

L'ACCIDIA

1.0 PREMESSA

Dalla *Vita e detti dei padri del deserto*:

1. Un giorno il santo padre Antonio, mentre sedeva nel deserto, fu preso dallo sconforto (akedia) e da fitta tenebra di pensieri. E diceva a Dio: "O Signore! Io voglio salvarmi, ma i pensieri me lo impediscono. Che posso fare nella mia afflizione?". Ora, sporgendosi un po', Antonio vide un altro come lui, che sta seduto e lavora, poi interrompe il lavoro, si alza in piedi e prega, poi si mette seduto a intrecciare corde, e poi si alza e prega. Era un angelo del Signore, mandato per correggere Antonio e dargli forza. E udì l'angelo che diceva: "Fa così e sarai salvo". All'udire quelle parole, fu preso da grande coraggio e gioia: così fece e si salvò.

2.0 SENSO DEL CAMMINO SPIRITUALE:

2.1 DAL DESERTO AL GIARDINO

2.1.1 Dal libro della Genesi (1-2,25)

- Primo racconto di creazione: (1,1-2,4) L'armonia
- Secondo racconto di creazione: (2,4b- 2,25) La relazione

2.2 IL FINE E LO SCOPO.

- Costituzione *Dei Verbum* del Concilio Vaticano II:

CAPITOLO I LA RIVELAZIONE

Natura e oggetto della Rivelazione

2. Piacque a Dio nella sua bontà e sapienza rivelarsi in persona e manifestare il mistero della sua volontà (cfr. Ef 1,9), mediante il quale gli uomini per mezzo di Cristo, Verbo fatto carne, hanno accesso al Padre nello Spirito Santo e sono resi partecipi della divina natura (cfr. Ef 2,18; 2 Pt 1,4). Con questa Rivelazione infatti Dio invisibile (cfr. Col 1,15; 1 Tm 1,17) nel suo grande amore parla agli uomini come ad amici (cfr. Es 33,11; Gv 15,14-15) e si intrattiene con essi (cfr. Bar 3,38), per invitarli e ammetterli alla comunione con sé. Questa economia della Rivelazione comprende eventi e parole intimamente connessi, in modo che le opere, compiute da Dio nella storia della salvezza, manifestano e rafforzano la dottrina e le realtà significate dalle parole, mentre le parole proclamano le opere e illustrano il mistero in esse contenuto. La profonda verità, poi, che questa Rivelazione manifesta su Dio e sulla salvezza degli uomini, risplende per noi in Cristo, il quale è insieme il mediatore e la pienezza di tutta intera la Rivelazione.

- GIOVANNI CASSIANO, *Conferenze ai monaci/1*, Collana testi patristici, 155 (2000), 64-67.

5. Quanti posseggono la pratica di trattare i dardi della guerra, ogniqualevolta bramano di dare prova della perizia della propria arte alla presenza del re di questo mondo, cercano di lanciare perfettamente giavellotti oppure frecce all'indirizzo di un piccolissimo scudo, che reca dipinta la figura dei premi (da loro ambiti), ben sicuri che essi non potranno arrivare ad ottenere il termine del premio desiderato in altro modo, se non seguendo la linea a questo destinata. Essi però potranno certamente e finalmente venire in possesso di un tale premio solo quando saranno in grado di raggiungere lo scopo che si erano proposto. Se dunque, per un motivo

qualsiasi, tale bersaglio finirà per essere sottratto al loro sguardo, per quanto poco l'intenzione di quegli inabili, così impoverita, devii dalla retta direzione, essi non avvertiranno d'essersi sviati dalla guida di quella linea ben disciplinata. E la ragione è questa: essi non posseggono nessun segno sicuro atto a dimostrare la perizia per la giusta direzione e comprovarne l'inabilità. Così ne risulta che essi, dopo aver profuso per l'aria e nel vuoto i loro getti, non riusciranno a vedere in che cosa avranno sbagliato e perché si sono lasciati ingannare, per il semplice motivo che essi non trovano nessun indizio che li accusi nella misura in cui si sono distolti dalla giusta direzione; e così pure il loro occhio, divenuto ormai inerte, non riesce più a correggersi e a raddrizzarsi verso l'obiettivo della vera disciplina.

Così dunque, come si esprime l'Apostolo, il fine del nostro proposito è la vita eterna, poiché così egli dichiara: "Avete per vostro frutto la santità, ma per fine la vita eterna". Lo scopo è la purezza del cuore che egli giustamente definì come la santità, senza la quale non può essere raggiunto il fine suddetto. È come se, con altre parole, egli avesse detto: - Voi riponete il vostro scopo nella purezza del cuore, ma il vero fine è la vita eterna -. Ora, volendo l'Apostolo darci un insegnamento intorno a questa destinazione, fece ricorso allo stesso nome, vale a dire allo scopo, e si espresse in modo molto significativo, così dichiarando: "Dimenticando ciò che è dietro di me e tutto proteso verso ciò che mi sta innanzi, corro alla mèta, al premio della superna chiamata del Signore".

Nel testo greco è detto con più evidenza: "Io corro verso la mèta", come se avesse dichiarato: - Con la stessa determinazione, con la quale dimentico quello che è dietro di me, ossia i vizi dell'uomo anteriore, con quella stessa io mi premuro di giungere al fine del premio celeste -. Perciò tutto quello che può indirizzarci verso questo scopo, vale a dire, verso la purezza del cuore, dobbiamo abbracciarlo con tutta la forza; al contrario, tutto quello che da essa ci allontana, dobbiamo evitarlo perché pericoloso e nocivo. Per essa infatti noi operiamo e tolleriamo tutto, per essa vengono abbandonati i parenti, la patria, le dignità, le ricchezze, i piaceri di questo mondo e ogni soddisfazione, al solo fine di assicurare per sempre la purezza del cuore. Se uno non procurerà di conservarla con ogni impegno e perseveranza, non potrà nemmeno giungere al fine del frutto desiderato.

In realtà, come già ho detto, il contadino, nel proporsi come fine una vita di sicurezza e di benessere, ripone il suo scopo nel raccolto di messi feconde, vale a dire, pone in atto l'impegno di purgare il suo campo da tutti gli sterpi e di eliminare dal terreno tutte le erbacce infruttuose. In altro modo egli non spera di raggiungere la ricchezza con l'adempimento del suo fine, se prima egli, quanto desidera di ottenere con l'esercizio pratico, non arriva a possederlo con la ben ragionata previsione del suo lavoro e della sua speranza. E anche il commerciante non rinuncia al desiderio di procurarsi le merci, con cui egli possa accumulare ricchezze attraverso un guadagno maggiore, e di fatto inutilmente potrebbe aspirare a un guadagno, se prima non avrà scelto la via giusta per arrivarvi. E coloro che ambiscono gli onori di certe dignità di questo mondo, quali che siano, si propongono in precedenza a quale ufficio e a quale ordine debbano dedicarsi, affinché, attraverso la via legittima della loro aspirazione, siano pure in grado di raggiungere la mèta della loro sospirata dignità.

Pertanto anche il termine della nostra via è il regno di Dio. Occorre quindi indagare bene che cosa comporti questo indirizzo, poiché, se da parte nostra, questo non apparirà ben chiaro, i nostri sforzi saranno del tutto inutili. In realtà coloro che si avviano per raggiungere una mèta senza conoscerne la via, il loro sarà solo il percorso di una strada, non sarà un profitto. E qui, davanti alla nostra sorpresa, quel vegliardo prese a dire: «Il fine della nostra professione, come ho già detto, è il regno di Dio, ossia il regno dei cieli. L'indirizzo, vale a dire lo scopo, è la purezza del cuore, senza la quale è impossibile che uno arrivi a quel fine.

Una volta dunque propostaci questa mèta, sempre i nostri atti e i nostri pensieri saranno diretti a raggiungere tale mèta. Se essa però non sarà continuamente fissa davanti ai nostri

occhi, non solo contribuirà a rendere vane tutte le nostre fatiche, ma in più, rendendole inutili, farà sì che esse cadano nel nulla e senza alcun compenso: così susciterà in noi pensieri diversi e ad essa contrari. La mente che non ha nulla dove rifugiarsi e a cui principalmente aderire ad ogni ora e ad ogni momento, sarà facilmente soggetta a modificarsi per la stessa varietà delle sue impressioni e così, per effetto delle sensazioni venute dal di fuori, essa finirà per tramutarsi presto in quello stato che per primo ad essa si presenterà.

2.3 VITA ATTIVA E CONTEMPLATIVA:

Cassiano Conf.XIV:

“III: La perfezione attiva ha due aspetti. Il primo consiste nel conoscere la natura dei vizi e il metodo per guarirli. Il secondo nel discernere l'ordine delle virtù e nel conformare l'anima nostra alla loro perfezione, in modo tale che l'anima cessi di servire le virtù come schiava, quasi che sopportasse una violenza o fosse soggetta a un dominio tirannico, e incominci invece a dilettersi delle virtù, a nutrirsene come di un bene connaturale, a trovare gusto nel progredire per la loro vita erta ed angusta. [...]”

“IV: La vita attiva – lo abbiamo già detto – ha due forme, ma si suddivide in molteplici professioni e modi di vivere.

Alcuni indirizzano tutti i loro desideri verso il segreto del deserto e verso la purezza del cuore.[...]. Molti hanno dedicato la loro sollecitudine e il loro zelo a istruire i fratelli e a curare attentamente qualche monastero.[...]

Altri si dilettono ad assistere i pellegrini negli ospedali, [...]

Altri si assunsero la cura degli infermi, altri presero la difesa dei poveri e degli oppressi. [...]”

“VI: Molte sono le vie che conducono a Dio: ciascuno percorra fino in fondo quella che ha intrappreso, e rimanga irrevocabilmente orientato nella direzione che ha scelto. Qualunque sia la professione scelta, avrà la possibilità di raggiungere in quella la sua perfezione”.

“VIII: La vita attiva, come abbiamo detto sopra, si divide in molte professioni e in molti stati; la vita contemplativa si divide in due parti: interpretazione storica e penetrazione spirituale delle Sacre Scritture”.

2.4 I PENSIERI CATTIVI:

Evagrio Pontico, *Trattato pratico*,

6. I pensieri più generali, nei quali è compreso ogni pensiero, sono in tutto otto. Primo è quello della gola e, dopo di lui, quello della fornicazione. Terzo, quello dell'avarizia; quarto, quello della tristezza; quinto, quello dell'ira; sesto, quello dell'accidia; settimo, quello della vanagloria; ottavo, quello della superbia. Che questi, tutti, molestino o non molestino l'anima, non è cosa in nostro potere, ma che si attardino o non si attardino [in essa], che muovano le passioni o non le muovano, [questo] è in nostro potere.

2.5 L'ANTROPOLOGIA EVAGRIANA:

Evagrio Pontico, *Pratico*:

89. Quando la virtù si trova nella parte razionale, è chiamata prudenza, intelligenza e sapienza; quando è nella parte desiderante, temperanza, amore e dominio di sé; quando è nella parte irascibile, coraggio e perseveranza.

2.5 IL CAMMINO SPIRITUALE:

Origene, *Commento al Cantico dei Cantici*, a cura di Simonetti M., in Collana di testi patristici 1976, p.5256-57.

Così scriveva Origene:

“Per prima cosa esaminiamo che cosa significhi il fatto che, avendo la chiesa di Dio ricevuto tre libri scritti da Salomone, primo di essi c'è il libro dei *Proverbi*, secondo quello che si intitola *Ecclesiaste*, e al terzo posto c'è il *Cantico dei Cantici*. Ecco che cosa possiamo dire su questo argomento. Le scienze generali, per mezzo delle quali si giunge alla conoscenza delle cose, sono tre, che i greci hanno nominato etica, fisica, enoptica, e noi possiamo definire morale, naturale, contemplativa.”

“Perciò questo maestro, [...], come inizio della sua opera ha messo il libro dei *Proverbi*, nel quale come abbiamo detto, è esposta la morale”.

Perciò dopo i *Proverbi* si viene all'*Ecclesiaste*, il quale insegna che tutte le cose visibili sono caduche e fragili. Quando se ne accorgerà, colui che si applica alla sapienza le disprezzerà, non le terrà in alcun conto e, rinunciando per così dire a tutto questo mondo, tenderà alle realtà visibili ed eterne, che sono insegnate nel *Cantico dei Cantici* con concetti senza dubbio spirituali ma tenuti nascosti dietro immagini di linguaggio amoroso”.

3.0 NATURA DELL'ACCIDIA

Evagrio Pontico, *Trattato pratico*:

12. Il demone dell'acedia, che è chiamato anche "demone di mezzogiorno" (Sal 90 [91],6), è il più opprimente di tutti i demoni: esso attacca il monaco verso l'ora quarta e assedia la sua anima fino all'ora ottava. Dapprima fa sì che il sole appaia lento a muoversi o addirittura immobile, e che il giorno sembri di cinquanta ore. Poi induce il monaco a volgere continuamente gli occhi verso le finestre, a balzar fuori dalla cella, a osservare il sole [per vedere] quanto disti dall'ora nona, e a guardare qua e là se qualcuno dei fratelli... Inoltre gli ispira avversione per il luogo in cui vive e per il genere di vita stesso e per il lavoro manuale, e [il pensiero] che la carità è venuta meno tra i fratelli e che non c'è nessuno a consolarlo. Se poi è capitato che qualcuno, in quei giorni, abbia contristato quel monaco, anche di questo il demone si serve per accrescere in lui l'avversione. Lo induce allora a desiderare altri luoghi, in cui potrà trovare facilmente ciò di cui ha bisogno ed esercitare un mestiere meno faticoso e più redditizio; e aggiunge che l'essere graditi al Signore non dipende dal luogo: ovunque infatti – è detto – si può adorare la divinità. Unisce a ciò il ricordo dei parenti e della vita passata, e gli fa vedere quanto è lungo il tempo della vita, mettendogli davanti agli occhi le fatiche dell'ascesi; insomma, mette in moto ogni espediente affinché il monaco abbandoni la cella e fugga dallo stadio.

A questo demone non segue immediatamente nessun altro demone; subentrano anzi nell'anima, dopo la lotta, uno stato di pace e una gioia indicibile.

Evagrio Pontico, *Gli otto spiriti della malvagità*:

13. L'acedia è un'atonía dell'anima; essa sopraggiunge nell'anima che non possiede una "buona natura" e non persiste generosamente di fronte alle tentazioni. Quale è infatti il nutrimento per un corpo in buona salute, tale è la tentazione per l'anima generosa. Il vento del nord nutre i germogli, e le tentazioni consolidano la forza dell'anima. La nube senz'acqua è spinta via dal vento, e la mente senza pazienza dal vento dell'acedia. La rugiada primaverile fa crescere il frutto del campo, e una parola spirituale innalza lo stato dell'anima. Il frutto dell'acedia scaccia il monaco fuori di casa, invece colui che pratica la pazienza (perseveranza) dimora nella quiete.

L'acedioso adduce come pretesto le visite ai malati, in realtà soddisfa il proprio desiderio; il monaco acedioso è pronto al servizio, ma ritiene un dovere la propria soddisfazione. Un vento leggero fa piegare una pianta debole, e l'evasione della fantasia si porta via l'acedioso. La forza dei venti non scuote un albero ben piantato, e l'acedia non incurva un'anima ben salda. Il monaco girovago è sterpaglia del deserto; sta fermo un po', e di nuovo, suo malgrado, vagabonda. Un albero trapiantato non porta frutto, e un monaco girovago non farà frutto di virtù. Il malato non si soddisfa con un solo alimento, e neppure il monaco acedioso con un solo lavoro. A chi ama il piacere una sola donna non basta, né basta una sola cella al monaco acedioso.

14. L'occhio dell'acedioso è continuamente puntato sulla finestra, e la sua mente si immagina dei visitatori. La porta ha mandato un cigolio? Eccolo che balza in piedi. Ha udito una voce? Egli spia dalla finestra, e non si muove di là finché l'intorpidimento non ve l'abbia fatto scendere.

Quando legge, l'acedioso sbadiglia spesso ed è indotto facilmente al sonno; si sfrega gli occhi, si stira le braccia e, distogliendo gli occhi dal libro, fissa la parete; poi ritorna per un po' alla lettura, sfoglia il libro per vedere la conclusione del discorso, conta le pagine, calcola il numero dei quaterni, trova da ridire sulla scrittura e sulla decorazione; infine, richiuso il libro, se lo mette sotto la testa e si addormenta di un sonno non molto profondo, poiché ecco che la fame viene a risvegliare la sua anima, e torna ad occuparsi dei propri bisogni.

Il monaco acedioso è riluttante a pregare e non pronuncia mai le parole della preghiera. Infatti, come il malato non porta un carico pesante, così l'acedioso non compie l'opera di Dio con diligenza. Quegli ha perduto la forza del corpo, questi ha allentato la tensione dell'anima.

L'acedia è risanata dalla costanza e dal fare ogni cosa con grande assiduità e timor di Dio. Fissati una misura in ogni lavoro, e non abbandonarla prima di averlo portato a termine. Prega con intelligenza e con forza, e lo spirito dell'acedia fuggirà via da te.

Evagrio Pontico, *I vizi che sono opposti alle virtù*:

4.L'acedia: sentimento vago che porta a girovagare e a disprezzare l'amore per il lavoro; nemica della quiete, è bufera per la salmodia, svogliatezza nella preghiera, rilassatezza dell'ascesi. E sonnolenza fuori tempo, sonno che si aggira, pesantezza dell'ipocondria, odio della cella, avversione di ogni sforzo. E' contrappeso della costanza, freno della contemplazione, ignoranza delle Scritture, compagna della tristezza, orologio della fame.

CLIMACO, *La Scala del Paradiso*:

L'acedia è rilassatezza dell'anima,
infiacchimento della mente,
trascuratezza dell'ascesi,
odio della promessa fatta,
invidia delle realtà mondane,
accusa a Dio di essere senza cuore e disumano,
atonìa nella salmodia,
astenia nella preghiera,
energia di ferro nel servizio,
solerzia nel lavoro manuale,
disponibilità a dare ascolto [alle chiacchiere].

4.0 CAUSE DELL'ACCIDIA

IL SOVRAFFATICAMENTO

Barsanufio e Giovanni di Gaza, *Espistolario*, lettera 621:

Fare di più di quanto si è in grado di fare, si tratti di opere di beneficenza o di altro, significa mancare di discernimento, poiché ciò porta al turbamento, alla noia e alla mormorazione.

Ugo di San Vittore, *La Meditazione*, SC 155, p. 59

Chi desidera sempre ciò che non fa si annoia di ciò che fa, non gode del presente né è colmato dal futuro. Ciò che è iniziato, infatti, lo abbandona prima di averlo portato a compimento, e ciò che è da iniziare, lo intraprende prima del tempo.

LO SCRUPOLO

Dalla *Vita e detti dei padri del deserto*:

Cassiano 1: Il padre Cassiano raccontò: "Mi recai in Egitto assieme al santo Germano da un anziano che ci ospitò. Gli chiedemmo: - Come mai nell'ospitare dei fratelli forestieri non osservate la regola del digiuno quale l'abbiamo ricevuta in Palestina?-

- Il digiuno è sempre con me – rispose – mentre non posso trattenere voi sempre con me. Il digiuno è certo utile e necessario, ma dipende dalla nostra scelta, mentre la legge di Dio esige l'adempimento della carità come valore assoluto. Poiché in voi accolgo Cristo, devo servirvi in tutto il mio zelo; quando vi avrò congedati, potrò riprendere la regola del digiuno. Non possono i figli del talamo digiunare finché lo sposo è con loro. Quando lo sposo sarà loro tolto, allora per forza digiuneranno.

IL CLIMA

Filone d'Alessandria, *La vita contemplativa*, 22-23.

In ogni gruppo i migliori sono mandati in colonia, per trovarmi come la loro patria, in un posto molto propizio che si trova sulla collina di media altezza al di sopra del lago Mareotide; la posizione è eccellente, sia per la sicurezza del luogo sia per la temperatura equilibrata dell'atmosfera. I borghi e le residenze dei dintorni garantiscono questa sicurezza; le brezze continue che salgono dal lago, comunicante con il mare aperto assicurano la felice composizione dell'aria: le brezze provenienti dal mare sono leggere, quelle del lago sono dense, e dalla loro combinazione risulta un clima molto salubre.

5.0 MANIFESTAZIONI DELL'ACCIDIA

IL TURBAMENTO INTERIORE-TRISTEZZA

Ugo di san Vittore, *I Sacramenti*:

L'acedia flagella l'uomo spogliato [da superbia, invidia e ira]... attraverso l'acedia l'anima è infranta...

L'acedia è la tristezza nata dalla confusione della mente, ossia il tedio e l'eccessiva amarezza dell'animo, per cui la gioia spirituale si estingue e, come per un principio di disperazione, la mente si abbatte su se stessa.

LA NOIA

Regola di San Benedetto 48:

Sarà bene nominare due anziani, con l'incarico di girare per il monastero durante le ore in cui i fratelli devono dedicarsi alla lettura, per vedere se per caso non ci sia qualche fratello indolente (*frater acediosus*) che si dà all'ozio o alle chiacchiere invece di applicarsi alla lettura, e in tal modo non solo nuoce a se stesso ma distrae anche gli altri.

L'INGRATITUDINE

Simeone il nuovo teologo, *Capitoli teologici, gnostici, pratici*:

L'acedia e la pesantezza corporale, che colpiscono l'anima a causa della sua negligenza, allontanano il monaco dalle sue regola quotidiane e nella mente gli provocano tenebre e scoramento. Come conseguenza di ciò, si stabiliscono nel cuore di colui che viene tentato dal demone dell'acedia la blasfemia e la rilassatezza.

Evagrio, *Trattato pratico*:

Inoltre gli ispira avversione per il luogo in cui vive e per il genere di vita stesso e per il lavoro manuale, e [il pensiero] che la carità è venuta meno tra i fratelli e che non c'è nessuno a consolarlo. Se poi è capitato che qualcuno, in quei giorni, abbia contristato quel monaco, anche di questo il demone si serve per accrescere in lui l'avversione.

6.0 RIMEDI CONTRO L'ACCIDIA

LA PREGHIERA- LAVORO

Giovanni Climaco, *La Scala al Paradiso XIII*, 92:

Miei avversari – dice l'acedia – sono la salmodia e il lavoro manuale; mio nemico, il pensiero della morte.

LA STABILITÀ-PAZIENZA.

Evagrio Pontico, *Trattato Pratico*,

28. Non si deve abbandonare la cella nell'ora delle tentazioni, per quanto plausibili siano i pretesti addotti, ma si deve restare seduti dentro e perseverare e accogliere coraggiosamente gli assalitori, tutti, ma in particolare il demonio dell'acedia che, essendo il più pesante di tutti, mette alla prova l'anima in massimo grado. Il fuggire e l'evitare tali lotte, infatti, insegna all'intelletto a essere senza arte, vile e disertore.

Evagrio Pontico, *Gli otto spiriti della malvagità*,

13. Un vento leggero fa piegare una pianta debole, e l'evasione della fantasia si porta via l'acedioso. La forza dei venti non scuote un albero ben piantato, e l'acedia non incurva un'anima ben salda. Il monaco girovago è sterpaglia del deserto; sta fermo un po', e di nuovo, suo malgrado, vagabonda. Un albero trapiantato non porta frutto, e un monaco girovago non farà frutto di virtù. Il malato non si soddisfa con un solo alimento, e neppure il monaco acedioso con un solo lavoro. A chi ama il piacere una sola donna non basta, né basta una sola cella al monaco acedioso.

LA DISTENSIONE

Antonio, 13:

Nel deserto c'era un tale che cacciava belve feroci; e vide il padre Antonio che scherzava con i fratelli e se ne scandalizzò. Ma l'anziano, volendo fargli capire che occorre talvolta accondiscendere ai fratelli, gli dice: "Metti una freccia nel tuo arco e tendilo". Egli lo fece. Gli dice: "Tendilo ancora", e lo fece. Gli dice un'altra volta: "Tendilo". Il cacciatore gli dice: "Se lo tendo oltre misura, l'arco si spezza". L'anziano gli dice: "Così accade anche nell'opera di Dio: se con i fratelli tendiamo l'arco oltre misura, presto si spezzano. Perciò talvolta bisogna essere accondiscendenti con i fratelli". Ciò udendo, il cacciatore fu preso da compunzione e se ne andò molto edificato. E anche i fratelli ritornarono confortati ai loro posti.

LA TRASPARENZA/SINCERITÀ:

Il dialogo con il padre spirituale

LA CARITÀ NELLA VITA COMUNE

Dal Vangelo di Marco (12,28-33)

Allora si accostò uno degli scribi che gli aveva uditi discutere, e, visto come aveva loro risposto, gli domandò: "Qual è il primo di tutti i comandamenti?". Gesù

rispose: "Il primo è: Ascolta Israele. Il Signore Dio nostro è l'unico Signore; amerai dunque il Signore Dio tuo con tutto il tuo cuore, con tutta la tua mente e con tutta la tua forza. E il secondo è questo: Amerai il prossimo tuo come te stesso. Non c'è altro comandamento più importante di questo".

6.0 CONCLUSIONE

Hadot P., Esercizi spirituali e filosofia antica, p. 29:

"Fare il proprio volo ogni giorno! Almeno un momento che può essere breve, purché intenso. Ogni giorno un "esercizio spirituale", da solo o in compagnia di una persona che vuole parimenti migliorare. Esercizi spirituali. Uscire dalla durata. Sforzarsi di spogliarsi delle proprie passioni, delle vanità, del desiderio di rumore intorno al proprio nome (che di tanto in tanto prude come un male cronico). Fuggire la maldicenza. Deporre la pietà e l'odio. Amare tutti gli uomini liberi. Eternarsi superandosi.

Questo sforzo su di sé è necessario, questa ambizione giusta. Numerosi sono quelli che si immergono interamente nella politica militante, nella preparazione della rivoluzione sociale. Rari, rarissimi quelli che, per preparare la rivoluzione, se ne vogliono rendere degni".

BIBLIOGRAFIA

- Sulla Regola di San Benedetto:

DE VOGUE' A., *La Regola di San Benedetto, Commento dottrinale e spirituale*, Praglia 1998.

HOLZHERR G., *La Regola di San Benedetto*, in *Anima Mundi*, vol. 32, Casal Monferrato 1999.

PRICOCO S., *La Regola di San Benedetto e le Regole dei Padri*, Fondazione Lorenzo Valla, 1995.

FOLADOR M., *"L'organizzazione perfetta, La regola di San Benedetto – Una saggezza antica al servizio dell'impresa moderna"*, Milano 2006.

- Sulla spiritualità monastica:

BURTON-CHRISTIE D., *La Parola nel deserto*, Magnano (BI) 1999.

CALATI B., *Sapienza monastica*, Roma 1984.

CREMASCHI L., *Vita di Antonio Apoftegmi Lettere*, Roma 1984.

GREGORIO MAGNO, *Vita di San Benedetto e la Regola*, Roma 1995.

GREGORIO DI NISSA, *Fine professione e perfezione del cristiano*, in *Collana di testi patristici*, Vol 15, Roma 1979.

HADOT P., *Esercizi spirituali e filosofia antica*, Torino 1988.

LECLERCQ J., *Cultura umanistica e desiderio di Dio*, Firenze 1983.

MIGUEL P., *Lessico del deserto*, Magnano (BI) 1998.

MORTARI L., *Vita e detti dei Padri del deserto*, Roma 1997.

ORIGENE, *Commento al Cantico dei Cantici*, in Collana di testi patristici, Vol 1, Roma 1976.

Sull' Accidia:

BETTIOLO P., *Per conoscere lui*, Magnano (BI) 1996.

BUNGE G., *Evagrio Pontico maestro spirituale*, Scritti monastici, Praglia 1992.

BUNGE G., *La paternità spirituale*, Magnano (BI) 1991.

BUNGE G., *Akedia il male oscuro*, Magnano (BI) 1999.

COMELLO F., *Gli otto spiriti malvagi*, Parma 1990.

FALCHINI C., *Volto del monaco, volto dell'uomo*, Magnano (BI) 2006.

MOSCATELLI F., *Gli otto spiriti della malvagità Sui diversi pensieri della malvagità*, Cinisello Balsamo (MI) 1996.

Fratel Natale
Eremo San Giorgio
Bardolino (VR)