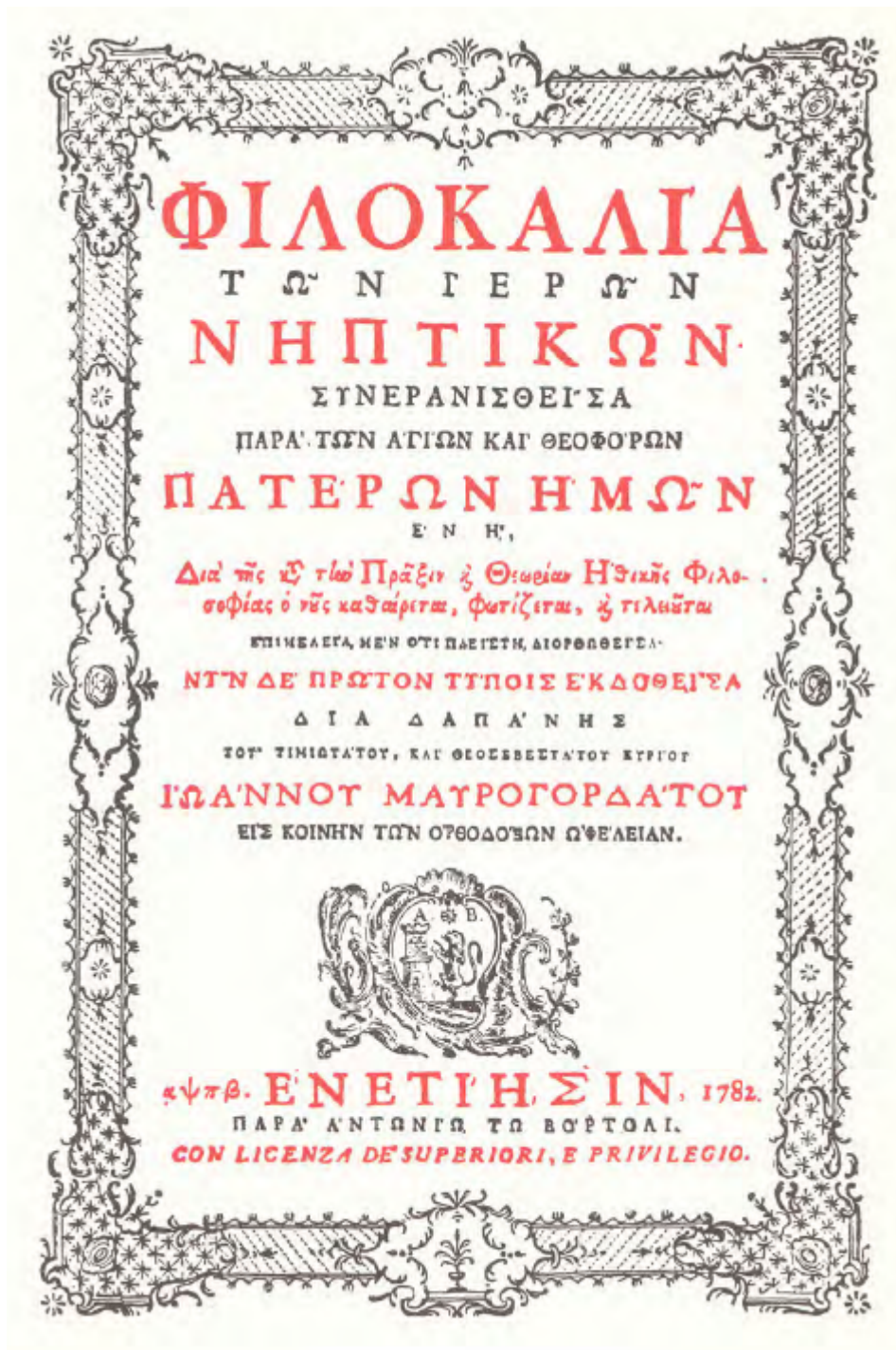


FILOCALIA



“Scienza delle scienze e arte delle arti è l’arte contro i pensieri che

operano il male". Esichio Presbitero

“Se si tratta allora dell’arte delle arti, della scienza delle scienze, della via che conduce a Dio, dello sconfinato mare intelligibile – cioè della vita monastica, che è assimilata alla vita angelica – forse che qualcuno oserà cominciare l’ascesi e fidarsi di se stesso per giungerne al termine senza guida, senza nocchiero e maestro provato e verace? Davvero un tale uomo, chiunque sia, inganna se stesso, e si svia prima di cominciare perché non segue la legge nella sua ascesi. Al contrario, chi ubbidisce a ciò che hanno stabilito i padri, è giunto al termine prima di aver fatto i primi passi”. Callisto e Ignazio – detti ‘Xanthopouli’

[NICODIMO AGHIORITA: Proemio alla Filocalia](#)

Ricordo: nella mia moderna giovinezza, alcuni devoti laici, anche della nobiltà, che conducevano una vita molto semplice, erano impegnati nella preghiera di Gesù. Questa preziosa consuetudine, ora, con l’indebolimento generale del cristianesimo e del monachesimo, è quasi andata perduta. La preghiera

nel nome del Signore Gesù Cristo richiede una vita sobria, rigorosamente morale, vita da viandante, richiede l'abbandono delle dipendenze, che diventiamo senza distrazione, con conoscenza approfondita, senza soddisfazione dei nostri tanti capricci, facendo il bene; «Gesù infatti si era allontanato perché vi era folla in quel luogo» (Gv 5,13).

Sant' Ignazio Brjanchaninov

Consigli sulla preghiera per i principianti del Santo Vescovo Ignazio Brjanchaninov

“La pratica della Preghiera di Gesù ha un suo inizio, una sua gradualità, una sua fine senza fine. È necessario iniziare l'esercizio dall'inizio, e non dalla metà e non dalla fine. Sua Santità Kallistos, Patriarca di Costantinopoli, descrivendo i frutti spirituali di questa preghiera, dice: non osare toccarla. Un tentativo così prematuro è proibito. Coloro che la invadono, e che cercano prematuramente ciò che viene a tempo debito, che si sforzano di ascendere al rifugio del distacco in una dispensazione che non corrisponde ad essa, i Padri li riconoscono solo come folli. È impossibile leggere libri a chi non ha imparato a leggere e scrivere” (San Macario il Grande, Filocalia).

Apprendista. Cosa significa iniziare l'esercizio con la Preghiera di Gesù dalla metà e dalla fine, e cosa significa iniziare questo esercizio dall'inizio?

Anziano. Dal mezzo iniziano quei principianti che, dopo aver letto negli scritti dei Padri l'istruzione per l'esercizio nella Preghiera di Gesù, data dai Padri ai silenziosi, cioè ai monaci che hanno già fatto grandi progressi nell'impresa monastica, sconsideratamente accettano questa istruzione come guida della loro attività. Dal mezzo cominciano coloro che, senza alcuna preparazione preliminare, si sforzano di ascendere con la mente nel tempio del cuore e da lì di innalzare la preghiera. Coloro che cercano di scoprire immediatamente in sé stessi la dolcezza piena di grazia della preghiera e le sue altre azioni piene di grazia iniziano dalla fine. Devono partire dall'inizio, cioè pregare con "attenzione" e "reverenza", con lo scopo del "pentimento" preoccupandosi solo che queste tre qualità siano costantemente presenti con la preghiera. [...] Nel mondo si dovrebbe pregare con una sola mente, e in privato, con la mente e con la bocca, un po' ad alta voce solo per se stessi (di Sua Santità Kallistos "0 Preghiera in Breve", Filocalia.). Particolare cura, la più attenta cura deve essere riservata al miglioramento della moralità secondo gli insegnamenti del Vangelo. L'esperienza non tarderà a rivelare alla mente di chi prega il più stretto legame tra i comandamenti del Vangelo e la preghiera di Gesù. Questi comandamenti sono per questa preghiera ciò che l'olio è per una lampada accesa; senza olio non si può accendere una lampada; quando l'olio è esaurito, non può bruciare: si spegne versando intorno fumo fetido.

[P. Vasily Polyanomerulsky \(XVIII sec\): Sul nostro santo padre Gregorio del Sinai](#)

[SAN NICEFORO L'ESICASTA](#)