

L'esicasmò: Fuga dal mondo o missione per eccellenza?

Alexey Maksimov

Quando si parla della missione nelle Chiese Orientali molti affrontano le difficoltà. L'opinione che la missionarietà non sia la caratteristica principale dell'Oriente cristiano, rimane ancora diffusa. Il monachesimo orientale in questo caso, quasi sempre, viene considerato dall'opinione pubblica assente dalla Missione cristiana, oppure, si pensa spesso soltanto alle missioni geografiche dei monaci.

Tenendo conto dell'importanza delle ultime, osiamo dire che la sostanza missionaria del monachesimo orientale non consiste prevalentemente nella sua collocazione.

La tesi che proveremo qui a dimostrare è la seguente: **il cammino del monaco verso la perfezione spirituale, verso la divinizzazione, ha un valore missionario ed evangelizzatore intrinseco**, solo basandosi su questo punto si può parlare della missione autentica del monachesimo. Dunque, si tratta della «missione spirituale e antropologica», «missione ontologica» del monachesimo, basata sulla concezione fondamentale della spiritualità orientale, cioè quella esicasta.

La parola «esicasmò» (dal gr.: ἡσυχία — calma, tranquillità, quiete, pace, riposo) indica contemporaneamente sia lo stato ontologico dell'asceta che il mezzo per arrivare all'unione perfetta con Dio. L'essenza dell'esicasmò è espressa molto chiaramente nella famosa vocazione di Arsenio il Grande dall'Apophtegmata Patrum: «Arsenio, fuggi (gli uomini — A.M.), taci, osserva il raccoglimento: qui stanno le radici della perfezione».² Questi tre «ordini» sono fondamenti per la vita esicasta, che tradizionalmente è considerata equivalente a quella anacoretica. Ma in questo caso si pone una domanda legittima: **come è possibile proclamare il valore missionario dell'esicasmò, se tutti i suoi fondamenti sono in contraddizione con la missione stessa — fuga dal mondo al posto dell'essere nel mondo (andate ...), solitudine al posto dell'essere in moltitudine (per tutto il mondo...), silenzio al posto delle parole di salvezza (predicate il vangelo a ogni creatura, Mc 16,15)?** Prendiamo in considerazione queste «contraddizioni» per poter arrivare infine alla nostra affermazione principale.

Se ci soffermiamo brevemente ad analizzare le basi dell'asceti cristiana, che alcuni chiamarono «arte delle arti», incontriamo la concezione³ fondamentale dei padri, cioè la **divisione tra l'asceti del corpo e quella dello spirito**. L'asceti corporale⁴ nella mentalità dei padri, è solo una fase iniziale della vita monastica autentica.

L'asceti corporale è una condizione determinata da quella spirituale, ha a che fare con l'«uomo interiore». Se la prima lotta contro i peccati delle opere, la seconda combatte contro i vizi interiori, cioè i pensieri cattivi, ed ha come scopo la «purezza del cuore» (κάθαρσις — purificazione, espiazione).⁵ Gli esercizi del corpo, senza l'ascetismo dello spirito non portano alla perfezione spirituale. Pochi monaci, dice San Cassiano (†435),

raggiunsero questa meta, essendo rimasti ad un livello esteriore, visibile. Ma, allo stesso tempo, questi due tipi di asceti sono⁶ strettamente collegati l'uno all'altro.⁷

Tale collegamento diventa chiaro se proviamo a spiegare il contenuto dell'asceti interiore. Riguardo agli esercizi corporali (che praticano anche i non cristiani), il cammino interiore li prende e li eleva allo stato di nuova qualità evangelica: dalla virginità del corpo si arriva alla purezza del cuore (cfr. Mt 5,8), dall'obbedienza esteriore a quella cristologica, kenotica (cfr. Fil 2,7 -8), dalla miserabilità materiale alla povertà in spirito (cfr. Mt 5,3), dalla preghiera verbale a quella "mentale" (*umnaja molitva*) (cfr. Mt 6,6; 1Tes 5,17), dal digiuno all'astinenza dei desideri, dal mutismo esteriore al silenzio interiore. Inoltre, i Padri mettono sempre l'efficacia dell'asceti interiore come dipendente dalle condizioni fisiche, vedi per es., la preghiera (nel senso di contemplazione) e la verginità del corpo.⁸ Anche per questo motivo la pratica esicasta di solito era collegata con le tecniche corporali e la solitudine, nonostante esse non fossero considerate come lo scopo dell'asceti integrale. Potremmo concludere questa riflessione in modo allegorico, immaginando l'asceti del corpo e quella dello spirito come le due ali di un uccello.

Rivolgendoci allo scopo dell'asceti integrale, cioè la «purezza del cuore», notiamo che nella concezione esicasta **il cuore è un concetto spirituale,⁹ un *locus spiritualis*, dove si svolge la «guerra invisibile» contro i λογισμοί** (plur. dal gr. λογισμός — pensiero, impulso, passione, vizio).¹⁰ Questa lotta **richiede vigilanza**, nel linguaggio ascetico si esprime con la parola greca νῆψις, cioè «sobrietà», «difesa del cuore», «difesa dello spirito». ¹¹ «Antonio, bada a te stesso»;¹² in questo appello è mantenuta la pratica fondamentale dell'esicasmò, cioè «l'esame di coscienza» che è strettamente collegato al discernimento degli spiriti e alla direzione spirituale.¹³

Nella vita ascetica, nella «guerra invisibile», esistono sia amici che nemici, cioè spiriti buoni e cattivi. Quando si parla del discernimento degli spiriti (διάκρισις – distinzione, interpretazione) nella tradizione esicasta, come nota G. Colombás, non si parla, «solo di un discernimento morale tra il bene e il male, o tra ciò che è bene o male in una determinata persona, [...] **si tratta di distinguere tra i pensieri, quelli che vengono da Dio da quelli che, nonostante le parvenze di bontà e di santità, vengono dal demonio**».¹⁴ L'ultima espressione, da noi sottolineata, è fondamentale per la concezione esicasta e perciò venne considerata come «l'arte per eccellenza» (cfr. 1Cor 12,10). Ma come per qualsiasi arte, servono una lunga preparazione e insistenza nello studio, e quindi per raggiungere la διάκρισις, come afferma la *Vita Antonii*, «occorre pregare molto e praticare l'asceti». ¹⁵ Come ogni carisma autentico non serve solo per sé stessi, ma è un dono dello Spirito Santo a tutta la Chiesa (cfr. 1Cor 12; Ef 4,11-12), così la διάκρισις **non è soltanto uno stato ascetico in sé stesso e per sé stesso, è pure un mezzo, uno strumento per raggiungere lo scopo ascetico anche fuori dall'individualismo spirituale**. La *Vita Antonii*, collega il dono del discernimento spirituale con la capacità di aiutare gli altri: Antonio consolava quelli che erano tormentati dai pensieri e insegnava come respingere le loro insidie descrivendo loro le astuzie e le debolezze dei demoni che li tormentavano». Nelle parole sottolineate — consolare,¹⁶ insegnare e descrivere (spiegare) — troviamo il «programma» fondamentale della **paternità spirituale** e la sua caratteristica principale: il dono della perspicacia, *cardiognosis* (da due parole gr.: καρδιά – cuore, γνῶσις – conoscenza, nozione), cioè l'arte di leggere nei cuori.

La paternità spirituale come caratteristica indispensabile dell'asceti cristiana orientale può essere presentata argomentata o tematizzata da diversi lati. Il nostro discorso sarà chiaro se prendiamo in considerazione le due forme principali del monachesimo orientale in generale e quello russo in particolare, cioè l'anacoreta e il

cenobita. La questione della direzione spirituale in queste due forme fu affrontata diversamente. Se nella forma anacoretica le funzioni della guida spirituale appartenevano all'«anziano», cioè al monaco che aveva l'esperienza ascetica più vasta, in quella cenobitica tali funzioni erano «proprietà» dell'igumeno, che univa nella sua persona sia i compiti spirituali che quelli amministrativi.¹⁷ Ma indipendentemente dalla forma monastica, la capacità (in senso ontologico) di essere una guida spirituale, poteva essere solamente il risultato di una lunga preparazione ascetica sotto una rigorosa direzione spirituale.¹⁸ Quindi, **la paternità spirituale deve essere esaminata da due punti di vista, oggettiva e soggettiva. Dal punto di vista oggettivo è un mezzo necessario per la perfezione spirituale, mentre, quello soggettivo, è un dono dello Spirito Santo per gli altri.**

La direzione spirituale¹⁹ è necessaria per coloro che non hanno ancora il dono del discernimento spirituale ed hanno bisogno di aprire la loro coscienza per combattere contro i λογισμοί. Come abbiamo già accennato, **l'esame di coscienza in questo caso si presenta come un'azione più profonda e dettagliata rispetto alla semplice confessione dei peccati.** Nella pratica esicasta il padre spirituale, «anziano», starec in slavo, conoscendo profondamente lo stato dell'anima del suo discepolo, indicherà quali sono le più sottili tentazioni e dove è, **qual è il germe dei vizi della stessa anima**, per arrivare e indirizzare esattamente il combattimento invisibile.²⁰ Cassiano scrive: *Il compito e la perizia di questo Seniore (anziano spirituale — A.M.) sta principalmente nell'educare il giovane novizio di modo che possa ascendere fino al culmine della perfezione. [...] (L'anziano deve abituare i novizi — A.M.) a non nascondere alcun pensiero cattivo per pura vergogna, ma a manifestarlo subito al Seniore; né devono essere attaccati al proprio giudizio, ma ritenere buono o cattivo che tale avrà giudicato il Seniore.*

Affidarsi esclusivamente alla propria opinione è una strada che porta al fallimento spirituale per il monaco, dicono i padri: è la morte spirituale e, talvolta, anche quella fisica. Gli *Apophthegmata Patrum* e altra letteratura ascetica sono piene di tali esempi. Per questo avere la direzione spirituale²² è un dovere sia per coloro che vivono in cenobio²³ sia, e soprattutto, per quelli che scelgono la vita anacoretica. **Il pericolo del deserto può essere affrontato solo da colui che ha la διάκρισις**, per gli altri l'insegnamento dei Padri consiglia o la forma cenobitica o quella semianacoretica cioè in compagnia di uno o due monaci.

Se prendiamo in considerazione la paternità spirituale, dal punto di vista soggettivo, essa presenta lo stato dell'asceta come quello di colui che ha «acquistato» la perfezione spirituale e ha raggiunto lo scopo cioè la κάθαρσις, o, usando un linguaggio militare ed eroico, che ha ottenuto la vittoria nel combattimento spirituale, per questo può indicare anche agli altri l'indirizzo giusto per raggiungerla. I frutti di questa vittoria, le virtù, sono i doni dello Spirito Santo, le virtù non sono solamente proclamate e volute, ma sono anche quelle vissute ontologicamente. Nella concezione patristica, avendo²⁴ ricevuto i doni spirituali, **l'asceta diventa un vero e proprio portatore dello Spirito (gr. πνευματέμφορος – pieno dello spirito), l'uomo spirituale (gr. πνευματικός – spirituale), illuminato e divinizzato.** Ma questo nuovo stato «regale» è allo stesso tempo lo stato *kenotico* (cfr. Flp 2,5- 9). Solo grazie all'umiltà l'asceta non può essere sottoposto alle tentazioni e alle passioni ed è invulnerabile agli attacchi del maligno. Questo stato, che si definisce nella letteratura patristica come «lo stato non cadente» (*nepadatel'noe sostojanie*)²⁵ e che semplicemente si esprime nella parola «santità», apre la porta a un vero e autentico apostolato carismatico del monachesimo e al ruolo della paternità spirituale in esso.

Dopo aver sintetizzato il concetto dell'ascetismo orientale, possiamo tornare ai nostri tre fondamenti dell'esicasmò, esaminandoli tenendo conto di quanto descritto sopra, ovvero: se esista un qualsiasi valore missionario dell'esicasmò oppure no?

Come abbiamo visto, per i Padri, l'asceti, prima di tutto, è una concezione spirituale, dunque dobbiamo proseguire la nostra riflessione in questa prospettiva, interpretare gli ordini dell'esicasmò dal punto di vista dell'uomo interiore. In questo caso, **la fuga dal mondo appare non come la rinuncia del κόσμος (cosmo, universo) nel suo senso fisico, ma come la lontananza dal κόσμος, il mondo inteso in chiave morale e teologica, quello che pone degli ostacoli alla memoria di Dio e alla vita secondo il Vangelo** (cfr. 1Gv 2,15-17; 5,19).²⁶ Anche nel caso della scelta del silenzio e della solitudine, la rinuncia alle relazioni umane è una **fuga dalle parole «inutili», dalla verbosità e dalla distrazione mentale per poter ascoltare Dio. E' la solitudine del cuore** di cui abbiamo scritto sopra.²⁷ Il tema del silenzio e della solitudine ci conduce, nella riflessione sociologica e filosofica, al **concetto di «comunicazione», che non si esprime solo in modo verbale, perchè alla comunicazione più profonda non servono le parole.** Nel contesto della nostra riflessione sulla paternità spirituale, quest'ultima affermazione trova la sua piena giustificazione nel discorso sulla conoscenza del cuore. Ne è esempio Apollonio di Ermopoli, di cui parla Rufino, confrontandolo con un profeta e un apostolo. La sua comunicazione era così perfetta, nonostante l'osservanza del silenzio e la scelta di vita in solitudine, che non solo i monaci venivano continuamente da lui per la direzione spirituale, ma anche la gente pagana dei paesi vicini sotto la sua influenza spirituale si convertì «alla fede nel Signore e Salvatore nostro».²⁸

In questo caso, potremmo dire, **la fuga dal mondo si trasforma in un servizio al mondo, il silenzio in una forza della parola, la solitudine in una comunione perfetta con Dio e con gli uomini.**

A tal proposito, riteniamo significativo citare anche quanto segue:

Non crediate che i giusti abbiano operato la giustizia in mezzo agli uomini, vivendo tra loro come uomini comuni. No: **dopo una lunga pratica solitaria la forza divina ha abitato in essi, e fu allora che Dio li inviò tra gli uomini per essere loro di edificazione e per curare le loro anime, perché erano depositari delle virtù.** Con questa missione furono avviati prima alla solitudine e quindi tra gli uomini. Ma Dio li invia tra gli uomini solo quando è certo che essi per primi siano immuni da infermità dello spirito.²⁹

Troveremo tale missione, per eccellenza, nell'esicasmò russo, di cui lo *starec* Serafim di Sarov (†1833) è un esempio lampante.³⁰ G. Florovskij dice con evidente trasporto:

In Serafim si saldano meravigliosamente asceti e gioia, la travagliata sofferenza della preghiera e una luce già celestiale, preannuncio di un fulgore non di questo mondo; *starec* debole e prostrato, il "povero Serafim" testimoniava con inatteso ardimento i misteri dello Spirito. La sua figura, è più quella di un testimone che di un maestro, e tutta la sua vita, sono una manifestazione dello spirito [...] Serafim aveva studiato i Padri: la sua esperienza rinnova l'antica tradizione della ricerca dello Spirito; la sua santità è nuova e antica nello stesso tempo: "Il vero scopo della nostra vita cristiana è l'acquisizione del Divino Spirito Santo". Non ci sono, né ci possono essere altri scopi, tutto il resto deve servire come mezzo.³¹

Nella mistica di Serafim vorremmo indicare un aspetto molto importante per la nostra riflessione, cioè lo **strettissimo collegamento tra l'esicasmò e la missionarietà.**

«**Acquista lo Spirito della pace e le migliaia si salvano attorno a te**». ³² Da nessun'altra parte, compresa la letteratura spirituale, questo collegamento tra l'esicasmò e la missionarietà si è espresso in modo così profondo e, allo stesso tempo, chiaro ed inequivocabile. Le parole del Patriarca Kirill ne sono una conferma:

Ci siamo riuniti in tal gran numero davanti alle reliquie dello *starec* semplice, che passò tutta la sua vita nei monasteri e nei "deserti", che non andava nel mondo, che non pubblicava gli articoli nei giornali, che non entrava in nessun dialogo o contrasto con la società esterna, che non dimostrava mai niente a nessuno. Ma oggi tutto il mondo è attorno a lui: i credenti e quelli che soltanto si avvicinano alla chiesa di Dio [...]; i personaggi altolocati che hanno il potere, i soldi e la posizione nella società e le persone semplici, compreso gli storpi, i poveri, gli invalidi; gli uomini colti e completamente analfabeti. Siamo tutti qua perché sentiamo la forza [...] perché l'anima di San Serafim acquistò i doni dello Spirito Santo. Proprio di questi doni abbiamo sentito oggi nelle parole d'Apostolo dalla sua Lettera ai Galati (5,22-6,2) [...] *Prepodobnyj Serafim* ci manifesta l'esempio meraviglioso, chiaro, inoppugnabile, incrollabile, incontestabile di come la vita spirituale dell'uomo influenzi il mondo circostante. Sii pacifico e a migliaia si salveranno attorno a te. ³³

San Serafim è un esicasta nel senso più autentico della parola, ³⁴ un esicasta russo, per il quale ciascuna persona è ad immagine e somiglianza di Dio. E' un caso esemplare della dolcezza e della tenerezza dello *star čestvo* russo. «Gioia mia, Cristo è risorto!». Questo appello di Serafim era rivolto a tutti senza eccezioni, ai nobili e ai semplici. Esso non significava una manifestazione di cortesia, ma esprimeva la profonda esperienza della vita nello Spirito Santo e la gioia pasquale vissuta incessantemente nel cuore.

Un altro punto da menzionare nella vita dello *starec* Serafim è quello della vocazione alla paternità spirituale. I. Kologrivov scrive:

Infine il 25 novembre 1825, per ordine esplicito della Madonna, che durante un'apparizione gli ingiunse di uscire dal suo isolamento per consigliare e aiutare i suoi fratelli, Serafim decise di cessare del tutto la vita di solitudine, durata più di venticinque anni, e di spalancare la sua porta, accettando la croce, di essere il confessore e il direttore di migliaia e migliaia di infelici. Ebbe così inizio l'ultima e quarta tappa della sua vita, quella del servizio attivo per il bene spirituale dei suoi simili: ed egli divenne *starec*, "*starec Serafim*". ³⁵

In queste parole si evidenziano i due momenti fondamentali, di cui abbiamo parlato all'inizio della nostra riflessione. Il primo, consiste nel fatto che una lunga preparazione ascetica necessariamente precede il servizio dello *starčestvo*, il secondo dimostra che **nessuno tra i monaci assunse l'incarico della paternità spirituale dalla propria volontà**. ³⁶ «Mi sono fatto tutto a tutti, per poterne salvare in qualche modo alcuni» (1Cor 9,22). Queste parole dell'Apostolo esprimono in modo esplicito la vita e l'opera apostolica di Serafim di Sarov. Tale missionarietà per antonomasia, forse, non è stata mai espressa così chiaramente come tramite un pensatore russo, V.V. Rozanov: «Nessun santo russo prima di lui seppe rinnovare in simile modo, senza premeditazione o proposito deliberato, le grandi figure sulle quali il cristianesimo pose come un ponte sui suoi piloni». ³⁷

A conclusione, possiamo fare un piccolo bilancio che ci riporta alla nostra tesi principale cioè **il cammino del monaco verso la perfezione spirituale, verso la divinizzazione, ha un valore missionario ed evangelizzatore in sé stesso**. Ma, come asserisce San Serafim, la perfezione spirituale, la divinizzazione, è lo scopo della vita di ciascun

cristiano, indipendentemente dal suo stato, monastico o laico. Ma, se pensiamo che ogni cristiano è missionario solo per il fatto del suo battesimo,³⁸ **il cammino di perfezione cristiana, dunque, è la base ontologica di ciascun missionario, indipendentemente dal suo stato, monastico o laico.** Il missionario, innanzitutto, è il *theologus cordis*. Il missionario è colui che prega. Il missionario è un santo,³⁹ Uomo *πνευματέμφορος*. Questa conclusione ci pare abbia un valore molto importante per rinnovare lo spirito missionario d'oggi e nella situazione in cui sia la Chiesa Cattolica sia quella Ortodossa russa parlano, nonostante la diversità dei termini — la nuova evangelizzazione oppure la seconda cristianizzazione, — della stessa realtà contemporanea richiede, innanzitutto, la vita autentica spirituale.⁴⁰

Alla fine vorremmo riportare una citazione che anche da sola potrebbe servire come corollario di tutta la nostra riflessione. Essa fu scritta ancora prima del Concilio Vaticano II e, nonostante il suo spirito sia molto lontano dall'ecumenismo, la riportiamo perché conferma tutto ciò di cui abbiamo scritto:

Il monachesimo è oggi così concepito? E' considerato archeologia o vita? La risposta si ha nel Testamento di un Monaco dei nostri giorni, ma erede dello spirito dei Padri del Deserto: "La Chiesa oggi ha più bisogno dei Monasteri che di Università. Abbiamo più bisogno di monaci che riparano che di maestri che insegnano [...]. Datemi venti monasteri come quelli fondati da S. Sergio e vi porto la Russia a Roma. Datemi venti S. Francesco di Assisi e vi porto l'Inghilterra al confessionale.

Note

¹ Cfr. T. ŠPIDLIK, *Il monachesimo secondo la tradizione dell'Oriente cristiano*, Roma 2007, 40. La definizione dell'esicasmo si veda anche in: S. CHORU ŽIJ, «Isichasm», in *Novaja filosofskaja enciklopedija*, I-IV, Moskva 2010, II, 157-158. Per informazione più dettagliata sull'esicasmo nel suo sviluppo storico-teologico si veda: J. MEYENDORFF, *Byzantine Hesychasm: historical, theological and social problems*, London 1974; I. HAUSHERR, *Hésychasme et Prière*, OCA 176, Roma 1966; S. CHORUŽIJ, *Isichasm v Vizantii i Rossii: istorič eskie svjasi, antropologičeskie problemy*, Moskva 1996; ID., *K fenomenologii askezy*, Moskva 1998; ID., ed., *Sinergija. Problemy asketiki i mistiki Pravoslavija*, Moskva 1995. Gli alcuni lati dell'esicasmo si veda anche in: T. ŠPIDLIK, «Il metodo esicastico», in E. ANCILLI, ed., *Alla ricerca di Dio. Le tecniche della preghiera*, Roma 1978, 197-215; ID., «L'esicasmo come metodo per acquistare la pace», in *La pace: sfida all'università cattolica*, Atti del Simposio, 3-6.XII.1986, Roma 1988, 547-560; ID., «Il monachesimo bizantino sul crocevia fra lo studutismo e l'esicasmo», *VetChr* 23 (1986) 117-129.

² Apoftegmi, Arsenio 3 (J.C. GUY, ed., *I padri del deserto. Così dissero, così vissero*, Milano 1997, 29).

3IGNATIJ BRJANČANINOV, *Asketičeskie opyty*, I-IV, Moskva 1993, I, 81. Cfr. anche: «i santi padri non chiamarono l'ascetica né scienza né lavoro morale, bensì arte o maestria, un'attività diretta a contemplare la luce senza tramonto attraverso lo Spirito Santo; la chiamarono anzi "arte delle arti", "maestria delle maestrie"» (P. FLORENSKIJ, *Stolp i utverždenie istiny*, Moskva 1914, 98-99; trad. it., *La colonna e il fondamento della verità*, Milano 2010, 108).

⁴ Oltre agli stati corrispondenti ai tre voti fondamentali, cioè verginità, obbedienza e povertà, tradizionalmente nell'ascetismo corporale si includono anche il digiuno, la preghiera (vegli notturne), il lavoro, il silenzio, la stabilità del luogo, la solitudine ecc. Per

maggiori informazioni rinvio a: S.M. ZARIN, *Asketism po pravoslavno-christianskomu učeniju*, Moskva 1996; G. COLOMBÁS, *Il monachesimo delle origini*, I-II, Milano 1984, 1990, II, 179-227; T. ŠPIDLIK, *Il monachesimo secondo la tradizione dell'Oriente cristiano*, 55-143, 165-233.

⁵Cfr. GIOVANNI CASSIANO, *Conferenze ai monaci*, I-II, Roma 2000, I, 65 (Conferenza 1,5). Per lo studio dettagliato si rinvia a: M. OLPHE-GALLIARD, *La pureté de cœur d'après Cassien*, in RAM 17 (1936) 28-60.

⁶Cfr. GIOVANNI CASSIANO, *Conferenze ai monaci*, I, 146-158 (Conferenze 3,6-10).

⁷Nell'antropologia dei padri orientali l'uomo presenta il microcosmo, l'unico che contiene nella sua esistenza due dimensioni, materiale e spirituale. Esse devono essere nell'armonia perduta col peccato originale. Questa armonia ontologica, la salvezza integrale in cui il corpo partecipa pienamente, è lo scopo antropologico della vita ascetica. Massimo il Confessore scrive: «Chi, mediante virtù e conoscenza, ha armonizzato il corpo con l'anima, è divenuto cetra, flauto e tempio di Dio: cetra perché ha ben custodito l'armonia delle virtù; flauto, perché mediante le divine contemplazioni, ha accolto l'ispirazione dello Spirito; tempio, perché, con la purezza dell'intelletto, è divenuto dimora del Verbo» (MASSIMO IL CONFESSORE, «Duecento capitoli sulla teologia e sull'economia dell'incarnazione del Figlio di Dio» (II Centuria, 100), in *La Filocalia*, II, 164; cfr. anche: *Ibid.*, 159-161 (II Centuria, 84, 88). Per lo studio più profondo si rinvia a: S. CHORU ŽIJ, «Učenje o čeloveke v pravoslavnoj asketike», in *Jasyk i tekst: Ontologija i refleksija*, Sankt-Peterburg 1992, 12-22; ID., «Čelovek i ego naznačenje po učeniju pravoslavnyh podvi žnikov», in *Filosofskaja i sociologičeskaja mysl'* 11 (1991) 129-142; T. ŠPIDLIK, «L'antropologia cristiana», in ID., *La spiritualità dell'Oriente cristiano*, 85-118; ID., «Antropologia dell'Oriente cristiano», in E. ANCILLI, ed., *Temi di antropologia teologica*, Roma 1981, 377-402; M. DVORECKAJA, «Konceptija celostnogo čeloveka v svjatootečeskoj antropologii», in *Dialog otečestvennyh svetskoj i cerkovnoj obrazovatel'nyh tradicij*, Sankt-Peterburg 2004, 289-302; ID., «Osobennosti psihologičeskoj antropologii sv. Grigorija Nisskogo», in *Ibid.*, 136-141; Y. ZEN'KO, «Čelovek kak mikrokosm», in ID., *Osnovy christianskoj antropologii i psihologii*, Sankt-Peterburg 2007, 359-370; P. FLORENSKIJ, «Makrokosm i mikrokosm», in ID., *Opravdanie Kosmosa*, Sankt-Peterburg 1994, 184-197.

⁸Cfr. T. ŠPIDLIK, *Il monachesimo ...*, 82-83.

⁹Sul concetto del cuore si veda in: B. VYŠESLAVCEV, *Serdce v christianskoj i indijskoj mistike*, Paris 1929; T. ŠPIDLIK, «Il cuore», in ID., *La spiritualità dell'Oriente cristiano*, 104-108.

¹⁰ La dottrina patristica sugli «otto vizi principali» fu elaborata da Evagrio Pontico e poi influenzò profondamente la letteratura ascetica, compreso la concezione di Cassiano e più tardi quella di Nil Sorskij. «Octo summa vitiosarum cogitationum genera sunt, sub quibus omnis cogitatio continetur. Prima est gulae, secunda libidinis, tertia avaritiae, quarta tristicitiae, quinta irae, sexta desidia, septima inanis gloriae, octava superbiae» (EVAGRIO PONTICO, «De octo vitiosis cogitationibus» in PG 40, 1271-1278; si veda anche: ID., *Contro i pensieri malvagi*. Antirrhethikos, Qiqajon 2005; CASSIANO IL ROMANO, «Al vescovo Castore. Gli otto pensieri viziosi», in *La Filocalia*, I, 129-153).

¹¹Cfr.: «lo stato di un intelletto padrone di sé, saggio, riflessivo, in opposizione alla mania, che è una sorta di ebbrezza mentale che sottrae allo spirito il suo equilibrio, per un motivo qualsiasi» (I. HAUSHERR, *L'hésichasme ...*, 274; trad. it. del brano cit. in G. COLOMBÁS, *Il monachesimo delle origini*, II, 254).

¹²*Apoftegmi*, Antonio 2 (J.C. GUY, ed., I padri del deserto ..., 20).

¹³ L'esame di coscienza e la penitenza, nonostante i loro rapporti stretti, sono azioni diverse. Per maggiori e dettagliate informazioni cfr: A. CAPPELLETI – M. CAPRIOLI, «Esame di coscienza», in *DESp*, II, 903-907.

¹⁴G. COLOMBÁS, *Il monachesimo delle origini*, II, 248.

¹⁵ATANASIO DI ALESSANDRIA, «Vita di Antonio», in ANTONIO ABATE, *Deti – lettere*, Milano 1995, 140.

¹⁶ ATANASIO DI ALESSANDRIA, «Vita di Antonio», 211.

¹⁷Si veda: T. ŠPIDLIK, «Superiore-padre: l'ideale di san Teodoro Studita», *StMiss* 36 (1987) 115-118.

18 Esempi fecondi vediamo in grandi figure della santità russa, gli anacoreti Antonij Pečerskij e Nil Sorskij ed igumeni Feodosij delle Grotte e Sergij di Radonež.

¹⁹ Sulla direzione spirituale nel monachesimo antico si veda a: I. HAUSHERR, *La direction spirituelle en Orient autrefois*, OCA 144, Roma 1955; J. DANIELÉLOU, «La direction spirituelle dans la tradition ancienne de l'Église», in *Christus* 7 (1960) 6-21; A. CASALI, «Il monachesimo delle origini fra conoscenza di sé e paternità spirituale: Antonio e Pacomio», *StMon* 48 (2006) 25-58; G. BUNGE, *La paternità spirituale nel pensiero di Evagrio Pontico*, Qiqajon, Bose 1991.

²⁰ La tradizione esicasta elaborò un sistema dei gradi dello sviluppo dei λογισμοί nel cuore. Secondo Feofan il Recluso essi sono sei: *prilog* (suggerione), *vnimanie* (attenzione), *složenie* (diletto), *želanie* (desiderio), *rešimost'* (risoluzione), *delo* (opera). Cfr. FEOFAN ZATVORNIK, *Put'ko spaseniju. Načertanie christinskogo npravoučenija*, Moskva 2003, 469-527. Solo la prima fase è un atto che non dipende dall'uomo e per questo non si considera come un peccato. Già nella sua prima fase il pensiero deve essere spogliato davanti al padre spirituale per non continuare mettersi in dialogo seguente che sicuramente conduce all'attenzione (*vnimanie*) ecc. Nell'esegesi patristica questa concezione esicasta spesso si basa sul versetto del Salmo 137,9: «Beato chi prende i tuoi bambini e li sbatte contro la roccia!»

²¹GIOVANNI CASSIANO, *Istituzioni dei cenobiti e rimedi contro gli otto vizi capitali*, Padova 1956, I, 67-68 (Libro 4, 8-9).

²²Si veda, ad es.: *Apoftegmi*, Antonio 29 (J.C. GUY, ed., I padri del deserto ..., 28); PALLADIO, *Storia Lausiaca*, Siena 1961, 106 («Tolomeo» 27).

²³ Cfr.: «Ciascuno di coloro che sono nell'ubbidienza [...] non deve custodire nascosto in sé neppure un moto dell'anima, ma nemmeno farne parola in modo leggero, svelando piuttosto i segreti del cuore a coloro che hanno il compito di prendersi cura con viscere di misericordia e compassione dei fratelli nelle loro infermità» (BASILIO DI CESAREA, *Opere ascetiche*, 284 (Regole ampie, 26). Le parole «hanno il compito» possono confondere, ma, dal punto di vista del soggetto, «la nomina ufficiale» non nega la sua capacità spirituale. Nella concezione cenobitica di Basilio anche i carismi devono essere sottomessi all'ordine comune (cfr. 1Cor 14). Si veda anche: M. WALOREK, «La dirección espiritual en los monasterios de San Basilio», *RUOUS* 1 (1956) 7-15.

²⁴ La fede, la speranza, la carità, la moderazione, l'umiltà (κένωσις), l'ubbidienza, la mansuetudine, la liberazione dalle passioni (ἀπάθεια), la conoscenza spirituale (γνώσις), l'intimità con Dio. Cfr. Gal 5,22-23. Si veda, ad es., l'articolo di S.M. POLOVINKIN, «Filosofia e ortodossia: gli "starcy" e la teoria della "verità vivente"», in A. MAINARDI, ed., *San Sergio e il suo tempo*, Qiqajon, Bose 2003, 231-237.

²⁵ Cfr.: L'umiltà «è un recinto grandissimo, un muro indistruttibile, una fortezza insormontabile, essa sostiene tutto l'edificio, non permettendogli di cadere né a causa di una folata di vento, né per la pressione delle onde, né per la forza delle tempeste, ma lo mette al di sopra di tutti gli attacchi, lo fa incrollabile come se fosse costituito dall'adamante» (IOANN ZLATOUST, *Tvorenija*, IV, Sankt-Peterburg 1898, 385).

²⁶ Secondo la visione di Basilio, questa rinuncia al «mondo» è un principio per tutti cristiani, anche per quelli che vivono nel mondo. Cfr. Lettera 18, in PG 32, 282.

²⁷ Cfr.: «Esichia è stato di un intelletto indisturbato, calma della libertà e di un'anima esultante, fondamento imperturbato e tranquillo di un cuore in Dio, contemplazione di luce, conoscenza dei misteri di Dio, parola di sapienza proveniente da una mente pura, abisso

dei concetti di Dio, rapimento dell'intelletto, colloquio con Dio, occhio insonne, preghiera intellettuale, riposo senza fatica in grandi fatiche e infine stretta unione con Dio» (NICETA STETHATOS, «Seconda Centuria. Capitoli naturali sulla purificazione dell'intelletto», in *La Filocalia*, III, 443).

²⁸ RUFINO DI CONCORDIA, *Storia di monaci*, Roma 1991, 83-92.

29 AMMONAS, Lettera 12. Il testo originale si veda in *PO* 10, 603-607; trad. it. del brano cit. in G. COLOMBÁS, *Il monachesimo delle origini*, II, 301-302.

³⁰ Per la vita di San Serafim si consulti prima di tutto la «Cronaca del monastero Serafimo-Diveevskij» scritta dal vescovo- martire SERAFIM ČIČAGOV (†1937) e uscita nel 1903, cioè nello stesso anno della canonizzazione del santo (*Letopis' Serafimo -Diveevskogo monastyrja*, Sankt- Peterburg 1903, capitoli III -XX). Cronologicamente la prima versione della vita dello *starec* Serafim uscì nel 1849 (IEROMONACO IOASAF, ed., *Skazanija o podvigach žizni starca Serafima*, Sankt-Peterburg). Tra le versioni più tardive indichiamo: L. DENISOV, *Žitie prepogobnogo otca našego Serafima Sarovskogo*, Sankt-Peterburg 1904; N. LEVICKIJ, *Žitie i podvigi i čudesna prepogobnogo Serafima*, Moskva 1905; V.N. IL'IN, *Prepodobnyj Serafim Sarovskij*, Paris 1930; V. FEDČENKOV, *Vsemirnyj svetil'nik. Prepodobnyj Serafim Sarovskij*, Moskva 1997; E. POSELJANIN, *Prepodobnyj Serafim Sarovskij čudotvorec i ruskie podvižniki XIX veka*, Moskva 2003, 14-178. In it. si veda: I. SMOLITSCH, *Santità e preghiera*, 145-179; S. BOLSHAKOFF, *I mistici russi*, Torino 1962, 125-146; I. KOLOGRIVOV, *Santi russi*, 439-463; I. GORAÏNOFF, *Serafino di Sarov. Vita, colloquio con Motovilov, insegnamenti spirituali*, Torino 1981. Quest'ultimo contiene anche la famosa conversazione dello *starec* con N. Motovilov sullo Spirito Santo. Per la prima volta uscì in *Moskovskie vedomosti* (luglio 1903) e poi in S. NILUS, *Velikoe v malom*, Sergiev Posad 1905.

³¹ G. FLOROVSKIJ, *Vie della teologia russa*, Genova 1987, 309. Per quanto riguarda la frase «aveva studiato i Padri» vogliamo solo aggiungere che San Serafim sempre leggeva *la Filocalia* e consigliava a tutti di leggerla.

³² Cfr. la concezione esicasta sulla pace interiore. Si veda: T. ŠPIDLIK, «Lo Spirito Santo nella tradizione della Chiesa orientale», *Testimoni nel mondo* 5 (1988) 21-24.

³³ Cfr.: PATRIARCA KIRILL, *La predica nel monastero Serafimo-Diveevskij*, 1.08.2012, www.patriarchia.ru/db/text/2380010.html [accesso: 12.08.2014].

³⁴ Per il tema della preghiera mentale nella mistica di San Serafim di Sarov si veda, ad es.: V. GROLIMUND, «L'arte delle arti. La preghiera mentale nella tradizione monastica russa», in A. MAINARDI, ed., *Vie del monachesimo russo*, 95-97.

³⁵ I. KOLOGRIVOV, *Santi russi*, 447.

³⁶ Cfr. la nota 159.

³⁷ V.V. ROZANOV, *Temnyj lik christianstva*, Sankt-Peterburg 1911, 31-32, trad. it. del brano cit. in: I. KOLOGRIVOV, *Santi russi*, 447.

³⁸ Cfr.: «Tutti i membri della Chiesa come il Corpo di Cristo sono chiamati alla testimonianza missionaria nel largo senso della parola e fare l'attività apostolica» (Concezione dell'attività missionaria della Chiesa ortodossa russa, 2.3, www.patriarchia.ru/db/text/220922.html [accesso: 12.04.2014]).

³⁹ Cfr.: «Ogni missionario è autenticamente tale sono se si impegna nella via della santità» (GIOVANNI PAOLO II, «Redemptoris missio», AAS 83 (1991) 249-340; trad. it. in ECM 1671-1939, qui 1929).

40 Cfr.: «Il silenzio ("hesychia") è una componente essenziale della spiritualità monastica orientale [...] Dobbiamo confessare che abbiamo tutti bisogno di questo silenzio carico di presenza adorata [...] Tutti, credenti e non credenti, hanno bisogno di imparare un silenzio che permetta all'Altro di parlare, quando e come vorrà, e a noi di comprendere quella parola» (GIOVANNI PAOLO II, OL, 16, www.vatican.va/holy_father/john_paul_ii/apost_letters/documents/hf_jp-ii_apl_02051995_orientale-lumen_it.html [accesso: 12.04.2014]).

⁴¹ G. MELANI, 41 *Monachesimo orientale*, Jerusalem 1970, 103. Ref.: Testo dell'autore.
Maggio 2014.