

L'intenerimento del cuore: la lotta per l'*umilenie* in Ignatij Brjančaninov

ALESSIA BROMBIN

Importante erede di eminenti starcy russi come Sorskij e Leonid, Ignatij Brjančaninov (1807-1867), giovane cadetto dell'esercito imperiale, poi monaco asceta, vescovo e apprezzatissimo scrittore spirituale, è stato un modello esemplare di lotta per l'umilenie. La sua vita e i suoi scritti sono particolarmente rivolti allo sforzo catanittico personale al fine di raggiungere la visione divina, la theosis dei Padri hesychasti. Brjančaninov, grazie all'armonia delle facoltà dell'anima, rinnovate nella preghiera e dal tocco della grazia, ha potuto esultare, gustare Dio nel suo cuore trafitto da una dolce pacificazione.

I. L'UMILENIE SECONDO I PADRI E L' HESYCHASMO

Vi è una parola russa *umilenie*, che risulta pressoché intraducibile a causa della sua ricchezza di senso. Corrisponde sostanzialmente al greco *κατάνυξις*, cioè «tenerezza».¹

Nell'oriente cristiano slavofono l'*umilenie* afferisce a una disposizione disinteressata al bene, suffragata anche dall'effusione delle lacrime. Inoltrandosi, oltre il campo linguistico-semanticò, nell'ampio orizzonte spirituale, questa assume sempre più i contorni del sentimento di dolce pietà, d'umiltà, di dolore e compassione spirituale accompagnata da una gioia pervasiva, percepita come incondizionata benevolenza. L'*umilenie* rientra nel novero delle virtù cristiane e si concretizza fisicamente nel pianto gioioso, che sgorga dal cuore umano elevato a uno stato superiore di contrizione, dal quale trabocca esultanza, e, al contempo, nutrito dalla consapevolezza della propria indigenza dinanzi all'infinita misericordia divina. *Umilenie* è dono divino, una speciale visita di Dio all'anima umana, che la riempie di misericordia e la dispone all'Amore universale.

In greco *κατάνυξις* (*εως, ή*) traduce solitamente *perforare, punzecchiare*. Nell'epoca patristica si arricchisce di nuove sfumature assumendo il significato di *compunzione e contrizione*. L'uso ne è invalso in Macario, Crisostomo, Climaco. Il verbo *κατα-νύσσω*, nella forma passiva e media di *κατανύσσομαι*, rende tre declinazioni differenti. Il significato primario, più diffuso,

¹ G.P. FEDOTOV, *The Russian Religious Mind, Kievan Christianity The Tenth to the Thirteenth Centuries V, I*, Harvard University Press 1946-66, p. 393.

è quello dell'essere *punto*, per tale motivo si *sente dolore*, fino all'esserne *sopraffatti*; sconfinata oltre l'aspetto carnale fino a spingersi in quello spirituale, evocando la *mozione interiore* cagionata dalla sofferenza e dal patimento. Può accompagnare la parola «cuore» (τῆ καρδία), in questo caso assume il valore di *cuore spezzato* (Sir 12,12; 14,1; 47, 20; At 2, 37): *compunctio cordis*. Secondariamente viene associato alla percezione della «compunzione» o del «pentimento» *tout court*, ne è attestato l'uso in Origene, Atanasio, Basilio, Teofilo. Un terzo uso è il *tacere*, l'*ammutilimento* (che si accompagna a σιωπῶ, cioè «rimanere in silenzio»), nella Bibbia ricorre in Lv 10,3; Ps 4,5; 29,13 e in Dn 10,9, al quale si associa l'essere *stupito*.² La *κατάνυξις* è un'emozione che si radica profondamente nell'animo, si palesa come un sentimento, un'attitudine o una decisione.

Altro sinonimico di *umilenie* è *pénthos* (πένθος),³ l'etimo è della medesima radice di πάθος. Evocativo di θρήνος pianto e λύπη afflizione. La qualifica più diffusa è quella del «lutto che cagiona dolore per la morte di parenti o amici». Irénée Hausherr precisa che πένθος e λύπη vanno in senso diametralmente opposto: il primo verso le vette dell'unione con Dio, la seconda verso il baratro della disperazione.⁴

Per quanto riguarda il rapporto che s'instaura tra *κατάνυξις* e πένθος si può riscontrare, nella prima, la corrispondenza con il nome che ne designa l'azione, cioè indica la “vibrazione”

² Cfr. «κατάνυξις», in *GLRBP*, I, 642; *PGL*, 713.

³ Cfr. P. MIQUEL, «πένθος», in *Lessico del deserto: le parole della spiritualità*, Qiqajon, Magnano (BI) 1998, pp. 279-300.

⁴ Cfr. I. HAUSHERR, *Penthos: la dottrina della compunzione nell'Oriente cristiano*, Edizioni scritti monastici, Abbazia di Praglia (PD) 2013, p. 15, 18.

proveniente dall'esterno, mentre il secondo è associato con la reazione psicologica.

Tale "vibrazione" può essere di tipo spirituale – originata nell'intimità – che si palesa lungo la preghiera, dove l'effetto immediato e visibile è il pianto, le lacrime di compunzione.⁵

Nell'iconografia *Umilenie* si associa all'*icona* della Madonna Eleousa.⁶ Leonid Ouspensky e Vladimir Losskij la ritengono come l'«amorevole benignità» interpretandola come espressione della compassione materna per tutte le creature. Ciò rivela quella tipica venerazione nei confronti della Madre di Dio (*Theotokós*) adorata come la «Gioia di tutti gli esseri creati con cui è ontologicamente Uno. Questa gioia proviene dalla coscienza e dalla fede nell'intercessione materna del "cuore misericordioso", in quanto gli esseri creati non sono in grado di sopportare la sofferenza da sé».⁷

Le definizioni sono molteplici, seppure il lemma esprime un profondo sentimento di letizia unita al patimento, dal quale si ottengono effetti gioiosi, che portano all'effusione delle la-

⁵ Cfr. I. HAUSHERR, *Penthos...*, cit., pp. 21-23.

⁶ *Umilenie* è tradotto come «tenerezza», «compassione», «misericordia» e «amorevole benevolenza», Eleousa è il nome di una nota *icona* della Madre di Dio, caratterizzata da un affettuoso abbraccio guancia a guancia tra Maria e Gesù Bambino. Generalmente è considerata originaria di Bisanzio del periodo post-iconoclasta. L'immagine combina i temi dell'amore materno e della Passione di Cristo. Anticipa il destino che attende il Figlio con la sua espressione amorevole accompagnata da un velo di profonda tristezza (trad. it. nostra, J.A. MCGUCKIN – WILEY-BLACKWELL, *The Encyclopedia of Eastern Orthodox Christianity*, II, Blackwell Publishing, United Kingdom 2001, p. 220).

⁷ R.S. WORTMAN, *The Power of Language and Rhetoric in Russian Political History: Charismatic Words from the 18th to the 21st Centuries*, Bloomsbury Publishing Plc, London – New York 2018, p. 35.

crime. L'individuo percepisce consapevolmente la sua «diminutività», la sua insignificanza dinanzi alla grandezza della divinità, che tuttavia lo anima dinamicamente in forza del dono della grazia.

Questa è una caratteristica della spiritualità bizantina, da tenere in debita considerazione, pena il fraintendimento della sua stessa natura. In particolar modo, si deve porre attenzione quando ci si riferisce all'*hesychasmo*, alle sue declinazioni legate alla «preghiera a Gesù». Nella formula della preghiera «Signore, abbi pietà di me, peccatore» (Lc 18,13) vi è la richiesta di misericordia. Nel pregare ci si sente peccatori, per questa ragione è una preghiera essenzialmente «catanittica».⁸

Per la spiritualità monastica russa ortodossa è fondamentale perseguire la custodia del cuore per giungere all'*hesychia*, il nonché radicarsi nel Nome di Dio nella quiete della propria cella, culmine della vita del monaco è l'unificazione di tutto il proprio essere per divenire misericordia e tenerezza verso tutti. Generalmente si osserva che «ogni progresso nella conoscenza di Dio dovrebbe portare alla *contrizione* [...] questa marcata concezione del “peccato” si nutre della lunga tradizione penitenziale del monachesimo orientale».⁹

⁸ Come afferma Hausherr «Questa è una caratteristica della spiritualità bizantina [...] nell'*hesychasmo* e nella sua manifestazione come “preghiera a Gesù”, si porta la richiesta di pietà. Perciò chi prega si sente peccatore e prega mediante la preghiera catanittica» (I. HAUSHERR, *Les nomes du Christ et voies d'oraison*, in «OCA» 157 (1960), p. 227).

⁹ R. ČEMUS, «Pregare - ritrovare la vita», in T. ŠPIDLÍK, *Lezioni sulla Divinumanità*, Lipa, Roma 1995, p. 346.

2. L'EREDITÀ SPIRITUALE *HESYCHASTA* NELLA RINASCITA DEL MONACHESIMO RUSSO

Il monachesimo russo si consolida in maniera stratificata nel tempo nel solco di quello greco-bizantino, questi subì, in varie epoche, rinascite e decadenze. Il territorio dove anticamente si sviluppò fu l'Ucraina, travolto dal disfacimento del regno di Kiev dopo la conquista tartara (1240). Una rinnovata vitalità lo anima a partire dalla seconda metà del XIV secolo, per poi declinare nuovamente nella seconda metà del XV secolo. Un maggior e duraturo impulso si verificherà solamente nel secolo XVIII, quando nei monasteri ritornò in auge la paternità spirituale degli *starčestvo*,¹⁰ come guide che coniugavano la fedeltà alle forme tradizionali del monachesimo, mantenendo, altresì, una continua tensione al proprio superamento.¹¹

La prima radicale trasformazione della vita monastica, in un'epoca che avrebbe segnato il futuro religioso e civile della Russia (sec. XV-XVI), è da attribuire a Nil Sorskij. Egli fu uno fra i più insigni *starec* russi di tutti i tempi. Attraverso la sua vita e i suoi scritti diffuse, in tutta la regione oltre il Volga, un nuovo ideale monastico ereditato dalla tradizione inaugurata da Simeone Nuovo Teologo, Giovanni Climaco, Gregorio Sinaita, Niceforo l'Athonita, Macario il Grande¹² e coronato nel

¹⁰ Cfr. A. PIOVANO, «Lo starčestvo», in *Santità e monachesimo in Russia*, La Casa di Matriona, Milano 1990, pp. 144-153.

¹¹ Cfr. T. ŠPIDLÍK, *La spiritualità russa*, Studium, Roma 1981, pp. 16-8.

¹² Cfr. I. SMOLITSCH, *Santità e preghiera: vita e insegnamenti degli "Starets" della Santa Russia*, P. Gribaudi, Torino 1984, p. 55; NIL SORSKIJ, *Nil Sorskij. Vita e gli scritti*, a cura di E. BIANCHI, Gribaudi, Torino 1988, p. 8.

successivo pellegrinaggio a Costantinopoli e sul Monte Athos.¹³ «Egli si trovò all'Athos negli anni immediatamente successivi al termine delle controversie palamite, quando la Santa Montagna conosceva il trionfo dell'*hesychasmo*. All'Athos Nil non solo studiò, ma “visse” i Padri fino a pensare ed esprimersi con il loro linguaggio, diventando un uomo delle fonti».¹⁴

Molti furono gli ostacoli che si opposero a Sorskij e ai suoi seguaci,¹⁵ i quali erano in netto contrasto con le vedute dell'abate di Volokolamsk – Giuseppe¹⁶ – e del metropolita Daniil suo discepolo e successore.

La sua concezione di chiesa raccolta nel silenzio, nella contemplazione continua, nella pratica virtuosa della mitezza, della dolcezza e della longanimità si contrapposero al potere di una chiesa impostata come un «regno terreno», dotata di

¹³ NIL SORSKIJ, «Lettera III, Lettera dello stesso starec a un fratello che lo pregava di scrivergli a profitto dell'anima», in *Nil Sorskij. Vita e gli scritti*, a cura di E. BIANCHI, Gribaudo, Torino 1988, p. 149.

¹⁴ *Ibid.*, p. 8.

¹⁵ Al ritorno in Russia dall'Athos si stabilì a circa 15 chilometri dal monastero di Kirill di Beloozero, dove aveva ricevuto la tonsura, presso il torrente Sora. Costruì un eremo e ben presto fu raggiunto da alcuni discepoli, riproducendo la *skit* secondo il modello della Santa Montagna, vivendo nell'*hesychia*.

¹⁶ Giuseppe (1439-1515), fondatore del monastero di Volokolamsk ad ovest di Mosca, godeva di grande influenza nella gerarchia ecclesiastica; assieme al suo discepolo e successore, Daniil, furono i massimi esponenti del movimento dei *Jolifensi*, propugnando la fusione tra Chiesa e Stato, fondando tale prospettiva ecclesiale sull'idea di «Mosca terza Roma». A lui viene attribuita una massiccia influenza nell'evoluzione politica russa, che mirava alla centralizzazione intorno alla nuova capitale, Mosca (cfr. T. ŠPIDLÍK, «Un grande riformatore: Giuseppe di Volokolamsk», in *I grandi mistici russi*, Città Nuova, Roma 1977, pp. 101-115; T. ŠPIDLÍK, *Joseph de Volokolamsk. Un chapitre de la spiritualité russe*, in «OCA» 146 (1956).

una propria politica e cultura. Nil partecipò al concilio della Chiesa russa del 1503-1505, dove cercò di introdurre la sua riforma, ma fu perentoriamente respinto dal clero, che lo perseguitò. Il suo ideale di monachesimo era basato sui piccoli eremi, ciascuno dotato di autonomia e autosufficienza, regolati dalla stretta osservanza, nonché, nei rapporti Stato-Chiesa propugnava l'emancipazione e la relativa restituzione dei beni incamerati dallo Stato.¹⁷

Sorskij è considerato il grande *stars* e fondatore della vita eremitica in Russia, il suo pensiero e i suoi scritti ispireranno il grande rinnovamento *filocalico* russo.

Nella seconda metà del Settecento i monaci che frequentavano il Monte Athos erano animati da un certo risveglio e movimento spirituale che tra l'altro nutriva un forte interesse per gli antichi testi spirituali. In particolare due monaci, Macario e Nicodemo, chiamato l'Aghiorita, riuscirono a compilare e stampare, nel 1782, a Venezia, la raccolta di quei testi intitolandola appunto *Filocalia*. Il titolo, composto di due parole greche, *filéo* che vuol dire amore e *kalòs* che significa bello e buono, vuole significare che nel libro sono raccolte le pagine più belle. [...] Parallela- mente al lavoro di Macario e Nicodemo nell'ambito della cultura ellenica, si era sviluppato un movimento simile nelle sfere di lingue slave, e Paisij Veličkovskij, loro coetaneo, diede alle stampe la sua traduzione della *Filocalia* in slavo ecclesiastico, che uscì a Mosca nel 1793 con il titolo *Dobrotoljubie*.¹⁸

¹⁷ D.H. SHUBIN, *A History of Russian Christianity. From the Earliest Years through Tsar Ivan IV*, I, Algora Publishing, New York 2004, p. 176.

¹⁸ M. BIELAWSKI, *Stannik. Spiritualità del Pellegrino Russo*, Lemma Press, Bergamo 2017, p. 199. Per approfondimenti E. CITTERIO – O. CLÉMENT – E.N. PHRANGHISKOS [...], *Nicodemo l'Aghiorita e la Filocalia: atti del VIII Convegno ecumenico internazionale di spiritualità ortodossa, sessione bizantina, Bose, 16-19 settembre 2000*, Qiqajon, Magnano (BI) 2001; N.N. LISOVOJ, «Due epoche, due "filocalie": Paisij Veličkovski e Teofane il Recluso», in *Paisij, lo "stars"*, Qiqajon, Magnano (BI) 1997, pp. 183-215.

In Russia tra il XVIII e XIX secolo vi fu la rinascita spirituale del monachesimo recependo lo stile *hesychasta* sotto nuove declinazioni mosse dall'impulso *filocalico* e dal successo dei *Racconti di un pellegrino russo*,¹⁹ grazie all'opera di alcuni esponenti di spicco come Paisij Veličkovskij, Seafim di Sarov, Tichon di Zandoskij, Feofan “Zatvornik” fino a giungere a Ignatij Brjančaninov.²⁰

3. LA «COMPUNZIONE DEL CUORE» IN IGNATIJ BRJANČANINOV: UN INVITO ALLA GIOIA

In Russia, in particolare, il movimento *filocalico* ha oltrepassato il ristretto ambiente monastico per influire sulla pietà popolare mediante lo *starčestvo*, l'istituzione [fu] formata alla scuola di Paisij Veličkovskij. [...] L'incontro con uno di loro, lo *starec* Leonid, fu decisivo per il cammino spirituale del giovane cadetto dell'esercito imperiale, divenuto in seguito monaco, vescovo ed apprezzatissimo scrittore spirituale: Ignatij Brjančaninov.²¹

Analizzando alcuni tratti biografici di Ignatij Brjančaninov, che ritraggono il suo retaggio spirituale, emerge quanto sia debitore di eminenti *starcy* russi come Sorskij e Leonid,²² di quest'ultimo fu anche discepolo; nonché di quanto sia penetrata la predisposizione penitenziale ereditata dagli antichi

¹⁹ Cfr. A. PIOVANO, «Alcuni aspetti del rinnovamento spirituale e culturale del monachesimo russo nei sec. XVIII-XIX», in *Santità e monachesimo in Russia*, cit., pp. 154-165.

²⁰ I. ALFEEV, *La Chiesa ortodossa russa*, I, Edizioni Dehoniane, Bologna 2013, p. 198.

²¹ R. ČEMUS, «Pregare - ritrovare la vita», cit., p. 338.

²² I. SMOLITSCH, *Santità e preghiera: vita e insegnamenti degli “starets” della Santa Russia*, P. Gribaudi, Torino 1984, p. 120.

Padri del deserto sinaitico e sviluppata nel corso dei secoli dall'*hesychasmo*.²³

Dimitri Alexandrovich Brjančaninov, futuro archimandrita Ignatij, nacque il 15 febbraio 1807 nella provincia di Vologda, figlio di un proprietario terriero della Tebaide russa. Intellettualmente dotato, di carattere quieto e riflessivo, fu attratto precocemente dalla preghiera, intuendo che questa sarebbe stata centrale per raggiungere il fine ultimo della sua esistenza. La sua vocazione, tuttavia, fu incompresa dai genitori, che sognavano per lui una carriera nell'esercito. Il giovane Dimitri si sentì misconosciuto negli affetti, affermava, infatti, «la mia infanzia era piena di tristezza», e molto tempo più tardi scrisse: «Qui vedo la tua mano, mio Dio. Non avevo nessuno a cui potessi aprire il mio cuore [...] A quindici anni, un silenzio ineffabile regnava nel mio spirito e nel mio cuore, ma non lo capivo, pensavo fosse la solita condizione di tutti i miei coetanei».²⁴

Accondiscendendo alla volontà del padre, nel 1822 frequentò la Scuola Militare di San Pietroburgo, questo periodo rappresentò una sorta di viatico per il suo cammino ascetico, seppur cinto da una divisa militare “fuori misura” per il suo corpo spirituale, che si stava conformando a una volontà superiore. Unico conforto fu la preghiera: «con gravità mi toglievo i miei abiti civili e vestivo la mia uniforme da ufficiale. Ma subito li rimpiangevo: con quella tenuta almeno potevo passare inosservato e, in chiesa, pregare in mezzo ai soldati o alla gente

²³ I. HAUSHERR, *Spiritualité hésychaste*, in *Les grand courants de la spiritualité orientale*, in «OCP» 1 (1935), pp. 132-37.

²⁴ *Ibid.*, p. 119.

del popolo, pregare e *piangere* finché la mia anima ne aveva voglia». ²⁵

Solamente nel 1827 il giovane Dimitri, benché intralciato dalla famiglia, lasciò la vita del secolo ed entrò come novizio in monastero. Peregrinò difficoltosamente, con salute malferma, per quattro anni in numerosi monasteri (Svirskij, Ploskanskij, Optina, Kirillo-Novoezerskij), infine fu accettato dal vescovo di Vologda – Stefan – presso Semigorodskij, ed emise la sua professione monastica nel 1831, prendendo il nome di Ignatij.

Lo stile rigoroso, che aveva impresso alla sua vita monastica, lo portò a scontrarsi con le istanze provenienti dalla Chiesa, e sebbene nell'autunno del 1833 fosse stato nominato superiore del monastero della Trinità di San Sergio, nel 1847 presentò le sue dimissioni desideroso della solitudine nel tentativo di fare ammenda, ammettendo a se stesso: «Sono un peccatore. Ho sete di *pentimento*». ²⁶

Nuovamente fu nominato vescovo di Stavropol nel Caucaso, per rinunciarvi dopo tre mesi e rifugiarsi presso il monastero di Nikolo-Babaev, dove qualche anno più tardi, nel 1867, morì.

L'insegnamento di Brjančaninov fu in larga parte tratto dai Padri della Chiesa, ²⁷ ma ciò che mutua lo fece proprio,

²⁵ *Ibid.*, p. 120.

²⁶ Cfr. I. BRJANČANINOV, «Foreword by K. Ware», in *On the Prayer of Jesus*, New Seeds, Boston & London 2013, p. 9.

²⁷ Tuttavia le opere dei Padri russi ci sembrano più accessibili di quelle dei Padri greci, grazie alla loro chiarezza e semplicità di esposizione [...] perché è ad essi che si deve assolutamente volgere chi, ai nostri giorni, desidera praticare la Preghiera di Gesù con successo [...] Nil Sorskij è degno di nota, e la sua lettura dovrebbe ugualmente precedere quella degli autori greci, siccome li cita e li commenta abbondante-

verificandolo attraverso l'esperienza personale. La tradizione di cui egli fu testimone è una tradizione ancora vivente. La sua vita fu tutta protratta verso lo sforzo (*podvig*) catanittico, al fine di perseguire il suo fine ultimo, cioè l'unione a Dio con il cuore, per «divenire tempio della preghiera, divenire tempio di Dio».²⁸ Questo atteggiamento, come si è appreso, è constatabile sin dalla sua tenera età, nell'aprire il suo «cuore intenerito» (*umilenie*) dalla compunzione.

Lo stato di afflizione spirituale si condensò successivamente nella gioia ineffabile, nella misura in cui acquisì consapevolezza del proprio stato d'indigenza e di miseria morale, sostenuto dalla misericordia divina. Inoltre, questo intenerimento dischiuse la sua anima alla compassione nei confronti dell'intera umanità peccatrice.

Quest'atmosfera di tenera pietà sembrava l'*humus* adatto al fiorire della «preghiera di Gesù», l'invocazione a Dio, anche nella formula appena presentata dal maturo Brjančaninov, è frutto, *in primis*, del *penthos*, del *luctus*, del dolore per il proprio peccato. La necessità di un'intensa attività spirituale – evidenziata da questo maestro russo – si fa largo nella lotta (*podvig*) costante e coraggiosa contro il proprio peccato, ciò va unito alla convinzione indispensabile di trovare la salvezza solamente in Cristo.²⁹

mente, esso facilita la lettura e la comprensione di quei maestri profondi e santi (ID., *Preghiera e lotta spirituale*, Gribaudi, Torino 1991, pp. 116-117, 149).

²⁸ ID., *Sulle tracce della Filocalia: pagine sulla preghiera esicasta*, a cura di R. ČEŠMUS, Paoline, Milano 2006, p. 195.

²⁹ Cfr. N. ARSENIËV, *La piété russe*, Delachaux & Niestlé, Neuchâtel 1963, p. 117.

Il legame tra preghiera, compunzione e intenerimento del cuore è molto stretto in questo *starec*. La preghiera, *um* in slavo-fono, afferisce a un compendio di realtà umane: la mente, l'intelletto e lo spirito. Nella semantica spirituale russa *um* indica genericamente l'attività interiore, l'attività che scandaglia le profondità, posta in opposizione all'attività esteriore. In Brjančaninov viene intesa come «preghiera mentale», implicante l'intera ricchezza della preghiera interiore. Le radici stesse della preghiera (*um*) affondano nella parola «*um-ilenie*», infatti, Ignatij assurge come criterio ultimo del proprio *status* orante l'intenerimento del cuore, «il sentimento della misericordia e della compassione, che l'uomo prova per se stesso, di fronte al suo stato di povertà, di peccato, di morte eterna».³⁰

Il primo sentimento spirituale che si avverte nella preghiera è, dunque, quello del «cuore caldo», che accende a una «salutare tristezza», nei termini della consolazione e rivelazione delle cose divine. Associata all'*umilenie* è anche la visione spirituale. La prima visione spirituale è relativa ai peccati dimenticati e sconosciuti. Dal riconoscimento della propria peccaminosità consegue la cognizione dell'origine delle passioni e delle malattie suscitate dai demoni interiori. La seconda visione spirituale, quella legata agli spiriti è raggiunta dalla mente connessa al cuore, quest'ultimo avverte la presenza degli spiriti, delle idee ispirate dai demoni che ostacolano l'anima nella preghiera.³¹

³⁰ I. BRJANČANINOV, «Omelia per la domenica delle donne mirofore», in *Opere*, IV, p. 155.

³¹ Cfr. S. BOLSHAKOFF, *Russian mystics*, Cistercian Publications, Kalamazoo 1980, pp. 161-162.

Nel perseguire l'unione fra la mente e lo spirito, separati nella caduta genesiaca, è indispensabile che, nel corso della preghiera, l'attenzione sia catalizzata nell'attività di discesa della mente nel cuore. La «preghiera della mente» consiste nel «rinchiudere la mente nelle parole della preghiera agendo, sia interiormente che esteriormente, secondo i comandi dell'evangelo: tutto questo rende lo spirito idoneo a unirsi alla mente in preghiera». ³² La grazia divina opera nell'uomo, concentrato nella preghiera e sulla sua condizione di penitente, unendolo a sé. L'unione è donata secondo la volontà divina e nasce dalla sua grazia, lo spirito è chiamato allo sforzo ascetico in collaborazione con l'intelletto.

Secondo Ignatij il sentimento, che preannuncia l'incontro personale con Dio, è *umilenie*, la compunzione o contrizione alla quale giungono coloro che hanno conoscenza per comprendere. ³³ Facendo coincidere il cuore con la sede del sentimento, l'orante vi elegge il «luogo di Dio», dove avviene l'incontro salvifico personale.

Ignatij distingue, secondo tre livelli di perfezionamento, la preghiera: corporale da quella dell'anima e della mente-cuore. È utile procedere per gradi, in primo luogo, si deve mirare a lottare contro le passioni che soggiogano l'uomo. Secondariamente si pratica la preghiera orale avvalendosi della salmodia. Domate le passioni, si assapora una sorta di ebrezza di Dio tipica dello stato di impassibilità (*apatheia*), dove il cuore ritorna ad essere il primordiale «luogo di Dio». Presto la preghiera da orale diventa mentale abbandonandosi al silenzio, dove la lo-

³² I. BRJANČANINOV, *Preghiera e lotta spirituale*, cit., p. 175.

³³ Cfr. R. ČEMUS, «Pregare - ritrovare la vita», cit., p. 345.

quacità – la *poliloghia* – si trasforma nella *monologhia* della «preghiera del cuore» o preghiera della mente.

Un quarto stadio, che eccelle sui precedenti, prevede «l'accesso alla visione di Dio. La prima condizione è tipica dei principianti; la seconda di coloro che stanno progredendo; la terza di coloro che hanno attinto il livello più avanzato; la quarta dei perfetti».³⁴

L'intenerimento del cuore proviene da una sempre maggiore attenzione dell'uomo durante la preghiera, come suggeriva Climaco,³⁵ in ultima istanza è un dono di Dio, in quanto si è raggiunto lo stato evangelico della povertà di spirito, che si manifesta con le lacrime.

Sistematizzando in questo modo l'evoluzione della pratica dell'orazione, si nota una forte componente antropologica e psichica da cui sgorga la spiritualità di Ignatij, formando una vera e propria «fisiologia mistica». Se la mente rimane attenta, allora lo spirito si commuove ed erompe in lacrime di compunzione. Lo «spirito» viene, di solito, denominato «cuore», così come, al posto della parola «intelletto», si usa «testa». Questi caldeggi di «pregare con attenzione, con lo spirito contrito,

³⁴ Cfr. A.I. OSIPOV, «Insegnamento sulla preghiera di Gesù in Ignatij Brjančaninov e nei *Racconti di un pellegrino*», in *La preghiera di Gesù nella spiritualità russa del XIX secolo: atti del convegno ecumenico internazionale di spiritualità ortodossa sezione russa, Bose, 16-18 settembre 2004*, Qiqajon, Magnano (BI) 2005, p. 161.

³⁵ La fase iniziale della preghiera consiste nel respingere i pensieri fin dal loro nascere, mediante la preghiera; la fase centrale si ha invece quando la mente rimane esclusivamente nelle parole pronunciate vocalmente o mentalmente; il coronamento, infine, è il rapimento della mente verso Dio (G. CLIMACO, *La Scala*, XXVIII, 20).

facendo ciò, la conoscenza sperimentale del luogo del cuore si apre da sé». ³⁶

Lo *starec* pone in grande risalto lo sforzo (*podvig*) catanitico personale, che si concretizza in quella «volontà spirituale» atta a ricevere il dono divino. *Podvig* evoca l'agonismo, denota la fatica della lotta per la propria salvezza, facendolo rientrare nel campo semantico dell'ascesi nella vita cristiana *tout court*. La sua costellazione semantica comprende lo sforzo, la lotta e conseguentemente la fatica. Colui che s'impegna nella vita spirituale si dispone alla lotta spirituale per portare l'anima a dominare il corpo, eseguendo pratiche ascetiche come il digiuno, le veglie e un'intensa vita di preghiera. L'atteggiamento di abnegazione e autorinnegamento fortificano lo sforzo. Tutto il *podvig* è una forma di pentimento, un voltarsi e ritornare al cuore, per purificarsi e raggiungere la visione divina, che nel linguaggio dei Padri *hesychasti* viene definita come *theosis* (divinizzazione).

L'armonia delle facoltà dell'anima, rinnovate nella preghiera e dal tocco della grazia, invitano l'uomo a esultare, donandogli una gioia pervasiva. La gioiosa compunzione stilla nel cuore dell'uomo riconciliato, al quale gli si disvela la conoscenza di Dio come *philanthropos*, misericordioso e colmo di tenerezza per l'indigenza umana. L'uomo accede a una nuova conoscenza e gusta Dio interiormente nel suo cuore trafitto da una dolce pacificazione. L'esultanza dell'orante è il riflesso della letizia di Dio, il quale «trabocca di inesprimibile gioia di-

³⁶ I. BRJANČANINOV, *Sulle tracce della Filocalia: pagine sulla preghiera esicastica*, cit., p. 240.

vina nel constatare il successo degli uomini». ³⁷ Si comprende quanto lo sforzo umano rechi il suo profitto nell'orientare regolarmente, «con arte», la propria mente verso la potenza spirituale collocata nel cuore, luogo di congiunzione tra Dio e l'uomo.

Padre Makarij ³⁸ riferisce: «Preoccupatevi di impiegare la maggior parte del vostro tempo libero nella lettura dei Padri greci e dei nostri russi. Nessuna arte si acquisisce con facilità o senza studio e la pratica più diligente. Potrebbe essere altrimenti per la più grande di tutte le arti, "l'arte delle arti": la vita spirituale, la salvezza dell'anima?». ³⁹

L'orazione mentale va praticata, quindi, «con arte», con una particolare forma di maestria, infatti, Niceforo l'Esicasta la definiva come «arte delle arti e scienza delle scienze». La teologia è *theognosis* della mente congiunta al cuore, tali conoscenze sono il risultato delle impressioni che provengono dallo Spirito. Brjančaninov cita letteralmente «l'orazione mentale è la più alta scuola di teologia», ⁴⁰ infatti, «se sei un teologo pregherai, e se preghi veramente sei un teologo». ⁴¹

³⁷ ID., *Preghiera e lotta spirituale*, cit., p. 112.

³⁸ I GRANDI MONACI DI OPTINA PUSTYN', *Iconografia dell'anima: voci dal grande eremo russo*, Paoline, Milano 2007, pp. 96-98.

³⁹ MAKARIJ, «Lettera ai laici 377», in *Optina Pustyn' e la paternità spirituale. Atti del X Convegno ecumenico internazionale di spiritualità ortodossa. Sezione russa. Bose, 19-21 settembre 2002*, Qiqajon, Magnano (BI) 2002, p. 25.

⁴⁰ I. BRJANČANINOV, *Preghiera e lotta spirituale*, cit., p. 156.

⁴¹ I. HAUSHERR, *Les Leçons d'un contemplatif. Le Traité de l'oraison d'Évagre le Pontique*, Beauchesne, Paris 1960, p. 85.

Non si può acquistare la conoscenza di Dio, l'autentica *theognosis*, se non passando attraverso la vita di fede di cui l'espressione massima è la preghiera.

Pervenire alla conoscenza spirituale del mistero di Dio significa fare teologia, per l'oriente cristiano non sussiste una vera e propria "scienza di Dio" canonicamente concepita come scolastica, ma l'elevazione a un grado superiore della vita spirituale, vivendo il mistero nel dialogo della contemplazione.

Apprendiamo che l'*um* rende anche il vocabolo «ragione», il pregare non esclude dunque la ragione, per Brjančaninov la «preghiera mentale» implica i principi della riflessione e del pensiero discorsivo. Si tratta della «ragione spirituale, il pensare secondo Dio, [che] promuove la preghiera, raccoglie l'uomo in se stesso, nell'attenzione e nell'umile intenerimento del cuore». ⁴²

Tutto il pensiero patristico, su cui insiste anche Ignatij, sostiene che il compito della vita cristiana sta nell'adempiere ai precetti di Cristo e nel pentimento in caso di trasgressione. Tutto il resto non è nulla di più che un mezzo per raggiungere questo scopo. Anche la preghiera, tra l'altro, è solo uno dei principali precetti, uno degli importanti mezzi della salvezza. ⁴³

Ignatij, con il suo insegnamento teologico e ascetico-pratico, propone il risanamento integrale dell'uomo, ponendo il suo accento sulla condizione di peccato in cui versa, mirando alla sua perfezione nel vivere secondo i comandamenti. La grazia donata all'uomo animato dalla pienezza di Cristo lo

⁴² I. BRJANČANINOV, *Sulle tracce della Filocalia...*, cit., p. 88.

⁴³ A.I. OSIPOV, «Insegnamento sulla preghiera di Gesù in Ignatij Brjančaninov e nei *Racconti di un pellegrino*», cit., pp. 174-175.

deifica. La *theognosis* – la vera conoscenza di Dio – si esperisce ulteriormente nel discernere la volontà di Dio e nel compierla. Per adempiere ai comandi divini Dio offre all'uomo il discernimento,⁴⁴ che è profonda e autentica conoscenza, ossia l'effettiva intelligenza delle cose (*epígnosis*): la sovra-comprensione nell'abbondanza della misericordia divina.

⁴⁴ MELETIOS DI NIKOPOLIS, «Discernimento e vita monastica in sant'Ignatij Brjančaninov», in *Vie del monachesimo russo: atti del IX convegno ecumenico internazionale di spiritualità ortodossa, sezione russa, Bose, 20-22 settembre 2001*, Qiqajon, Magnano (BI) 2002, p. 22.