

San Basilio: Lettera 2 a Gregorio di Nanziano

Lettera II

All'amico Gregorio

Ho riconosciuto la tua lettera proprio come si riconoscono i figli dei propri amici dalla somiglianza con i genitori che si manifesta in essi. Infatti, l'aver affermato che la bellezza della natura del luogo non è un motivo sufficiente a infondere nella tua anima l'impulso a venire a vivere con noi, prima di aver appreso qualcosa sui nostri costumi e sul nostro modo di vivere, è un pensiero davvero degno di te e della tua anima, la quale considera un nulla le cose di quaggiù rispetto alla beatitudine che ci è riservata nelle cose promesse.

Quanto a me, ciò che faccio io stesso in questa solitudine, notte e giorno, mi vergogno a scriverlo. Ho abbandonato le occupazioni della città come occasioni di innumerevoli mali, ma non sono ancora riuscito ad abbandonare me stesso. Sono simile a coloro che in navigazione soffrono il mal di mare e si smarriscono a causa della loro inesperienza nella navigazione: essi si sdegnano per la grandezza della nave, convinti che sia essa a causare il forte rollio, e passati da quella al battello o alla scialuppa, continuano a soffrire il mal di mare e ad angustiarsi dovunque, poiché la nausea e la bile si spostano insieme a loro.

Qualcosa di simile è anche nella nostra condizione. Portando infatti dovunque con noi le passioni che ci abitano, ci troviamo nelle medesime inquietudini, cosicché non abbiamo tratto alcun grande giovamento da questa solitudine. Le cose che tuttavia occorre fare, e attraverso le quali ci sarebbe stato possibile seguire le orme di Colui che ci ha guidato alla salvezza – «*Se qualcuno*», infatti, Egli dice, «*vuole*

venire dietro a me, rinneghi se stesso, prenda la sua croce e mi segua» – sono queste:

Bisogna cercare di mantenere il nous nell'*esichia*. Come infatti l'occhio, se viene continuamente mosso intorno e ora volge lo sguardo di lato, ora si volge spesso in alto e in basso, non può vedere chiaramente l'oggetto sottoposto alla vista, ma occorre che lo sguardo sia fisso su ciò che si vede, se si vuole rendere chiara la visione; così anche la mente dell'uomo, se è trascinata qua e là da mille preoccupazioni del mondo, è nell'impossibilità di fissare chiaramente lo sguardo sulla verità.

Colui che non è ancora legato dai vincoli del matrimonio è turbato da desideri furiosi, da impulsi difficili da frenare e da amori dolorosi; colui che invece è già congiunto a una sposa è sorpreso da un altro tumulto di preoccupazioni: nella mancanza di figli, il desiderio di averne; nel possesso dei figli, la cura della loro educazione, la custodia della moglie, la gestione della casa, la direzione dei servi, i danni derivanti dai contratti, le liti con i vicini, le contese nei tribunali, i pericoli del commercio, le fatiche dell'agricoltura. Ogni giorno giunge portando il proprio oscuramento dell'anima, e le notti, ereditando le ansie del giorno, ingannano la mente con le medesime fantasie.

Da queste cose vi è una sola fuga: il distacco da tutto il mondo. Ma il ritiro dal mondo non consiste nell'esserne fuori corporalmente, bensì nello spezzare il legame di simpatia dell'anima verso il corpo, nel diventare senza città, senza casa, senza proprietà, senza amici intimi, senza possedimenti, senza vita mondana, senza affari, senza contratti, ignari delle dottrine umane, pronti a ricevere nel cuore le impronte che nascono dall'insegnamento divino. E la preparazione del cuore è il disimparare le dottrine che lo hanno occupato in precedenza a causa di una cattiva abitudine. Infatti, non è possibile scrivere sulla cera senza aver prima spianato i caratteri impressi in essa, né è possibile affidare all'anima

i dogmi divini senza aver tolto da essa le precomprensioni derivate dall'abitudine.

A questo scopo la solitudine ci offre il massimo giovamento, placando le nostre passioni e dando la possibilità alla ragione di reciderle completamente dall'anima. Come infatti le fiere domate sono facili da vincere, così i desideri, le ire, i timori e le tristezze – questi mali velenosi dell'anima –, placati attraverso la pace e non resi selvaggi dal continuo eccitamento, diventano più facili da domare grazie alla forza della ragione.

Sia dunque il luogo tale quale è il nostro, privo di contatti con gli uomini, affinché la continuità dell'esercizio spirituale (*ascesi*) non venga interrotta da nulla che provenga dall'esterno. L'esercizio della pietà nutre l'anima con i pensieri divini. Che cosa vi è dunque di più beato dell'imitare sulla terra il coro degli angeli? All'inizio del giorno affrettarsi verso le preghiere, onorare il Creatore con inni e cantici, poi, quando il sole risplende chiaramente, rivolgersi ai lavori, con la preghiera sempre presente ovunque e condendo le attività con gli inni come con il sale. Infatti, le consolazioni degli inni donano all'anima uno stato d'animo lieto e privo di tristezza.

L'esichia è dunque l'inizio della purificazione per l'anima: né la lingua parla delle cose degli uomini, né gli occhi considerano la bellezza dei corpi e la loro simmetria, né l'udito indebolisce la tensione dell'anima ascoltando melodie fatte per il piacere, né parole di uomini scurrili e buffoni – ciò che più di tutto è solito dissolvere la tensione dell'anima.

La mente infatti, non disperdendosi verso le cose esterne né diffondendosi attraverso i sensi verso il mondo, ritorna a se stessa, e attraverso se stessa risale alla concezione di Dio; illuminata e risplendente di quella bellezza, si dimentica persino della propria natura, e non viene trascinata in basso

dall'anima né verso la cura del nutrimento né verso la sollecitudine per i vestiti, ma, godendo della pace dalle preoccupazioni terrene, trasferisce tutto il proprio zelo verso l'acquisto dei beni eterni: come possa realizzare la temperanza e la fortezza, la giustizia, la prudenza e le altre virtù che, suddivise sotto queste fondamentali, suggeriscono all'uomo virtuoso di compiere ciascuno dei propri doveri nella vita.

Il cammino principale verso la scoperta del dovere è lo studio delle Scritture ispirate da Dio. In esse infatti si trovano sia i precetti delle azioni, sia le vite dei beati tramandate per iscritto, le quali, come immagini animate della condotta secondo Dio, sono proposte per l'imitazione delle buone opere.

Dunque, ciò di cui ciascuno si accorge di essere difettoso, soffermandosi su di esso, trova come da un comune ospedale il rimedio adatto alla propria malattia. Chi ama la temperanza sfoglia continuamente la storia di Giuseppe e impara da lui le azioni sobrie, trovandolo non solo continente di fronte ai piaceri, ma disposto alla virtù per abito costante. La fortezza la si impara da Giobbe: quando le sorti della vita si volsero al contrario ed egli in un solo istante divenne povero da ricco e privo di figli da padre di amabile prole, rimase il medesimo, salvaguardando ovunque la grandezza non umiliata della sua anima, e non si adirò nemmeno quando gli amici, venuti per consolarlo, lo calpestarono e ne accrebbero i dolori.

Se poi qualcuno considera come poter diventare al tempo stesso mite e magnanimo, così da usare l'ira contro il peccato e la mitezza verso gli uomini, troverà Davide generoso nelle imprese di guerra, ma mite e imperturbabile nei ricambi verso i nemici. Tale fu anche Mosè, che si ergeva con grande sdegno contro coloro che peccavano contro Dio, ma sopportava con anima mite le calunnie contro di sé.

E ovunque, come i pittori, quando dipingono un'immagine da

un'altra immagine, guardano frequentemente al modello e si sforzano di trasferire quel carattere nel proprio lavoro, così deve fare chi si è applicato a rendere se stesso perfetto in ogni parte della virtù: guardare alle vite dei santi come a statue animate e operanti, e fare proprio il loro bene attraverso l'imitazione.

Le preghiere, a loro volta, succedendo alle letture, ricevono l'anima più fresca e vigorosa, animata dal desiderio verso Dio. Una bella preghiera è quella che infonde nell'anima un'idea chiara di Dio. E questo è l'abitare di Dio: l'avere Dio insediato in sé stessi attraverso il ricordo.

Così diventiamo tempio di Dio: quando la continuità del ricordo non viene interrotta da ansie terrene, quando la mente non viene turbata da passioni impreviste, ma l'amante di Dio, fuggendo ogni cosa, si ritira verso Dio e, cacciando le cose che ci invitano al male, si trattiene nelle pratiche che conducono alla virtù.

Prima di ogni cosa conviene sforzarsi di non essere rozzi nell'uso della parola, ma di interrogare senza rivalità e di rispondere senza ambizione, senza interrompere l'interlocutore quando dice qualcosa di utile, né desiderare di inserire il proprio discorso per ostentazione, ponendo misura al parlare e all'ascoltare, imparando senza vergogna e insegnando senza invidia; e se si è imparato qualcosa da un altro, non nascondere come fanno le donne da poco che sostituiscono i figli illegittimi, ma proclamare con gratitudine il padre del discorso.

Il tono della voce da preferirsi è quello medio, così da non sfuggire all'udito per la bassezza, né essere molesto per la grandezza dello sforzo. Dopo aver esaminato in sé stessi ciò che sta per essere detto, allora si renda pubblico il discorso. Bisogna essere affabili negli incontri, dolci nelle conversazioni, non cercando il piacere attraverso la scurrilità, ma avendo la piacevolezza attraverso una benevola

esortazione. Respingendo ovunque la durezza, anche se occorre rimproverare: poiché ponendo prima sé stessi in basso con l'umiltà, sarai così ben accetto a chi ha bisogno di cura.

Molte volte ci è utile anche il modo di rimproverare del profeta, il quale a Davide che aveva peccato non inflisse da sé stesso la sentenza di condanna, ma usando la finzione di un personaggio interposto, stabilì che egli stesso fosse giudice del proprio peccato, cosicché, avendo pronunziato egli stesso il giudizio contro sé stesso, non avesse più nulla da rimproverare a chi lo aveva smascherato.

All'attitudine umile e dimessa segue uno sguardo triste e rivolto a terra, un aspetto trascurato, capelli non curati, una veste sporca; cosicché ciò che coloro che sono in lutto fanno per scelta, a noi si manifesti spontaneamente. La tunica sia stretta al corpo da una cintura; la cintura tuttavia non sia sopra i fianchi, poiché è cosa effeminata, né allentata, così che la tunica scivoli, poiché è da pigri; e l'andatura non sia lenta, così da accusare una fiacchezza dell'anima, né d'altra parte impetuosa e concitata, così da mostrare che i suoi impulsi sono sconsiderati.

Unico scopo del vestito è essere una copertura per la carne, sufficiente contro l'inverno e l'estate. Non si ricerchi il colore vivace, né la delicatezza e la morbidezza nella fattura. Infatti, ricercare le belle tinte nelle vesti equivale al belletto femminile, che alcune donne praticano tingendo le proprie guance e i capelli con un colore estraneo. Ma la tunica deve essere di uno spessore tale da non aver bisogno di un altro indumento per riscaldare chi la indossa. La calzatura sia di poco prezzo secondo la necessità, ma soddisfi il bisogno senza difetto.

E, per dirla in breve, come nell'indumento si deve considerare la necessità, così anche nel cibo il pane soddisferà il bisogno e l'acqua curerà la sete a chi è sano, e tutti quei cibi a base di semi che possono conservare la forza al corpo

per le sue esigenze primarie. Mangiare senza mostrare una ghiottoneria furiosa, ma salvaguardando ovunque la compostezza, la mitezza e la continuità del dominio sui piaceri; e nemmeno allora avere la mente oziosa dal pensiero di Dio, ma fare della natura stessa dei cibi e della struttura del corpo che li riceve un'occasione di glorificazione: come cioè diverse specie di alimenti adatte alle particolarità dei corpi siano state ideate da Colui che tutto provvede.

Preghiere prima del cibo per essere fatti degni dei doni di Dio, sia di quelli che dà ora, sia di quelli che ha messo in serbo per il futuro. Preghiere dopo il cibo che contengano il ringraziamento per le cose date e la richiesta di quelle promesse.

Un'ora sola sia stabilita per il cibo, la stessa che si ripresenta a intervalli regolari, cosicché delle ventiquattro ore del giorno e della notte questa sola sia consumata per il corpo, mentre le restanti l'asceta le impieghi nell'attività della mente.

I sonni siano leggeri e facili da interrompere, seguendo naturalmente la moderazione della dieta, e interrompendosi per scelta con le preoccupazioni per le cose grandi. Infatti l'essere sopraffatti da un torpore profondo con le membra disciolte, così da dare spazio a stupide fantasie, fa sì che coloro che dormono in questo modo scendano in una morte quotidiana.

Ma ciò che per gli altri è l'alba, per gli atleti della pietà è la mezzanotte, poiché la pace della notte dona una particolare tranquillità all'anima, non inviando al cuore uditi o visioni dannose di occhi o di orecchi, ma la mente da sola con se stessa sta con Dio, correggendosi con il ricordo dei peccati commessi, ponendosi dei limiti per evitare il male e implorando la cooperazione di Dio per il compimento delle sue pie aspirazioni.