

Consigli spirituali

Pseudo Macario

1. Quando l'Apostolo ci dice: "Spogliatevi del vecchio uomo" (Efes. 4, 22), intende l'uomo totale, quello che aderisce ai nostri occhi, alle nostre mani e ai nostri sensi. Il maligno inquinò e fece deviare tutto l'uomo, anima e corpo, e lo ricoprì con la realtà dell'uomo vecchio, cioè con quella dell'uomo profanato, contaminato, ostile a Dio e ribelle alla sua legge; in questo consiste il primo peccato. Cosicché l'uomo non vede più in modo conforme alla sua natura, ma il suo vedere, udire, camminare, agire e sentire sono legati al male. Preghiamo Dio che ci renda nudi dell'uomo vecchio; Lui solo può liberarci dal peccato. Le forze del male che ci tengono schiavi nel regno del maligno sono più forti di noi; ma il Signore ci ha promesso di liberarci da questa schiavitù (*Migne 34, 464 C*).

2. L'anima si volge dalle maligne divagazioni conservando la vigilanza del cuore; ciò impedisce ai sensi ed ai pensieri di vagare nel mondo esteriore (*Migne 34, 473 D*).

3. Il fondamento vero della preghiera è questo: vigilare sui pensieri, e abbandonarsi all'orazione in grande quiete e pace così da non turbare gli altri. Sicuramente chi porta avanti al suo pieno sviluppo la grazia di Dio ricevuta, con un modo silenzioso di ascesa orante, è di maggior aiuto agli altri, perché il nostro Dio, non è un Dio di confusione ma di pace (1 Cor. 14, 33). Chi è solito pregare ad alta voce è simile ai banditori, e non può pregare ovunque, certo non nelle adunanze e nei luoghi abitati, ma solo nei posti solitari a sua scelta. Chi prega in silenziosa compostezza, lo può fare ovunque con edificazione di tutti. Costui deve portare tutto il suo sforzo sui pensieri, spezzare la turba dei pensieri maligni che l'attorniano, mettersi davanti a Dio; non eseguire le velleità di essi (pensieri), cercare invece di raccogliarli dalla dispersione separando i pensieri conformi alla natura da quelli malvagi (*Migne 34, 520 B*).

4. Alle volte basta che uno pieghi le ginocchia per pregare, e subito il suo corpo si trova inondato dalla divina energia e gioisce l'anima della presenza del Signore come di quella dello Sposo. Altre volte invece, dopo un giorno intero di impegni laboriosi e dissipatori, uno, in una breve ora di preghiera, trova il suo io interiore rapito nell'orazione e immerso nello sconfinato mare dell'eterno; con dolcezza grande la sua mente, assorta e sospesa, dimora in quella regione ineffabile. In quel momento tacciono tutte le preoccupazioni esteriori, le forze mentali attratte dalle incommensurabili e inesprimibili realtà celesti, ricolme di stupore indicibile, riescono solo a formulare questa preghiera: Possa l'anima mia insieme alla preghiera emigrare all'altra sponda! (*Migne 34, 528c*).

5. L'anima, quando vien ritenuta degna di aver parte alla chiarezza luminosa dello Spirito, venendo illuminata da questo splendore ineffabile si trasforma nella dimora adatta a riceverlo. Essa è allora tutta luce e nessuna parte in lei è priva dello spirituale occhio della luce. Niente è tenebroso in lei, essa è luce, spirito e capacità visiva. Tutto è in lei chiaro e semplice, essendo accesa dalla luce di Cristo che in lei ha stabilito la sua dimora. (*Migne 34, 451 a*).

6. Se uno, dopo aver rinunciato alle realtà esteriori, non ha sostituito, in tutta la sua pienezza, la comunione carnale propria degli esseri terreni con la comunione delle realtà celesti, e non ha avvicinato la gioia illusoria del mondo con quella

interiore dello Spirito, conforto derivante dalla grazia celeste e placazione interiore che nasce dalla contemplazione della chiarezza luminosa del Signore... Costui è un sale che ha perduto il sapore. (*Migne 812 d*).

7. Segno della presenza del Cristianesimo è questo: dopo aver affrontato ogni sorta di travagli e aver compiuto opere di verità, il riconoscersi incapace di alcunché di bene. Ed anche se uno è giusto davanti a Dio la sua coscienza deve dirgli: "ogni giorno incomincio di nuovo". Ogni giorno sia accompagnato dalla speranza, dalla gioia, dalla fiducia di giungere al regno futuro della salvezza. Ripetersi spesso: "Se oggi non ho raggiunto la liberazione, vi riuscirò domani!". Chi ha intenzione di piantare una vigna, avanti di accingersi al lavoro è nutrito dalla speranza e dalla gioia, e nella sua mente sogna la vendemmia e calcola i guadagni prima che il vino sia fatto; con questo animo può affrontare la fatica. (*Migne 34, 681 b*).

8. Il Cristianesimo è cibo e bevanda; quanto più uno se ne nutre, tanto più dalla sua dolcezza la mente è attratta trovandosene sempre insaziabilmente bisognosa. In verità lo Spirito è cibo e bevanda che mai dà sazietà. (*Migne 34, 682 c*).

9. Una cosa è parlare del cibo e della tavola imbandita, altra cosa è prendere e mangiare il pane saporoso e dar vigore a tutte le membra del corpo. Una cosa è discorrere della più soave bevanda, altra è andare ad attingere alla fonte e saziarsi col bere il soave liquore... Una cosa è rimuginare discorsi nella mente con una certa conoscenza, altra è portare la grazia, il sapore e la forza dello Spirito Santo in una partecipazione personale viva e fattiva, così da mostrare di possedere il tesoro delle realtà spirituali con pienezza nella mente e in tutto l'uomo interiore. (*Migne, 34, 701 b*).

10. Quando il pittore è intento a fare il ritratto del re ne deve avere davanti il volto, cosicché quando il re posa davanti a lui con abilità e grazia lo ritrae: ma se il re è girato dalla parte opposta, il pittore non può compiere l'opera sua, perché il suo occhio non ne vede il volto. Così Cristo, pittore perfetto, dipinge i lineamenti del suo volto di uomo celeste su quei fedeli che sono verso di Lui costantemente orientati. Se qualcuno non lo fissa di continuo, disprezzando ogni cosa a Lui contraria, non avrà in sé stesso l'immagine del Signore disegnata dalla sua luce. Il nostro volto sia sempre in Lui fisso, con fede e amore, trascurando tutto per essere solo in Lui intenti, affinché nel nostro intimo si imprima la sua immagine, e così portando in noi Cristo possiamo giungere alla vita senza fine (*Migne 34 724a*).