

ALCUNI ASPETTI DELLA PREGHIERA NEI DETTI DEI PADRI DEL DESERTO

Christofoor Wagenaar

La preghiera dei padri del deserto è un argomento molto ampio. Per questi monaci tutto era in relazione con la preghiera. Il presente contributo informa sull'ampiezza e la profondità dell'argomento e mostra fino a che punto la loro preghiera era penetrata dall'intelligenza «spirituale» della parola di Dio.

1. I detti dei padri

I detti dei padri del deserto, gli apoftegmi, possono essere definiti una letteratura che per eccellenza è diretta all'esercizio della preghiera, della preghiera ininterrotta, e che intende condurre alle più alte cime della preghiera. I monaci che nel quarto e quinto secolo, principalmente in Egitto, si sono ritirati nel deserto per condurre una vita dedicata esclusivamente a Dio, hanno tramandato le loro esperienze ai discepoli. Queste esperienze sono venute a noi nella forma di detti brevi, saggi ed espressivi. La collezione di questi detti ha una storia complicatissima[1]. Per alcuni secoli, erano conosciuti in occidente solamente i detti pubblicati da Her. Rosweyde, i quali erano stati inseriti nei volumi 73 e 74 della patrologia latina del Migne, oltre al «Gerontikon» stampato nella patrologia greca (vol. 65). Negli ultimi tempi gli apoftegmi sono stati studiati in modo dettagliato da specialisti.

2. Bibbia

I padri del deserto, chiamati in greco abati (nel singolare abba o abate), s'appoggiavano, soprattutto nella prima generazione di monaci, solamente alla Bibbia. Sembra che la maggior parte dei monaci abbia avuto una padronanza del segreto di leggere; parecchi erano pure copisti. Il possesso di una Bibbia era talvolta oggetto di discussione, in quanto sembrava contrario alla povertà[2]. I padri del deserto imparavano molti brani della s. Scrittura con la facilità con cui anche ora i monaci copti si imprimono nella memoria testi liturgici e altre letture. Così, un padre, visitato da un anziano, recitò a memoria tutto il libro dei salmi. Il suo visitatore dal canto suo non fu da meno: recitò a memoria due grandi profeti[3]. Soltanto più tardi furono accolti dai monaci anche scritti di celebri dottori. Abba Sisoês, per esempio, si fece portare dal suo discepolo Abramo «il libro di sant'Atanasio», allo scopo di confutare gli ariani, venuti a trovarlo[4].

3. Pregare incessantemente

La parola chiave degli apoftegmi è senza dubbio 1Ts 5, 17: «Pregate incessantemente». Questo è il versetto più citato nei circa 2300 detti differenti. Questa esortazione di san Paolo si trova nascosta tra altre esortazioni e non è accompagnata da ulteriori spiegazioni o da alcun commento. I monaci perciò hanno preso questa parola nel senso letterale di una preghiera di 24 ore su 24. Il loro sforzo comune per realizzare un tale compito deve essere qualificato senz'altro come grandioso. Il primo passo a questo fine era la separazione dal mondo (anacoreta, da *anachôrein* = ritirarsi). Gli anacoreti scoprirono il deserto come un luogo molto adatto a questa separazione, sull'esempio di Gesù che dimorava 40 giorni nel deserto o andava a pregare sui monti durante la notte. Ben presto, si vide che un'ascesi dura e severa ne era una parte indispensabile.

4. Semplicità

La preghiera dei monaci del deserto non consisteva in salmi o in altri testi biblici. La semplicità proibiva loro di rendere la preghiera complicata. Nutrivano la mente con la lettura e la meditazione, cioè con la ripetizione mormorata della Bibbia; la preghiera, invece, la facevano essi stessi. «Non c'è bisogno di vane parole, disse abba Macario, ma tendi le mani e di': Signore, come vuoi e come sai, abbi pietà di me»[5]. Alludeva a Mt 6, 7: «Nel pregare non siate ciarlieri come i pagani». Le parole «abbi pietà di me» rimandano alla preghiera del pubblicano (Lc 18, 13): di lì s'è formata la famosa «preghiera di Gesù». Il detto dell'abate Macario fa presumere che il monaco del deserto limitasse abitualmente la preghiera alla ripetizione continua di una stessa giaculatoria. Un apoftegma dell'abate Sisoês rafforza questa presunzione. Egli diceva: «Ecco, da trent'anni non prego più Dio per un peccato particolare, ma prego così: «Signore Gesù, proteggimi dalla mia lingua». E fino ad ora ogni giorno cado nel peccato a motivo della lingua»[6]. All'inizio quindi abba Sisoês emetteva una specie di preghiera di Gesù, una preghierina di misericordia; più tardi diceva che da trent'anni l'aveva cambiata in una preghiera ininterrotta per tenere a freno la lingua (Gc 1, 26).

Colui che prega tutto il giorno non ha più bisogno di ore particolari di preghiera. Perciò non possiamo aspettarci di trovare presso i primi monaci, i quali erano solitari in senso stretto, un vero «ufficio», cioè un obbligo. Quest'ultimo però nacque spontaneamente da quando i solitari incominciarono a ricevere discepoli. Fin da allora si radunavano per pregare insieme (synaxis). Per questa sinassi sceglievano di preferenza, ma non esclusivamente, dei salmi. Soltanto nella terza «generazione» si cominciò qua e là a cantare quei salmi.

5. Maestà divina

Il monaco solitario si trova assolutamente solo davanti all'onnipotente Dio. Con la più profonda riverenza s'inchina alla maestà divina. Egli fa tutto per conoscere la

volontà di Dio e si rassegna ai decreti divini. Un apoftegma dice: «Un giorno abba Antonio volse lo sguardo all'abisso dei giudizi di Dio»[7]. Questo è un riferimento letterale alla profondità dei giudizi inscrutabili di Dio, di cui parla san Paolo in Rm 11, 33. Ad Antonio giunse una voce che diceva: «Antonio, bada a te stesso, perché questi sono giudizi di Dio; non ti giova conoscerli». L'espressione «bada a te stesso» ricorre frequentemente nella Bibbia greca, come in Gn 24, 6; Es 23, 21 ecc.

6. La volontà di Dio

Il vero monaco desidera conoscere la volontà di Dio e prega a tale scopo. Perciò deve recidere la propria volontà. La parola «recidere», preferita in tali contesti, ne indica l'asperità. Infatti, stroncare la propria volontà è la cosa più dura che mai si possa chiedere ad un uomo. Un apoftegma lo mette in rapporto con la dichiarazione di san Pietro in Mt 19, 27. In questo testo si legge: «La via stretta ed angusta è questa: far violenza ai propri pensieri e stroncare la propria volontà per la volontà di Dio. E questo è il significato di: “Ecco, noi abbiamo abbandonato tutto e ti abbiamo seguito”»[8]. I monaci prendevano sul serio la parola di Gesù: «Non sono venuto per fare il mio volere, ma il volere di colui che mi ha mandato» (Gv 5, 30 e 6, 38).

Il monaco deve sempre pregare affinché possa conoscere il volere divino e abbia la forza di eseguire quel che Dio desidera da lui. Quando abba Teodoro di Ferme era stato consacrato diacono, non riusciva a decidersi a compiere il suo ministero. Si sentiva indegno e fuggì in vari luoghi. Ma gli anziani lo ripresero ogni volta. Allora abba Teodoro disse: «Datemi un po' di tempo e pregherò Dio che mi dia la certezza se devo compiere il mio ministero liturgico». E pregò Dio così: «Se è tua volontà che io compia il mio ministero liturgico, dammene la certezza»[9]. Nel caso dell'abate Teodoro Dio fece un miracolo per accordargli la certezza. Questa, però, non era la strada normale. Al monaco conveniva piuttosto rivolgersi al suo direttore spirituale, che prendeva il posto di Dio, per sentire dalla sua bocca la volontà divina. Abbiamo questa splendida preghiera di un monaco che prima di recarsi da suo padre, pregava così: «Signore, se tu vuoi ordinarmi qualche cosa, mettila nella bocca dell'anziano e fagliela dire a me perché io accetti come dalla tua bocca, Signore, ciò che viene da lui. Rinforzalo, Signore, nella tua verità, affinché io apprenda da lui il tuo volere»[10]. Queste parole interpretano ottimamente la terza richiesta del Padre nostro: sia fatta la tua volontà, come in cielo così in terra.

7. Il timore di Dio

La coscienza della maestà divina conduceva direttamente al timore di Dio. Il monaco è pieno di sentimenti di indegnità, si confessa impuro agli occhi di Dio. Qui ci troviamo di fronte a una disposizione fondamentale dei padri del deserto: la compunzione (penthos, metanoia). Un fratello chiese all'abba Poemen: «Che devo fare?». Gli disse: «Sta scritto: Io confesso la mia iniquità e sono inquieto per il mio

peccato» (Sal 37, 19)[11]. In un altro detto abba Poemen pone il timore di Dio accanto alla preghiera ininterrotta. Dice: «Questi tre punti sono utili: temere Dio, pregare senza interruzione e fare del bene al prossimo»[12]. Desidera che queste tre condizioni siano sempre presenti. Come la preghiera non subisce interruzione, così il monaco teme sempre Dio e sempre sta pronto a far del bene al fratello.

8. Compunzione

Gli apoftegmi sono imbevuti di uno spirito di compunzione, una caratteristica propria del monaco cristiano. L'araldo della compunzione, l'abate Poemen, disse in merito: «Ciò che i padri posero come principio dell'azione è la compunzione»[13]. La vita spirituale e la preghiera degli anacoreti si fondano sulla compunzione. Imploravano durante tutta la vita la misericordia di Dio. È questo il pensiero centrale della «preghiera di Gesù». Abba Poemen abbina questa disposizione alla vita del monaco, perché dichiara: «Io ti dico che, se l'uomo non uccide tutti i desideri della carne e non possiede questo lutto (penthos), non può diventare monaco»[14]. Il lutto di cui parla l'abate, non rimane in superficie. Bisogna che tutto l'essere del monaco sia scosso dalla coscienza dei suoi peccati. Nel detto citato questo viene chiarito per mezzo di un'immagine molto suggestiva. Una volta abba Poemen e suo fratello Anub videro presso le tombe della necropoli una donna che si lagnava con grande clamore e piangeva amaramente. Abba Poemen chiese a un tale: «Che cosa ha questa donna da piangere così amaramente?». Gli rispose: «Le sono morti il marito, il figlio e il fratello». I due monaci quindi si trovavano davanti a qualcuno che era impazzito di dolore e che manifestava il suo lutto in modo orientale. Poemen vedeva in quella scena un ammonimento del modo in cui il monaco deve avere la compunzione: proprio come quella donna, di cui «tutta la vita e lo spirito erano segnati dal lutto». Abba Poemen poteva riferirsi giustamente per tale disposizione al NT. Egli diceva: «Chi vuol riscattare i peccati, li riscatta col pianto; e chi vuole ottenere le virtù, le ottiene col pianto. Piangere infatti è la strada che ci hanno lasciato la Scrittura e i padri, dicendoci: “piangete” (Gc 4, 9). Non vi è altra strada che questa»[15]. Abba Poemen avrebbe potuto citare il testo di Giacomo integralmente: «Fate lutto e piangete (penthêsate kai klausate)», e così menzionare pure il lutto (penthos). Quando si usa la parola «piangete», si vuol parlare di lacrime materiali.

9. Lacrime

Per quanto strano ci possa sembrare, i padri del deserto erano molto familiari con le lacrime. Dell'abate Arsenio è stato detto: «Tutta la sua vita, mentre sedeva al suo lavoro manuale, teneva un pezzo di tela sul petto a causa delle lacrime che scorrevano dai suoi occhi»[16]. Questa osservazione si riferisce direttamente alla preghiera del celebre monaco che un tempo, come precettore, aveva educato nella corte imperiale bizantina i principi Arcadio ed Onorio. Abba Arsenio dunque lavorava seduto. Nel nostro contesto essere seduto è uguale a pregare e la preghiera andava insieme con il

lavoro manuale. La combinazione di preghiera e lavoro procura un grande raccoglimento all'animo, sia a causa dell'umile posizione corporale, sia a causa del fatto che il monaco s'occupava di preghiere fatte da lui stesso. Qui tutto il suo cuore s'apriva.

Un altro detto mette in una nuova luce questa combinazione di essere seduto e versare lacrime. «Un fratello sedeva nella sua cella e intrecciava la corda. Nello stesso tempo le lacrime scendevano. Se si alzava per fare orazione, subito quelle cessavano. Se si sedeva di nuovo e riprendeva il lavoro della corda, raccogliendo il suo spirito, immediatamente le lacrime tornavano. La stessa cosa accadeva quando leggeva ed era preso da compunzione: appena si alzava per l'orazione la compunzione spariva, ma bastava che prendesse il libro in mano per ricominciare a piangere»[17]. Quando si alzava e soprattutto quando faceva certe orazioni vocali, il suo spirito era vincolato a un testo fisso e non era più libero di volare in alto[18]. L'essere seduto, invece, cioè il pregare solo interiormente, lasciava libero lo spirito, come pure lo lasciava libero il leggere, perché questo si faceva lentamente, ad alta voce e riflettendo. Allora necessariamente si creava l'atmosfera favorevole alle lacrime, il segno che l'uomo intero era impegnato nella preghiera.

10. Preghiera e orazioni

Evagrio Pontico aveva osservato queste cose già prima. Aveva detto: «È una cosa grande pregare senza distrazioni. (proseuchesthai), ma ancora più grande salmodiare senza distrazioni»[19]. Con questa distinzione, Evagrio mette in rilievo che la preghiera interiore crea una condizione più favorevole per avvicinarsi a Dio, che non l'orazione orale (euchai). Si legge la stessa cosa nel suo «Trattato sulla preghiera». «La salmodia calma le passioni e acquieta i disordini del corpo. La preghiera invece prepara lo spirito ad effettuare la propria azione»[20]. In altre parole: la salmodia, fatta di solito mentre si sta in piedi, ha una funzione preparatoria, che si svolge al livello delle passioni, quello cioè della praktikê. Essa agisce da calmante, e perciò fa fare un passo avanti in direzione dell'apatheia. Questa apatheia è la condizione assoluta per il successivo stadio della vita di preghiera, cioè la physikê, lo stadio della contemplazione naturale di Dio, vale a dire lo stadio della contemplazione di Dio partendo dalla natura. Questo stadio porta colui che prega ancora con i propri mezzi, benché aiutato dalla grazia, alla soglia dell'ultimo stadio, cioè la theologikê, vale a dire lo stadio dove lo Spirito svolge (tutta) l'attività e s'impadronisce dell'anima.

Quindi si comprende meglio perché la preghiera dei padri del deserto eccelleva in semplicità. La loro preghiera consisteva più nel sedere pregando e lavorando che nel recitare dei salmi. Il salterio è divenuto il libro principale delle orazioni del cristiano, malgrado il suo carattere veterotestamentario. Però, resta vero che i pensieri devono seguire il corso del testo pregato. La preghiera interiore, invece, concede al pensiero la possibilità di fermarsi quando il cuore è commosso, di stare immoto, secondo l'espressione di Evagrio, «senza forme», cioè senza pensieri discorsivi, senza

raziocini[21]. Soltanto in questa condizione lo Spirito è in grado di operare nell'anima: la quale libera e attenta s'apre alla sua venuta[22]. La preghiera dei padri del deserto era diretta alla contemplazione, non al compiere un obbligo di orazioni, un «ufficio». Quando per caso accadeva che qualcuno, commosso da un versetto di un salmo, scoppiava in lacrime, mentre stava pregando insieme col suo fratello, allora la situazione diveniva difficile. Un apoftegma tratta di questo caso. Un fratello si metteva a piangere ogni qualvolta recitava un certo versetto di un salmo. Un giorno il suo compagno gli chiese a che cosa pensasse quando piangeva così amaramente. Il fratello glielo spiegò e si scusò della molestia causata a lui. Propose di recitare la salmodia separatamente. Il suo confratello gli rispose: «Ma no, padre, anche se io non ho la compunzione come te, almeno vedendo te, mi sento miserabile». E Dio vedendo la sua umiltà, donò anche a lui la stessa compunzione[23]. Da questo apoftegma s'impara il rispetto per ciò che accade interiormente nell'altro. Questi, dal canto suo, deve essere pronto a rinunciare alla preghiera comune a causa della molestia che arreca, ma non può sforzarsi di ritenere le lacrime o di evitare l'occasione di versare le lacrime. Versare lacrime significava: essere mosso dallo Spirito, e questo è il massimo bene nella vita di preghiera.

11. Sedere

Nei detti dei padri sedere significava: pregare. Pure nel latino medioevale «sedere» aveva il senso di pregare[24]. La persona era seduta, su una stuoia o su una panca bassa o su una pietra bassa. Sappiamo che nell'esicasmo di alcuni secoli più tardi colui che pregava s'inclinava profondamente, poneva la testa tra le ginocchia, metteva le braccia intorno alle ginocchia, e così prendeva la posizione descritta del profeta Elia nel terzo libro dei Re 18, 42. In nessun luogo nei detti dei padri troviamo una descrizione precisa del modo di sedere. Quindi, non possiamo dire se la posizione esicastica fosse già in uso presso i padri del deserto. Ciò sembra però meno probabile, visto che il lavoro aveva una grande importanza nella loro preghiera. Ora, una tale posizione rende il lavorare molto difficile. In questo contesto bisogna menzionare un detto notevole dell'abate Giovanni Nano. Il detto suona: «L'abate Giovanni disse: vigilanza vuol dire sedere in cella e ricordarsi sempre di Dio. E questo è il senso della parola della Scrittura: Ero carcerato, e siete venuti a me» (Mt 25, 36)[25]. Anche questo apoftegma mette lo star seduto in relazione alla preghiera interiore. Pensare sempre a Dio, o letteralmente: ricordarsi sempre di Dio (mnêmoneuein tou Theou) era l'espressione per: stare sempre al cospetto di Dio, tenere sempre Dio davanti agli occhi[26]. Poi, l'apoftegma contiene un gioco di parole, difficile da tradurre. La parola phylakê significa: «guardia», come in: «fare la guardia». Da questo si sono sviluppati due significati differenti: l'uno nel NT e l'altro tra i monaci. Nel NT, da «fare la guardia a qualcuno» s'è formata l'idea di prigionia. Nel monachesimo, dalla stessa parola è nato il significato di vigilanza, attenzione, cosicché phylakê è divenuto sinonimo di nêpsis (temperanza), prosochê (attenzione).

Il senso dell'apoftegma è abbastanza chiaro: chi con premura pone l'attenzione a Dio, riceverà la visita di Dio nella sua preghiera. L'applicazione però del citato versetto evangelico non corrisponde al suo senso. In s. Matteo si tratta del giudizio finale. Il Giudice dice alle pecore alla sua destra: «Fui in prigione e voi veniste a trovarmi». Chi va a trovare un prigioniero, trova Gesù che s'identifica con il prigioniero. Nell'apoftegma, le persone sono state scambiate. Qui Gesù viene a trovare il monaco che s'è messo in prigione spontaneamente ed ivi pensa incessantemente a lui. Con tutto ciò rimane sorprendente che abba Macario abbia mantenuto il plurale del testo evangelico: voi veniste a trovarmi. È possibile che abba Macario pensi alle tre Persone divine e che gli stia davanti agli occhi la visita ad Abramo, ovvero che pensi alle parole di Giovanni 14, 23: «Se uno mi ama, osserverà le mie parole, e il Padre mio lo amerà, e noi verremo a lui, e in lui faremo dimora». Infatti l'apoftegma usa le parole stesse di Gv 14, 23 e di Mt 25, 36, cioè: pros auton eleusometha (verremo a lui) ed êlthate pros me (veniste a trovarmi). Infine, un'osservazione riguardo a questo apoftegma. Dal contesto diviene chiaro che la parola «Dio» sta per «Gesù». Questa sostituzione capita in tanti luoghi nei detti dei padri che abbiamo l'impressione che la parola «Dio» sostituisce sempre il Verbo incarnato. Ci troviamo allora davanti a un caso diametralmente opposto a quello del NT, ove «Dio» sostituisce il Padre, tranne in sei luoghi[27].

12. Quietè

La preghiera esige la serenità interiore. Ecco una delle ragioni per cui l'eremita ha fuggito il mondo e s'è ritirato (anachôrein, da cui viene: anacoreta). Bisogna che prima l'animo sia tranquillo. «Quietè» (interiore) (hêsychia), nell'opera di Giovanni Climaco, sostituisce talvolta «preghiera». Un apoftegma suona: «Al di sopra di tutte le cose, Dio ha scelto la tranquillità d'animo. Sta scritto: Su chi altro guarderò se non sul mite e tranquillo, su di lui che trema per le mie parole?» (Is 66, 2)[28]. Ognuno capisce che questa tranquillità d'animo non s'acquista solamente ritirandosi dal mondo. Per questo ci vuole la libertà d'affanni (amerimnia) e soprattutto la padronanza delle passioni (apatheia).

13. Nessun affanno

Gesù in persona avverte i suoi seguaci, e non solo i monaci, di non affannarsi per il domani. Il Padre nutre gli uccelli dell'aria e riveste i gigli dei campi. Gesù condanna gli affanni in Mt 6, 25-34. Evagrio Pontico perciò raccomanda a colui che prega: «Rompi il tuo attaccamento a molte cose, altrimenti il tuo spirito si distrae e disturba la tua vita di quietè»[29]. E l'abate del monastero sul Sinai, Giovanni Climaco, ne dà una formulazione acuta: «Un sottile pelo molesta l'occhio, e un piccolo affanno scaccia la quietè»[30]. Perciò i padri tanto frequentemente parlano del confidarsi alla provvidenza. I padri del deserto ne tenevano conto: lavoravano per il loro pane, e di solito questo lavoro rendeva abbastanza per condurre una vita frugale e anche per

poter dare qualche elemosina. Così essi creavano le condizioni favorevoli, necessarie per la quiete d'animo. Evagrio diceva a questo proposito: «Non volere che le cose relative a te vadano come sembra bene a te, ma come piace a Dio. Allora sarai senza affanni e contento nella tua preghiera»[31].

Le passioni però penetrano ancora più profondamente nell'anima. Non è possibile, nemmeno lecito estirparle. Sono anche utili e necessarie, purché siano dominate, il che è un'arte difficile. Lo stato di padronanza delle passioni si chiama *apatheia* (tutt'altra cosa di *apatia*). Ciò non significa che le passioni non ci siano più. Evagrio nella prima parte del suo Trattato sulla preghiera[32] dà un elenco di regole per giungere all'*apatheia*. Un apoftegma dice: «Se una nuvoletta passa davanti al sole, sembra che il chiarore e il calore del sole vengano intercettati»[33]. Tali nuvole sono l'ira, l'invidia, lo spirito vendicativo, la tristezza, ecc. Queste passioni impediscono la luce della grazia, che lo Spirito vuol versare nell'anima.

14. Preghiera silenziosa

La quiete d'animo sbocca naturalmente nella «preghiera silenziosa», un modo di pregare che nella terminologia occidentale del secolo passato si chiamava «meditazione». La parola latina «meditare» e quella greca *meletân* significavano nell'antichità «mormorare parole o frasi»[34]. Il biasciare di orazioni si faceva ad alta voce o in silenzio completo, non udibile da altri. Quest'ultimo sembra sia stato piuttosto insolito nell'antichità. Leggiamo per esempio che Anna, la madre di Samuele, muoveva soltanto le labbra, mentre «parlava in cuor suo»[35]. Anche i padri del deserto praticavano questa forma di preghiera che portava il nome di *krypté meletè*, letteralmente: meditazione nascosta, cioè la preghiera senza parole, unicamente interiore, più tardi chiamata anche «del cuore». La «preghiera di Gesù» ha preso in questa tradizione un posto importante. Il termine *krypté meletè* figura soltanto una volta nei detti dei padri del deserto. L'apoftegma suona: «La libertà dagli affanni, il silenzio e la quieta meditazione partoriscono la purezza»[36]. In questa sentenza, l'unica in cui appare l'espressione, viene detta quindi una cosa importantissima. In seguito l'espressione non appare più. La preghiera silenziosa era nascosta ed è rimasta nascosta fino al giorno di oggi.

15. Nascosto

I padri del deserto badavano bene che la loro preghiera, come anche tutte le loro opere buone, rimanessero nascoste per quanto fosse possibile. Essi avevano una ripugnanza veemente per tutto quello che somigliava ad ostentazione, che tendeva al fariseismo. Gesù stesso insegnava: «Quando preghi, entra nella tua camera, e, serratone l'uscio, prega il Padre tuo che è presente nel segreto» (Mt 6, 6). Infatti, parecchi abati si nascondevano nella camera interiore, ed abba Sisoès chiudeva pure la porta a chiave, quando si metteva a sedere[37]. Altri fingevano di non pregare del

tutto in presenza dei loro ospiti, come il celebre abate Giuseppe di Panefo, che per tre giorni non cantava salmi con i suoi discepoli finché l'abate Eulogio insieme ai suoi discepoli stava nella sua cella[38].

[1] Vedi per es. J. Cl. Guy, *Recherches sur la tradition grecque des Apophthegmata Patrum* (Subsidia hagiographica 36), Bruxelles 1962.

[2] 176 = Gelasio 1 e N. 566. Il testo dei detti è fondamentalmente la mia traduzione olandese e in caso di uguaglianza l'eccellente traduzione italiana di L. Mortari: *Vita e detti dei Padri del deserto*, 1975. La traduzione olandese di tutti i detti comprende 5 volumi: «Vaderspreuken», a cura delle Suore Benedettine dell'abbazia Bethlehem, Zellaardreef 5, B – 2820 Bonheiden, Belgio. I numeri sono quelli adottati da L. Regnault in: *Les sentences des Pères du désert*, III, Solesmes 1976.

[3] N. 150.

[4] 828 = Sisoês 25.

[5] 472 = Macario 19.

[6] 808 = Sisoês 5.

[7] 2 = Antonio 2.

[8] 123 = Ammona 11.

[9] 292 = Teodoro di Ferme 25.

[10] N. 592, 58.

[11] 727 = Poemen 153.

[12] 734 = Poemen 160.

[13] 643a = Poemen 69a.

[14] 646 = Poemen 72.

[15] 693 = Poemen 119.

[16] 79a = Arsenio 41a.

[17] N. 537c.

[18] È importante la differenza tra eukai e proseuchê. Eukai sono orazioni fisse, preghiere vocali, proseuchê è la preghiera interiore del cuore, la preghiera che prepara immediatamente alla contemplazione.

[19] 229 = Evagrio 3. Vedi anche: Praktikos ovvero il Monaco, 69.

[20] Trattato sulla preghiera 83. Vedi anche 82 e 87. Per un commento su quel trattato: Chr. Wagenaar, *Verhandeling over het gebed van Evagrius van Pontus*, «Tijdschrift voor geestelijk leven» 1969, 439-449.

[21] Trattato sulla preghiera 3, 46, 70 (capitoli numerati secondo l'edizione della Filokalia, I, Atene 1957).

[22] Ivi 63.

[23] N. 523.

[24] J. Leclercq, «Sedere»: A propos de l'hésychasme en Occident, in: *Le Millénaire du Mont Athos*, I, 1963, 253-264.

[25] 342 = Giovanni Nano 27.

[26] Vedi: J.H. Sieben, *Mnêmê Theou*, in «*Dictionnaire de Spir.*» 10 (1979), 1407-1414. Cf. 2 Tm 2,8.

[27] K. Rahner, *Theos im Neuen Testament*, in: Id., *Schriften zur Theologie*, I, Zürich 19583, 91-167.

[28] N. 506a

[29] 228 = Evagrio 2.

[30] *La scala del cielo; gradino 27B*, nr 17. Ed. Sofronio. Atene 1970.

[31] Trattato sulla preghiera 89. Anche 552 = Nilo 7.

[32] I Capitoli 1-27.

[33] *Syst. Grecque XI* 29.

[34] Sal 34,28: «La mia lingua celebrerà (meletêsei) la tua giustizia»; Is 38, 14: «Gemo (meletêsô) come una colomba».

[35] 1 Re 1, 13 LXX (= 1 Sam 1, 13): elalei en têt kardiai autês.

[36] N. 127.

[37] 827 = Sisoês 24.

[38] 217 = Eulogio.