

## Evagrio Pontico

### Estratti dal Trattato sulla preghiera

#### 1. TENSIONE ALL'ABITO DELLA VIRTU' (1-31)

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

22. *Conseguenze del rancore* Coloro che accumulano interiormente tristezze e ricordi di offese, benché esteriormente sembrano pregare, sono simili a quelli che attingono acqua e la versano in una botte forata.

23. *Pazienza* Se persisti nella pazienza, pregherai sempre con gioia.

24. *Insidie della collera* Mentre pregherai come si deve, ti si presenteranno casi tali che ti sembrerà del tutto giusto andare in collera. Ma non è assolutamente giusta la collera contro il prossimo, poiché, se cerchi, troverai che è possibile anche senza collera concludere bene la faccenda. Adopera, dunque, ogni mezzo per non scoppiare in collera.

25. *Lusinghe della vanagloria* Bada che, mentre hai l'aria di curare un altro, non sia tu incurabile, dando così un colpo reciso alla tua preghiera.

26. *Misericordia*

*umana e divina* Se non indulgi alla collera, troverai indulgenza. Così ti mostrerai sapiente nel non cadere nella presunzione, e sarai fra coloro che pregano. 27. *Nessun'esca alla collera* Se sei armato contro la collera, non soccomberai mai ai desideri. Sono questi, infatti, che danno esca alla collera, la quale a sua volta turba l'occhio dell'intelletto, così guastando lo stato di preghiera. 28. *Oltre ogni esteriorità* Non pregare soltanto con atteggiamenti esteriori, ma con grande timore fa' che il tuo intelletto senta la preghiera spirituale. 29. *Devastazioni dell'orgoglio* Talora, non appena ti sarai messo in preghiera, pregherai bene; talaltro, nonostante i tuoi grandi sforzi, non conseguirai lo scopo, perché tu, sempre più cercandone la perfetta riuscita, una volta ottenutala, la serbi al sicuro da qualsiasi saccheggio. 30. *Sostegno degli angeli* Quando ci sta vicino un angelo, immediatamente si allontanano tutti i nostri disturbatori, e così l'intelletto si trova con grande sollievo a pregare salutarmente. Qualche volta, però, siamo messi alle strette dal consueto combattimento: l'intelletto si batte come un pugile, ma non riesce ad alzare il capo, sfigurato com'è dai colpi delle varie passioni. Tuttavia, a furia di cercare, troverà e, se busserà gagliardamente, gli sarà aperto. 31. *Sintonia con la volontà divina* Non pregare perché si realizzino i tuoi voleri, in quanto essi non sempre sono in sintonia con la volontà di Dio. Ma prega piuttosto, come ti è stato insegnato, dicendo: "Sia fatta in me la tua volontà". Così pure in ogni circostanza chiedi che sia fatta la sua volontà, perché Egli vuole ciò che è bene e utile all'anima, e che tu invece non sempre cerchi.