



# RACCONTI DI UN PELLEGRINO RUSSO

introduzione



**RACCONTI DI UN PELLEGRINO** costituiscono il testo che ha permesso a un vasto pubblico di conoscere la preghiera di Gesù.

- Apparsa per la prima volta nel 1870, ripubblicata a Kazan' nel 1884, quest'opera anonima ha origini oscure.
  - Forse fu copiata dal padre Paisij (1883), superiore del monastero di San Michele dei Ceremissi a Kazan', da un manoscritto posseduto da un monaco russo dell'Athos.
  - Secondo altre fonti, verso il 1860 il manoscritto si sarebbe trovato tra le mani di una monaca diretta dallo *starec* Ambrogio, del famoso eremo di Optina Pustyn'.



## 7 racconti in tutto: 4+3

- ▶ Tra le carte dello *starec* sono stati trovati altri tre *Racconti*, pubblicati in Russia nel 1911. Questi tre ultimi *Racconti* si distinguono da quelli della prima raccolta per il carattere maggiormente didattico. Essi offrono ai lettori alcuni elementi indispensabili non necessariamente per imitare, ma per seguire il pellegrino nella sua ricerca del cuore.



# IL PROTAGONISTA

- Nella finzione, l'autore è un contadino della provincia di Orel – o forse il mercante Nemyotov? - che si reca a Optina per ricevere l'insegnamento dello *starec* Macario, predecessore di Ambrogio.
- I *Racconti* narrano che il pellegrino, all'età di trent'anni (l'età di Gesù...), avendo perduto tutto, entra una domenica in una chiesa dove ode questa frase di san Paolo: «**pregate incessantemente**». L'esortazione lo induce a mettersi in cammino. Egli cerca l'uomo che saprà spiegargliene il significato ed insegnargliene la pratica.



# Gli aiuti

- Il pellegrino finisce con l'incontrare uno *starec* che, sottoponendolo a una dura ascesi, gli insegna alcuni rudimenti della preghiera di Gesù.
- Poco prima di morire, il padre spirituale lascia al discepolo un esemplare della Filocalia.
- Il libro diventa, unitamente alla Bibbia, una riserva di nutrimento spirituale e un sostegno morale del viaggiatore, che d'ora in poi sa verso quale meta volgersi.



# Cammino come pellegrinaggio

- ▶ La luce d'Oriente, sebbene invisibile, fa da guida al suo errare.
- ▶ Al «vegliare e pregare» corrisponde il «marciare e pregare» del pellegrino il quale, sempre più amante della solitudine e del silenzio, accetta con umiltà di aiutare tutti coloro che sentono in lui l'energia di un essere proiettato verso il cielo, di un'icona dell'«uomo del desiderio».



# Liturgia cosmica

- Abbandonatosi a Dio, egli s'incammina verso la propria liberazione.
- Nel suo vagabondaggio di preghiera, il pellegrino gioisce dell'unione della propria preghiera con quella del cosmo. Continua è la liturgia cosmica, e lentamente essa si disvela, scompare la cisa che ingombra l'occhio del cuore, l'alba eterna diventa una realtà...



# FINALITA' DEL TESTO

- L'origine contadina dell'opera, la cui stesura corrisponde alla sua intenzione di fondo in modo così perfetto, è poco probabile.
- Siamo piuttosto davanti a un soggetto appositamente scelto con un raffinato espediente letterario. Solo due parole dalla lettera dell'apostolo Paolo ai Tessalonicesi (5,17), espressamente isolate dal contesto, cambiano la vita di un uomo, dandogli una particolare direttrice, un fine e un senso, e tutto il seguito della narrazione si costruisce attorno alla ricerca e alla conquista da parte del pellegrino dell'incessante preghiera di Gesù. Questo è il primo e fondamentale compito del libro. L'autore si sforza di consegnare al lettore una guida pratica alla preghiera di Gesù, componendo se non un manuale, una antologia per l'orante. Di conseguenza il libro è diretto al lettore **praticante**, forse anche indifferente all'aspetto romanzesco, ma seriamente impegnato in una ricerca spirituale. Così l'allegoria con cui iniziano i *Racconti sinceri di un pellegrino Russo* in ultima analisi contengono un indubbio significato soteriologico.



## ...dunque

- Scegliere di prendere tra le proprie mani quest'opera del monachesimo cristiano d'Oriente significa perciò inserirsi nel numero di coloro che sono spiritualmente in ricerca e che non ricusano la pratica ascetica come valido e irrinunciabile strumento del cammino.
- La **ricerca di Dio**, dunque: Dio desiderato e cercato in quella esperienza particolare che è la preghiera. Non la preghiera che domanda, non la preghiera di chi intercede, ma la preghiera di chi null'altro desidera se non l'unione con Dio e la assimilazione a Lui. Preghiera non come azione, ma come **stato**, preghiera pura, perfettamente gratuita.



# «contemplazione»

- Nella spiritualità bizantina si parla spesso di contemplazione: è il discendere nel proprio cuore, il portare la mente nel cuore, il ricondurre l'attenzione della mente nel cuore perché lì dentro dimora Dio e lì bisogna incontrarlo. Il corpo di ogni uomo è infatti inabitato da Dio e nel segreto del cuore esso può accendersi di luce e quasi di gloria. Basti pensare a Serafino di Sarov e a quel bellissimo passo riportato nel *“Colloquio con Motovilov”*:

*Allora Padre Seraphim mi prese le spalle e, stringendole molto forte, aggiunse:*

*“Siamo tutti e due, tu ed io, nella pienezza dello Spirito Santo. Perché non mi guardi?”*

*“Non posso guardarvi, Padre. Dei fulmini lampeggiano dai vostri occhi. Il vostro viso è divenuto più luminoso del sole. Ho male agli occhi...”*

*Il Padre Seraphim disse:*

*“Non abbiate paura, amico di Dio. Siete diventato anche voi altrettanto luminoso perché anche voi ora siete nella pienezza dello Spirito Santo, altrimenti non avreste potuto vedermi così.”*



# ESICASMO

- Il metodo usato dal Pellegrino è quello della Preghiera di Gesù, conosciuta anche come Preghiera del Nome o Preghiera del Cuore. Essa, radicata nel Nuovo Testamento, viene assunta da una «corrente» propria della spiritualità orientale antica che è stata chiamata **esicasmo**. Il nome proviene dal greco *hesychia* che significa: calma, pace, tranquillità, assenza di preoccupazione. **L'esicasmo può essere definito come un sistema spirituale di orientamento essenzialmente contemplativo che ricerca la perfezione (deificazione) dell'uomo nella unione con Dio tramite la preghiera incessante.**
- Tuttavia ciò che caratterizza tale movimento è sicuramente l'affermazione della eccellenza o della necessità della stessa *hesychia*, della quiete, per raggiungere la pace con Dio. In un documento del monastero di Iviron del monte Athos, si legge questa definizione: **«L'esicasta è colui che solo parla a Dio e lo prega senza posa».**



# ESICASTI

- Gli esicasti, inserendosi nella tradizione biblica, esprimono l'esperienza della preghiera contemplativa attraverso l'invocazione e l'attenzione del cuore al Nome di Gesù, per camminare alla sua presenza, essere liberati da ogni peccato e rimanere nel dolce riposo di Dio in ascolto della sua parola silenziosa.
- Movimento tipicamente monastico, grazie proprio ai *Racconti del Pellegrino Russo* si diffonde anche tra i laici, a dimostrare che la preghiera è vocazione universale e, ancor più, che la preghiera di unione non è dono riservato a pochi privilegiati che vivono in un particolare stato di vita, ma dono che Dio concede a chiunque lo domanda con cuore retto e sincero, accettando di percorrere anche il cammino di purificazione del cuore che crea lo spazio indispensabile per accogliere tale dono.



# Dalla distrazione all'unificazione

- Essenziale è porre l'attenzione anche su un altro punto, tipico della preghiera esicasta: il ruolo del corpo, che in questa modalità di preghiera è coinvolto in maniera notevole.
- Tutti gli autori spirituali, a partire dai padri del deserto, affermano che chi desidera esercitarsi nella preghiera deve continuamente fuggire da ciò che “distræ da Dio”. Il mondo creato però, all'origine, non è certo stato originato per distrarci, ma per condurci a Dio. La distrazione è conseguenza della decadenza dovuta al peccato originale; essa però può venire progressivamente superata a seconda del grado di purezza che acquista il cuore dell'orante.



# I tre gradi della preghiera

- Il cammino di purificazione passa attraverso tre gradi di preghiera:
  1. il primo, detto “morale”, in cui per elevare la mente a Dio è necessario evitare la malizia, il peccato e tutte quelle passioni malvagie che impediscono il colloqui con Dio, bontà assoluta.
  2. il secondo, detto “psicologico”, in cui l’attenzione è concentrata nell’evitare la prolissità di parole nella preghiera e i pensieri incoerenti con le realtà divine sulle quali si sta meditando
  3. il terzo, definito da Evagrio Pontico “preghiera pura”, priva di distrazioni, di idee e immagini di Dio che sono sempre e comunque parziali, capace di assurgere a uno stato di nudità assoluta



# Tutto l'uomo prega...

- Il *Pellegrino*, che vive in mezzo al mondo, testimonia che è possibile arrivare alla vetta della preghiera mistica, fatta di silenzioso godimento della Sua Presenza.
- Evagrio parla di “intelletto”, più tardi si parlerà di “cuore”; in entrambi i casi è l'amore che permette di raggiungere la pura trasparenza, Dire “cuore” per l'uomo biblico è dire l'uomo intero. Allora asserire che nella preghiera perfetta il cuore diventa trasparente è dire che l'intero uomo diventa trasparente, compreso il suo corpo. E' proprio per questo che gli esicasti hanno cercato di rendere trasparente il loro corpo facendolo partecipare alla preghiera del cuore. Per questo motivo l'esicasmò viene definito un metodo “psicofisico” di preghiera.



# *Teodoro, vescovo di Edessa*

La preghiera pura deve essere continua e incessante.

Essa è un muro sicuro, un porto tranquillo, la salvaguardia delle virtù, la fine delle passioni, la tensione dell'anima, la purificazione del cuore, il riposo di quelli che si sono addormentati, la consolazione di quelli che piangono.

La preghiera è incontro con Dio, contemplazione dell'invisibile, certezza di quelli che desiderano, vita angelica, impulso che porta al bene, fondamento delle cose sperate.

Asceta, stringi con tutta la tua forza questa regina delle virtù.

Prega giorno e notte sia quando sei scoraggiato, sia quando sei di buon animo. Prega con timore e tremore, con un cuore sobrio e vigilante, perché il Signore riceva la tua preghiera.