene degli altri più del tuo. Sei felice quando vedi gli altri star meglio di te e sei triste quando vedi gli altri soffrire (cf. Rm 12,15).

Ogni uomo desidera la pace, ma non sa come ottenerla. Un giorno abba Paissios cadde in preda all'ira e invocò il Signore: "Ti prego, liberami dall'ira!". Il Signore gli apparve e gli disse: "Paissios, se non vuoi adirarti, non desiderare nulla, non giudicare il fratello, non detestare nessuno: così non sarai più preda dell'ira". Così è infatti: chi rinuncia alla volontà propria per seguire quella di Dio e degli altri avrà sempre la pace nel cuore. Chi invece obbliga gli altri a fare ciò che vuole, non conoscerà mai la pace.

Se qualcosa ti rattrista, pensa: "Il Signore conosce il mio cuore: se questa è la sua volontà, tutto concorrerà al bene mio e degli altri" (cf. Rm 8,28). Così dimorerai sempre nella pace. Se invece cominci a lamentarti e a dire: "Questo non va, non è cosa buona", allora, per quanto tu digiuni e preghi, il tuo cuore non conoscerà mai la pace.

Vuoi custodire la pace nel cuore? Vigila sul tuo spirito: custodisci i pensieri graditi a Dio e allontana quelli malvagi. Presta attenzione a quanto avviene nel tuo cuore. Chiediti sempre se il tuo cuore è in pace. Se non lo è, chiediti cosa hai fatto di male. Sii sobrio perché il tuo cuore dimori in pace: infatti la pace si perde anche per colpa del corpo.

A volte succede di parlare male di qualcuno che non si conosce e che è un amico di Dio. Preoccupati solo di ciò che riguarda te, di quanto ti viene ordinato dall'igumeno o dal padre spirituale. Allora il Signore ti darà la sua forza perché tu possa obbedire, e sentirai in te i frutti dell'obbedienza: la pace e la preghiera continua. Vivendo in comunità perdiamo la pace di Dio perché non abbiamo imparato ad amare il fratello come ci chiede il Signore. Per esempio: tuo fratello ti insulta e tu lasci che l'ira s'impadronisca del tuo cuore. Lo giudichi e arrivi a detestarlo: allora senti che l'amore ti abbandona e non hai più la pace. Se vuoi avere la pace del cuore, prendi l'abitudine di amare chi ti fa del male e di pregare subito per lui (cf. Mt 5,44). Vuoi la pace del cuore? Chiedi con tutte le forze al Signore: "Concedimi di amare tutti gli uomini".

Il Signore sa che se non amiamo i nostri nemici non avremo mai la pace del cuore. Per questo ci ha lasciato il comandamento di amare i nemici (cf. Mt 5,44). Se non amiamo i nemici, avremo magari dei momenti di calma, ma non potrà durare. Se invece li amiamo, la pace resterà nel nostro cuore, giorno e notte. Quando lo Spirito ti concede la pace, guarda di non perderla occupandoti di cose senza importanza. Se dai la pace al fratello, il Signore te ne darà ancora di più. Ma se fai soffrire tuo fratello, la tristezza si impadronirà anche di te.

Per conoscere la pace, medita la legge del Signore, giorno e notte (cf. Sal 1,2). È lo Spirito che ha scritto questa legge, e lo Spirito passerà dalla sacra Scrittura al tuo cuore. Proverai allora una dolcezza così grande che non sentirai più alcun gusto per le cose materiali. Se ami i beni terreni, il

tuo cuore si svuota, tu diventi triste, indurito e non hai più voglia di pregare. L'avversario vede che non dimori più in Dio, ti attacca e semina liberamente nel tuo spirito ciò che vuole (cf. Lc 11,24-25). Ti suggerisce un pensiero dopo l'altro e così tu passi tutta la giornata senza quiete e non riesci a contemplare Dio con cuore puro. Se un pensiero impuro ti si affaccia alla mente, caccialo immediatamente: così conserverai la pace del cuore. Se invece lo accogli, perderai l'amore di Dio e non potrai più pregare con fiducia.

Quando perdi la pace?

Quando pensi, anche per un attimo,
di aver fatto qualcosa di buono;
quando ti credi migliore del fratello;
quando giudichi qualcuno (cf. Mt 7,1-5);
quando rimproveri senza dolcezza
e senza amore;
quando mangi molto;
quando preghi senza zelo.

Se perdi la pace, piangi i tuoi peccati e il Signore te li perdonerà. La gioia e la pace prenderanno nuovamente dimora nel tuo cuore e sentirai lo Spirito stesso dirti: "Ti sono perdonati i tuoi peccati!" (Lc 7,48). Non hai bisogno di altri testimoni: l'odio per il tuo peccato è la prova che il Signore l'ha perdonato.

Come può conservare la pace un igumeno se i fratelli non gli obbediscono? È faticoso per lui, ed è motivo di sofferenza (cf. Eb 13,17). Per conservare la pace deve pensare: "Questi fratelli non mi obbediscono, ma il Signore li ama ugualmente: ha sofferto fino alla morte per la loro salvezza. Allora io devo pregare per loro con tutte le mie forze". Il Signore concederà poi la pace a colui che prega. Tu sai per esperienza che chi prega si accosta a Dio con fiducia e amore, eppure anche tu sei un uomo peccatore. Ma il Signore ti farà gustare i frutti della preghiera. Prendi l'abitudine di pregare così per coloro che ti sono affidati da Dio: la tua anima conoscerà una pace profonda e un grande amore.

Se sei responsabile degli altri e devi giudicare qualcuno per le sue cattive azioni, prega prima il Signore: "Donami un cuore pieno di bontà" (cf. 1Re 3,9-12). Il Signore ama un cuore così. Allora potrai giudicare con giustizia. Se invece giudichi considerando solo le azioni, sicuramente ti sbaglierai e non sarai gradito al Signore.

Un fratello può conservare la pace quando ha un igumeno violento e malvagio? Chi si adira con frequenza soffre molto anche lui: è abitato da uno spirito malvagio e soffre a motivo del proprio orgoglio. Devi essere cosciente di questo e pregare molto per il tuo igumeno che soffre di questo male. Il Signore vede la tua pazienza: perdonerà i tuoi peccati e ti concederà la preghiera ininterrotta.

Pregare per quanti ci odiano e ci fanno soffrire è un'azione molto bella agli occhi di Dio. Il Signore allora ti darà la sua forza, giungerai alla sua conoscenza nello Spirito santo e, nel suo nome, sopporterai ogni dolore con gioia.

Su questa terra siamo tutti inquieti e cerchiamo di essere liberi. Ma che cos'è la libertà? E come diventare liberi? Pochi lo sanno. Anch'io anelo alla libertà e la cerco giorno e notte. Io so che è presso Dio. Dio fa dono della libertà a chi ha il cuore umile e piange i propri peccati. Costui non desidera più fare ciò che gli piace, ma ciò che piace a Dio. Quando uno piange i propri peccati, il

Signore gli concede la sua pace e lo rende libero di amare. Non c'è nulla di meglio al mondo che amare Dio e gli altri.

Il Signore non vuole la morte del peccatore (cf. Ez 33,11). Quando questi piange le proprie colpe, il Signore gli dà la forza dello Spirito santo. Questa forza produce la pace e l'uomo è libero di essere in Dio con lo spirito e con il cuore. Quando lo Spirito santo perdona i nostri peccati, ci dà la libertà di pregare Dio con uno spirito puro. Allora contempliamo Dio liberamente e in lui troviamo la pace e la gioia. Questo significa essere veramente liberi. Ma senza Dio non si può essere liberi.