

Per vincere il male. La lotta contro i demoni nel monachesimo antico.

Sintesi di Gianluca Minella

Anselm Grün è monaco dell'abbazia benedettina di Münsterschwarzach. Ha studiato filosofia e teologia ed è autore di più di 300 libri, tradotti in 33 lingue, che nell'insieme hanno venduto circa 16 milioni di copie. È uno degli autori cristiani più letti dei nostri tempi ed un esperto di psicologia, un buon conoscitore del pensiero junghiano.

In questo piccolo saggio affronta il tema del **male**, che rimane un **mistero insondabile e inspiegabile**. Così come Dio è mistero, la teologia parla del male come "*mysterium iniquitatis*", di "mistero del male".

Siamo sempre più confusi e sconcertati quando leggiamo sui giornali di persone che in modo efferato uccidono o violentano altre persone. Un ragazzo timido e all'apparenza gentile, tutto ad un tratto, violenta e uccide una ragazza. Un uomo entra in una scuola e stermina insegnanti e alunni. Una madre uccide suo figlio in fasce. Un ragazzo ritenuto normale da tutti? Come è potuto entrare il male in lui? C'era già il male in lui? Da dove viene questo male?

Anselm Grün, racconta di molte persone che si rivolgevano a lui chiedendogli di liberarle dal male, "*di scacciare da loro il diavolo con la preghiera e l'esorcismo: "Avvertivo la sensazione che molte delle persone che mi telefonavano volessero addossarmi la responsabilità dei loro problemi, non volessero confrontarsi con essi, ma piuttosto usarmi come guaritore che con la preghiera levasse da loro il male. Tuttavia una tale fuga dalla propria anima, indotta da motivi oscuri, non conduce affatto alla liberazione dal male, al contrario, si rimane prigionieri del meccanismo distruttivo".*

La psicologia spiega il male a partire dalla biografia, dalla storia personale. Il male può nascere da eccessivi **rifiuti** a soddisfare i bisogni pulsionali. Oppure da **ferite** subite nell'infanzia: tradimenti, abbandoni, rifiuti, violenza. **Le ferite ricevute e non elaborate possono trasformarsi in veleno che finisce per condannare noi stessi e gli altri**. Il male può essere, per esempio, una reazione ad una ferita insopportabile, ad un dolore che non riusciamo ad accettare e ad attraversare. **La psicologia tende ad andare alla ricerca delle cause nel passato per accettarle e trasformarle.**

Tutt'altro approccio era quello del monachesimo:

"I monaci **non si curano del modo in cui il male è sorto** nell'infanzia, ma **descrivono il male come qualcosa di presente**, come attacco dei demoni; essi cercano di osservare il male **come esso si presenta**, di **comprenderne le strutture e i modi di agire**, per poterlo affrontare meglio nell'attimo presente. Questo è un aspetto importante del rapporto con il male. **Ancora oggi esiste il rischio di cercare la spiegazione solo nel passato, invece di metterci di fronte a ciò che ci coinvolge.** Alcuni cercano di giustificare il male compiuto ora, con la storia personale delle ferite subite nel passato e, quindi, non si assumono la responsabilità della propria vita e del proprio comportamento. **I monaci ci invitano ad affrontare la sfida presente, a osare la lotta ora e a non ripiegare su fantomatici campi di battaglia del passato".**

Anselm Grün adotta la prospettiva di **Evagrio**, monaco cristiano del IV, il quale parla di otto “**loghismoï**”, di otto “vizi” e in un libro di nove, **avvicinandosi molto alla teoria dell’enneagramma**, alla dottrina dei nove tipi di personalità.

I loghismoï

“I loghismoï non sono semplicemente vizi o peccati, ma pensieri o passioni influenzati dai sentimenti; nella passione è nascosta una forza, che può arrivare a dominare l’uomo, il quale a sua volta, in questo modo, cade sotto il controllo dei demoni. Tuttavia, questa forza può anche essere resa produttiva per il proprio progetto di vita e fatta diventare, quindi, una fonte di energia, che mi fa proseguire nel cammino verso Dio”.

i demoni combattono con gli uomini in modi diversi, “vanno alla ricerca dei **punti deboli** dell’uomo, delle sue inclinazioni e preferenze e le rinforzano senza che egli se ne accorga [...] il male si mimetizza da debolezza innocente o da inclinazione e tuttavia è in grado di rendere cieco l’uomo di fronte alla realtà, cieco persino di fronte alla verità”. Oppure pretendono dai monaci **un’ascesi eccessiva**. Il padre del deserto Poemen dice chiaramente: “Ogni eccesso proviene dai demoni”. I demoni sono privi di misura e non possiedono alcuna “discrezio”. Non sono capaci di riconoscere quando una regola deve essere adattata alle circostanze. “Nel momento sbagliato consigliano la cosa giusta, che in questo modo diventa sbagliata. Sottopongono gli uomini a regole rigide, senza pretendere in considerazione la situazione [...] fissati sul rispetto rigido delle regole e così abusano del bene per condurre il monaco in un vicolo cieco, nel quale egli perde la misura delle cose e diventa un mero esecutore della legge”.

Un’altra tecnica dei demoni consiste nel **provocare conflitti fra i confratelli**. Possono suggerire giudizi negativi sui confratelli o a rovistare nei panni sporchi degli altri rendendo ciechi se stessi. Il padre del deserto Niceta racconta di due confratelli che decisero di condurre una vita comune promettendosi carità reciproca: “Se il mio confratello desidererà qualcosa allora lo farò”. Per molti anni tutto andò bene ed in grande armonia. “Quando il ‘Nemico’ vede che cosa succede tra loro, si mette in moto per separarli. Piazzatosi davanti alla porta, si mostra all’uno in forma di colomba, all’altro in forma di cornacchia. Allora uno dice: ‘Guarda che colomba’. E l’altro ribatte: ‘Ma se è una cornacchia’. E con grande gioia del nemico cominciano a litigare, contraddicendosi l’un l’altro, si alzano, si mettono a lottare fino a sanguinare e finiscono per separarsi. Dopo tre giorni ritornano in sé e si gettano l’uno ai piedi dell’altro e ciascuno ammette di aver visto un uccello”.

“Con gli uomini di mondo i demoni combattono più per mezzo delle cose, mentre con i monaci la lotta si svolge prevalentemente facendo leva sui pensieri”. Con le persone giovani fanno leva principalmente sulle passioni fisiche, sulle pulsioni, mentre con le persone più anziane fanno leva sulla parte emozionale attraverso l’ira, la tristezza, l’indolenza, il malumore. Evagrio sostiene che **il compito degli anziani sia più difficile** in linea con quando sostiene Jung, perché se nella prima parte della vita l’uomo dovrebbe indirizzare l’energia delle sue pulsioni sui percorsi giusti integrando contenuti dell’inconscio personale, nella seconda metà della vita si ha a che fare con l’integrazione dell’anima e quindi dei contenuti dell’inconscio collettivo.

Quello che oggi viene definito in psicologia come “fuga nella malattia” per i monaci è opera dei demoni. È importante tenere presente che “quando i monaci parlano dei demoni, vogliono descrivere la realtà nel modo in cui ne hanno fatto esperienza. A tale scopo hanno a disposizione un linguaggio non ancora scisso

tra immagini e concetti, ma che unificava in sé concetto e immagine, parola e simbolo. Se interpretiamo le descrizioni dei monaci come immagini che fanno riferimento ad un' esperienza reale, allora esse possono esserci di grande aiuto per comprendere e affrontare le nostre esperienze".

Pensando ai demoni come dei "superesseri terribili" fraintendiamo quello che i padri hanno voluto trasmetterci nelle loro demonologie. *"Proprio il fatto che i monaci parlino dei demoni in modo così mutevole [...] mostra che essi non si riferiscono all'essenza dei demoni, ma al loro operato e quindi ai processi psichici".*

La distinzione in tipi di demoni della dottrina di Evagrio Pontico e di Cassiano, ma presente anche in Climaco, Massimo il confessore ed altri, si riferisce agli **otto vizi: gola, lussuria, avarizia, tristezza, ira, accidia, vanagloria (sete di gloria), orgoglio.**

La suddivisione rispecchia la tripartizione platonica. I **primi tre vizi (gola, avarizia, lussuria) vengono attribuiti alla parte concupiscente dell'anima (epithymìa).** *"Corrispondono a pulsioni fondamentali e potrebbero essere attribuiti alla fase orale, anale ed edipica dello sviluppo della prima infanzia; tali pulsioni sono proprie della natura umana e non possono essere semplicemente messe da parte, ma vanno integrate, in modo tale che raggiungano la giusta misura".*

I tre vizi successivi sono più difficili da tenere a freno (tristezza, ira, accidia) in quanto non si lasciano tenere a freno come le pulsioni. *"Un corretto rapporto con questi vizi richiede un equilibrio ed una maturità interiori, che possono essere raggiunti solo mediante un confronto sincero con i pensieri e gli stati d'animo e con l'aprirsi a Dio senza riserve".*

Gli ultimi due vizi (vanagloria e orgoglio) sono ancora più difficili da combattere dato che lo spirito è il meno propenso a farsi domare.

Evagrio personifica il vizio come fosse qualcosa che ci sta di fronte e che è indipendente da noi, un demone che cerca di provocare la pulsione, l'emozione. E ciascuno degli otto demoni possiede una sua tecnica. Il confronto con il demone è così il confronto con la parte oscura che ognuno ha dentro di sé, o la lotta con atteggiamenti interiori sbagliati che ci ostacolano nel cammino verso Dio e il Bene.

Così il "**demone della gola**" induce il monaco a spezzare il digiuno piuttosto che indurre a cibarsi in modo eccessivo. La sua strategia è raffinata e si nasconde dietro intellettualizzazioni, motivi ragionevoli, razionalizzazioni che spingono il monaco a parlare ai fratelli di acciacchi e malanni che coprono lo scopo del demone.

Il "**demone della lussuria**" induce a desiderare corpi seducenti e attacca in modo spietato i casti, per spingerli a lasciar perdere la castità, dato che in tal modo non ottengono nulla. Questo demone lavora facendo leva sulla fantasia, che riempie di immagini e pensieri impuri fino ad oscurare l'intelletto. Attacca il monaco all'improvviso suscitando in lui una passione sfrenata, "penetra nel corpo del monaco e lo incendia".

Il "**demone dell'avarizia**" fa temere un'età avanzata, carestie immanenti, la povertà e la vergogna che si prova a dover ricevere il necessario dagli altri. Anche in questo caso il demone non attacca i desideri, ma spaventa il monaco con una serie di motivi contro la generosità e gli fa temere la povertà. Pur non stimolando la pulsione, i pensieri così instillati producono paura e privano dello slancio interiore necessario per contenere questa pulsione a trattenere per sé.

Il “**demone della tristezza**” arriva quando i desideri vengono frustrati, altre volte è conseguenza dell’ira. Si presenta mediante pensieri che hanno a che fare con il passato e se l’anima, invece di fargli resistenza li segue, allora il demone la conquista e la getta nella tristezza. Quanto più l’anima ha provato piacere nei pensieri provati in passato, tanto più verrà schiacciata e umiliata. Per Evagrio la causa ultima della tristezza è un eccessivo attaccamento al mondo. *“Chi ama il mondo, proverà molta tristezza; chi invece disprezza le cose di questo mondo, troverà gioia in ogni cosa”*. La tristezza indebolisce l’anima, la capacità di attenzione e di concentrazione: *“Nessun raggio di sole penetra nella profondità dell’acqua [...] Il sorgere del sole è una gioia per gli uomini, ma un’anima afflitta prova dispiacere anche di fronte a tale spettacolo”*.

Il “**demone dell’ira**” è molto violento ed Evagrio la definisce *“un movimento irruente della parte più irascibile dell’anima contro chi ha commesso un’ingiustizia o sembra aver commesso un’ingiustizia. L’ira amareggia l’anima per tutto il giorno [...] trascina con sé l’intelletto soprattutto durante la preghiera [...] Quando dura a lungo si trasforma in rancore, di notte provoca turbamento [...]”*. L’ira offusca l’animo ed è strettamente legata alla tristezza. *“I pensieri di colui che è in preda all’ira sono piccoli di vipera e divorano il cuore che ha dato la loro vita”*. Le emozioni violente trascinano con sé l’uomo e non gli permettono più di pensare con chiarezza perché *“l’inconscio negativo penetra nella sfera della coscienza facendo leva sulle immagini più spaventose e le sottrae il controllo”*. Quando la vendetta non è possibile l’ira si trasforma in rancore, in uno stato d’animo di rabbia permanente. Come dice Jung l’io perde il controllo su di sé come avviene all’origine della schizofrenia e cade in preda di un vero e proprio *“sequestro emozionale”*.

Il “**demone dell’accidia**” è chiamato anche il demone del mezzogiorno ed è il più molesto di tutti: *“Attacca il monaco all’ora quarta e assedia l’anima fino all’ora ottava”*. Spinge il monaco ad andare in giro, a vedere se per caso arrivi un confratello. Instilla avversione verso il luogo in cui si vive, verso la vita che si conduce e verso il lavoro manuale. *“Mette in moto tutte le sue energie per spingere il monaco a uscire dalla cella e a fuggire dal campo di battaglia”*. Mentre gli altri demoni toccano solo una parte dell’anima, il demone del mezzogiorno la occupa tutta. **Pigrizia, nausea, paura del cuore, angoscia interiore, disperazione e scoraggiamento spingono il monaco al sonno oppure alla fuga**, verso attività frenetica, alla fretta, alla volubilità e a perdersi in tante chiacchiere. Il monaco può sfiorare la pazzia perché è braccato da una sorta di depressione psichica. *“L’anima ha perso la testa e si comporta come un bambino piccolo che piange incessantemente e prorompe in tali grida di dolore, come se non avesse più alcuna speranza di venire consolato”*. Non si prova più gioia per la vita e tutto appare senza senso. L’energia psichica è defluita dall’io e attirata da un complesso inconscio. **Come in molte depressioni endogene, nella paralisi più stagnante esiste un desiderio intenso che colui che ne soffre non osa lasciare uscire**. Ma questo demone non viene seguito da nessun altro: *“una condizione di pace e una gioia inesprimibile colgono l’anima dopo il combattimento”* e *“un uomo nuovo, più armoniosamente integrato, risuscita dalla prova”*. I monaci consigliano così di resistere. Come dice Franz il complesso che è stato attivato più tardi può apparire alla coscienza e venir fuori un intenso interesse per la vita, di una direzione diversa rispetto a quella che provocava l’implosione.

Il “**demone della vanagloria**” si fa largo soprattutto nell’uomo virtuoso, istillandogli il desiderio di rendere pubbliche le sue battaglie e di **aspirare ad una fama umana**. Questo demone si introduce di nascosto quando gli altri vizi sembrano vinti. **Spinge il monaco a combattere per una motivazione sbagliata**, non per Dio, ma per piacere agli uomini. Si tratta di una **esaltazione dell’io** e alcune persone che si identificano con ideali elevati soccombono alla tentazione di non abbandonarsi a Dio ma di sostenersi con le proprie forze.

Il “**demone dell’orgoglio**” spinge tanto l’anima da *“farla cadere dalla cima più elevata”*. L’orgoglio è il più pericoloso dei vizi perché **il monaco si ritiene come Dio** arrivando a negare la propria umanità. Si finisce per

gonfiarsi con contenuti dell'inconscio fino a perdere il senso della realtà. Jung definisce questo processo *"inflazione"*. Ci si crede un profeta, un santo, un guaritore. **Negando le proprie ombre si finisce per esserne invasi.** Questo conduce alla perdita di equilibrio e alla dissoluzione della personalità. L'orgoglioso cade del tutto in potere dei demoni identificandosi con i contenuti archetipici dell'inconscio collettivo. Viene posseduto totalmente.

Nella crescita personale o spirituale come dice Jung il punto è **se l'IO lascia posto al Sé**, o cerca di possedere i contenuti dell'inconscio e in questo modo di arricchirsi. Sempre adottando la prospettiva psicologica l'io vuole affermare sé o consegnarsi al "numinoso" e cioè al Sé, che incontra soprattutto nell'archetipo di Dio? Voglio sfruttare gli uomini e Dio a mio vantaggio oppure servire Dio e gli uomini affidandomi al suo amore? Che è poi l'imperativo kantiano della ragion pratica che pone il fratello, il prossimo, la persona che ho di fronte come fine e non come mezzo.

La psicologia asiatica si è dedicata molto allo studio dei processi psichici, a mettere in rapporto le esperienze pratiche di meditazione dei monaci con le ultime scoperte scientifiche, tanto che negli ultimi decenni sono diffusi molti studi nei quali le esperienze di monaci buddisti o di maestri yoga, sono entrate in contatto con la psichiatria, la psicologia e le neuroscienze offrendoci nuove prospettive e punti di vista. Meno conosciute e non per questo altrettanto degne di nota sono invece le esperienze dei nostri monaci cristiani i quali ci hanno lasciato un bagaglio di esperienze monumentale.

L'insegnamento che questi monaci ci hanno lasciato è "pratico" e riguarda più l'esperienza diretta del "rapporto con i demoni" piuttosto che la "speculazione sulla loro essenza" anche se in tali scritti ci sono delle affermazioni sulla loro natura di "angeli che si sono ribellati a Dio" e che quindi hanno come scopo quello di condurre gli uomini al male.

Anselm Grün sottolinea spesso che le affermazioni dei monaci non sono definizioni, non rispondono al tentativo di spiegare alcuni fenomeni e non aspirano nemmeno a sapere con certezza che cosa siano in effetti i demoni. I monaci utilizzano una lingua mitologica e risulta molto interessante mettere a confronto ciò che dicono i monaci con ciò che Jung ci dice dei demoni. Far dialogare questi due punti di vista ci aiuta a comprendere qualcosa di più di una realtà che può essere chiarita ma mai compresa del tutto.

Demoni, complessi e archetipi

Jung giunge a parlare dei demoni in relazione alla sua teoria dei complessi autonomi e delle proiezioni. La **proiezione** è *'il trasferimento inconscio, cioè non percepito e attuato in modo intenzionale, di un atto psichico soggettivo su un oggetto esterno'*. Trasferendo i nostri desideri e le nostre emozioni su un altro, non vediamo in lui la realtà, ma piuttosto ci lasciamo ingannare dalle nostre proiezioni e dominare da esse".

Ebbene i monaci descrivono tale contenuto "oggettivo", come inganno da parte di un demone. In tal modo *"anche l'effetto delle proiezioni esterne su di noi viene definito demoniaco. Quando altri gettano su di noi le loro proiezioni, esercitano potere su di noi, al quale difficilmente riusciremo a sottrarci. Le proiezioni sono una specie di proiettile che ci viene sparato addosso da una persona malvagia, un proiettile che ci fa ammalare"*.

M. L. von Franz, una delle più dotate allieve di Jung descrive così l'effetto delle proiezioni esterne: *"Non appena una persona getta un lembo della sua ombra su un'altra persona, viene indotta ad usare parole piene d'astio. Le parole che colpiscono l'altro come proiettili (punzecchiature e frecce) simboleggiano un*

corrente psichica negativa che colui che proietta indirizza verso l'altra persona. Se si diventa bersaglio delle proiezioni negative di un'altra persona, si sperimenta l'odio dell'altra persona in modo quasi fisico, come se fosse un proiettile".

Le nostre proiezioni ci ingannano e ci attirano in loro potere, mentre le proiezioni esterne agiscono su di noi come spiriti maligni. Per Jung la causa delle proiezioni sono dunque i complessi, cioè immagini di "una situazione psichica determinata, che viene particolarmente sottolineata sul piano emozionale" la quale "dispone di una forte compattezza interna" e "possiede un grado di autonomia relativamente alto". Il complesso ci spinge verso una situazione di mancanza di libertà, di pensiero e azione coatti. Alla sua origine c'è un contenuto particolarmente marcato da un punto di vista emotivo.

Jung distingue il complesso dell'anima, che viene attribuito all'inconscio personale, dal complesso dello spirito che sorge invece quando determinati contenuti dell'inconscio collettivo emergono alla coscienza.

I demoni per Jung

"sono parti della psiche sottoposte a tensione e, dato che tali tensioni sono inconscie, spesso esse riescono ad avere il dominio sull'io: "nel Medioevo aveva un altro nome: allora si chiamava possessione [...] in linea di principio non esiste nessuna differenza fra le abituali manifestazioni dei complessi e la blasfemia selvaggia del posseduto. Si tratta solo di una differenza di gradazione".

Jung ritiene che gli Antichi *"attraverso un'interpretazione che non psicologizza i complessi, ma li descrive come esseri autonomi, come demoni, abbiano saputo riprodurre il contenuto oggettivo meglio dei tentativi moderni [...]"*.

Mentre Jung da medico è interessato a guarire i malati, i monaci sono interessati al corretto rapporto con i demoni e quindi al rapporto quotidiano con il male perché **i demoni stanno a simboleggiare i contenuti inconsci che assalgono l'uomo che cerca di sottometterli al loro potere. "Proiettando i contenuti negativi dell'inconscio sui demoni, i monaci riescono a creare lo spazio per affrontarli, in quando pongono l'inconscio all'esterno, gli danno un nome e così si possono difendere"**.

La proiezione libera l'uomo dal carico delle proiezioni. **I monaci svelano il meccanismo mediante il quale noi proiettiamo i nostri desideri ed emozioni sugli altri.** Non è il nostro prossimo il responsabile della nostra rabbia, ma il colpevole è un demone che agisce in noi mediante le nostre emozioni e il nostro comportamento. **I monaci rendono giustizia della serietà e della molteplicità delle minacce del male nei nostri confronti: "il male non può essere sconfitto con un po' di buona volontà in quanto si presenta come un demone raffinato e dotato di tecniche sofisticate"**.

Tecniche di lotta contro i demoni

Anselm Grün affronta infine l'utilizzo delle tecniche che i monaci utilizzavano per combattere contro i demoni.

Il primo passo è conoscerli, prendere confidenza con la loro tecnica facendo leva sull'esperienza, **osservare i pensieri e prestare attenzione alla loro durata, al loro intrecciarsi e ai loro tempi.** Quale demone svolge quel compito? E quale un altro? **Non appena si sono svelati i meccanismi si è già fatto il primo passo.** Non serve a nulla lamentarsi, per esempio, del cattivo umore o delle proprie debolezze. **È importante scoprire le cause, i fattori che le determinano.** Conoscendo i pericoli è più facile difendersi. Gli psicologi consigliano di registrare il comportamento, coglierne le "frequenze fondamentali". Evagrio dice: *"Concentrati su te*

stesso, ricordati tutto quello che ti è successo, come è cominciato, come è continuato, in quale luogo eri quando sei stato catturato dallo spirito della lussuria, dell'ira o della tristezza e come tutto ciò è proseguito [...]". Evagrio consiglia addirittura di lasciare libero accesso in noi al demone dell'accidia per uno o due giorni, perché solo in questo modo possiamo conoscerlo e metterlo in fuga. Avendone familiarità lo conosciamo e ne sveliamo i suoi meccanismi.

Antonio, un altro dei grandi padri, invita a domandare il nome al demone, a non essere codardi con i demoni e anzi a rapportarsi con loro: "Chi sei? Da dove vieni?". **Domandare nome e provenienza sollecita il monaco a prendere il proprio punto di vista e non lasciarsi trascinare semplicemente in un pensiero.** Evagrio invita a portare i pensieri davanti al proprio tribunale interiore, inteso come tribunale della propria coscienza. Se fuggono sono demoni malvagi, mentre se resistono sono spiriti buoni. Questa pratica è in fondo il "discernimento degli spiriti". **Osservare prima le circostanze della loro venuta e poi individuarne la natura è fondamentale per non farsi catturare nella loro strategia. Anche la psicologia dice che non appena ci "dis-identifichiamo", chiamiamo per nome un pensiero o un sentimento, abbiamo conquistato maggiore obbiettività verso noi stessi.**

Una volta che il demone è stato conosciuto Evagrio **consiglia l'utilizzo del metodo delle "parole contro"**, non frasi partorite dalla mente del monaco che potrebbe essere quindi "invaso" dal demone stesso, ma frasi ispirate, tratte dalle sacre scritture che possono essere impegnate nella lotta, soprattutto versetti tratti dai Salmi. Tali frasi, di cui Evagrio presenta un'ampia raccolta, non sono tratte a caso, ma in esse è già presente il superamento del pensiero che ci incalza. **Siccome la parola non è del monaco, ma è "parola di Dio", è Dio che combatterà a fianco del monaco nella lotta.** Anche il canto dei salmi rasserena l'anima e produce pace. Questo è l'arma vincente del combattimento perché si fonda sull'umiltà del monaco. Non siamo noi a vincere il combattimento, ma è Dio stesso che interviene con la sua parola e fa fuggire il demone. Ecco un elenco di "parole contro" tratte dalla scrittura:

Contro il **demone dell'avarizia** che mi fa temere un futuro di povertà: *"Il signore è il mio pastore, nulla mi mancherà"* (Sal 31,1)

Contro il **demone della lussuria** che mi instilla pensieri impuri: *"Via da me voi tutti che operate iniquità! Poiché il signore ha udito la voce del mio pianto; ha udito il signore la mia implorazione"* (Sal 6,9 s)

Contro il **demone della tristezza** che fa intimorire l'anima e instilla la paura di essere abbandonata: **"Il Signore tuo Dio è un Dio misericordioso, non ti abbandonerà e non ti distruggerà"** (Dt 4,31);

Contro il **demone dell'accidia** e i pensieri di sfiducia: *"Confida nel signore e opera il bene"* (Sal 37,3); *"Egli mi farà uscire alla luce e vedrò le sue meraviglie"* (Mic 7,9)

Contro il **demone della vanagloria**: *"Non parlare alle orecchie di uno stolto"* (Prov 23,9)

Contro il **demone dell'orgoglio**: *"Chi va coi sapienti diventa sapiente"* (Prov 13,20); *"Non prestare attenzione a tutte le parole che si dicono perché non ti capiti di sentire il tuo servo parlar male di te"* (Qo 7, 21)

I segni della vittoria sui demoni

I segni della vittoria sui demoni vengono descritti in modo diverso dagli autori monastici. Per Cassiano è la **purezza di cuore**, per Benedetto è l'**umiltà**, per Atanasio la **serenità** e l'equilibrio, per Evagrio l'**impassibilità**.

Jung direbbe che *“l'uomo ha ritrovato il proprio Sé, è diventato consapevole del nocciolo della propria persona, ha in sé un'immagine del proprio Sé”*. **Essere liberi da immagini che provengono dall'esterno, dai condizionamenti, dalle suggestioni, dalle fantasie è un segno di una sufficiente integrazione con l'inconscio.** Evagrio dice: *“Come lo specchio non è macchiato dalle immagini che riflette, così l'anima che ha raggiunto l'impassibilità non viene macchiata dalle cose di questo mondo”*.

Chi ha affrontato il proprio passato, il proprio dolore e così la storia della propria vita, in modo che le sue ferite non provocano più turbamento, amarezza e risentimento, **può raggiungere finalmente il centro del proprio essere e li trovare Dio, pregarlo senza distrazioni.** Infatti, siccome **il nostro passato è stato “risolto”, i demoni non possono più usarlo per turbarci e spaventarci.** In questo modo possiamo vivere finalmente nel presente e stare finalmente con Lui, dimorare nella sua tenda per lunghi anni.

sintesi del testo di:

**Anselm Grün,
Per vincere il male. La lotta contro i demoni nel monachesimo antico,
ed. San Paolo, 2006**