



NUTRIMENTO PER L'ANIMA

» Non di solo pane vivrà l'uomo, ma di ogni parola che esce dalla bocca di Dio (MT. 4, 4) «

31 marzo 2024 anno 15 / n° 18
seria settimanale

Foglio di insegnamenti
spirituali e catechetici
della Diocesi Ortodossa
Romana d'Italia

SECONDA DOMENICA DELLA QUARESIMA

San Gregorio Palamas

APOSTOLO. EBREI 1, 10-14, 2, 1-3; EBREI 7, 26-28, 8, 1-2

In principio tu, Signore, hai fondato la terra e i cieli sono opera delle tue mani. Essi periranno, ma tu rimani; tutti si logoreranno come un vestito. Come un mantello li avvolgerai, come un vestito anch'essi saranno cambiati; ma tu rimani lo stesso e i tuoi anni non avranno fine. E a quale degli angeli poi ha mai detto: Siedi alla mia destra, finché io non abbia messo i tuoi nemici a sgabello dei tuoi piedi? Non sono forse tutti spiriti incaricati di un ministero, inviati a servire coloro che erediteranno la salvezza? Per questo bisogna che ci dedichiamo con maggiore impegno alle cose che abbiamo ascoltato, per non andare fuori rotta. Se, infatti, la parola trasmessa per mezzo degli angeli si è dimostrata salda, e ogni trasgressione e disobbedienza ha ricevuto giusta punizione, come potremo noi scampare se avremo trascurato una salvezza così grande? Essa cominciò a essere annunciata dal

Signore, e fu confermata a noi da coloro che l'avevano ascoltata.

Fratelli, questo era il sommo sacerdote che ci occorreva: santo, innocente, senza macchia, separato dai peccatori ed elevato sopra i cieli. Egli non ha bisogno, come i sommi sacerdoti, di offrire sacrifici ogni giorno, prima per i propri peccati e poi per quelli del popolo: lo ha fatto una volta per tutte, offrendo se stesso. La Legge infatti costituisce sommi sacerdoti uomini soggetti a debolezza; ma la parola del giuramento, posteriore alla Legge, costituisce sacerdote il Figlio, reso perfetto per sempre. Il punto capitale delle cose che stiamo dicendo è questo: noi abbiamo un sommo sacerdote così grande che si è assiso alla destra del trono della Maestà nei cieli, ministro del santuario e della vera tenda, che il Signore, e non un uomo, ha costruito.

VANGELO. MARCO 2, 1-12; GIOVANNI 10, 9-16

In quel tempo, Gesù entrò di nuovo a Cafàrnao, dopo alcuni giorni. Si seppe che era in casa e si radunarono tante persone che non vi era più posto neanche davanti alla porta; ed egli annunciava loro la Parola. Si recarono da lui portando un paralitico, sorretto da quattro persone. Non potendo però portarglielo innanzi, a causa della folla, scoperchiarono il tetto nel punto dove egli si trovava e, fatta un'apertura, calarono la barella su cui era adagiato il paralitico. Gesù, vedendo la loro fede, disse al paralitico: "Figlio, ti sono perdonati i peccati". Erano seduti là alcuni scribi e pensavano in cuor loro: "Perché costui parla così? Bestemmia! Chi può perdonare i peccati, se non Dio solo?". E subito Gesù, conoscendo nel suo spirito che così pensavano tra sé, disse loro: "Perché pensate queste cose nel vostro cuore? Che cosa è più facile: dire al paralitico "Ti sono perdonati i peccati", oppure dire

"Alzati, prendi la tua barella e cammina"? Ora, perché sappiate che il Figlio dell'uomo ha il potere di perdonare i peccati sulla terra, dico a te - disse al paralitico -: alzati, prendi la tua barella e va' a casa tua". Quello si alzò e subito prese la sua barella, sotto gli occhi di tutti se ne andò, e tutti si meravigliarono e lodavano Dio, dicendo: "Non abbiamo mai visto nulla di simile!".

Disse Gesù, Io sono la porta: se uno entra attraverso di me, sarà salvato; entrerà e uscirà e troverà pascolo. Il ladro non viene se non per rubare, uccidere e distruggere; io sono venuto perché abbiano la vita e l'abbiano in abbondanza. Io sono il buon pastore. Il buon pastore dà la propria vita per le pecore. Il mercenario - che non è pastore e al quale le pecore non appartengono - vede venire il lupo, abbandona le pecore e fugge, e il lupo le rapisce e le disperde; perché è un mercenario e non gli importa delle pecore. Io sono

il buon pastore, conosco le mie pecore e le mie pecore conoscono me, così come il Padre conosce me e io conosco il Padre, e do la mia vita per le pecore. E ho altre

pecore che non provengono da questo recinto: anche quelle io devo guidare. Ascolteranno la mia voce e diventeranno un solo gregge, un solo pastore.

PAROLA DEL GIORNO

“Tu, chi sei?” (Giovanni 1,19)

L'utilità dell'esame della coscienza e della confessione giornaliera.

Poiché noi, qui o nell'aldilà, dovremmo necessariamente addolorarci per i nostri peccati, allora è meglio per noi farlo qui che lì. Da dove sappiamo questo? Dalle parole del salmista così come dal vangelo. Cioè, dice il salmista: “Chi negli inferi canta le tue lodi?” (Salmo 6,6). Con questo non vuole necessariamente dire che qualcuno non potrà confessarsi negli inferi, ma questa confessione, lì, non potrà aiutare a nulla.

La stessa cosa ci insegnò Cristo attraverso una parabola (Luca 16,19). C'era un povero, di nome Lazzaro, pieno di piaghe e gonfiori ovunque, e posseduto da una malattia incurabile. E poi c'era un uomo ricco, che non dava nulla ai poveri, nemmeno delle sue briciole. Ma dovrei forse raccontarvi tutta la parabola? Voi, la conoscete perfettamente: la spietatezza del ricco, del come non dava da mangiare ai poveri, ma anche il suo bisogno/le sue necessità e la sua fame, con cui doveva sempre combattere.

Così successe a loro in questa vita. Mentre, dopo che entrambi morirono, il ricco vide Abramo e Lazzaro accanto a lui. E cosa disse? “Padre Abramo”, disse lui, “abbi pietà di me e manda Lazzaro a intingere nell'acqua la punta del dito e a bagnarmi la lingua, perché soffro terribilmente in questa fiamma” (Luca 16,24). Vedi la ricompensa? Lui non gli diede nemmeno delle briciole e ora non riceve nemmeno una goccia d'acqua; “perché con la misura con la quale misurate sarà misurato a voi” (Marco 4,24). E cosa rispose Abramo alla richiesta del ricco? “Figlio, ricordati che, nella vita, tu hai ricevuto i tuoi beni, e Lazzaro i suoi mali; ma ora in questo modo lui è consolato, tu invece sei in mezzo ai tormenti” (Luca 16,25).

Ma torniamo di nuovo alla nostra proposta, cioè quella di pentirci per i nostri peccati già da adesso. Perciò vi esorto, vi prego e vi scongiuro, affinché qui possiate piangere per i vostri peccati, qui possiate soffrire per essi.

Qui dovrebbero gettarci nel dolore [il dispiacere per i propri peccati] le sanzioni del confessore, affinché i

veri castighi del Signore non ci spaventino nell'aldilà. È qui che la predicazione ci deve ferire, affinché in quel mondo il verme insonne non ci roda. Qui ci arde il rimprovero, affinché lì non ci bruci il fuoco eterno. È giusto che quelli che qui soffrono, lì siano consolati, e quelli che qui vivono nei piaceri e con tranquillità d'animo senza preoccuparsi affatto dei loro peccati, è giusto che lì, necessariamente, piangano e gemmino e digrignino i denti.

Queste parole non sono mie, ma sono le parole di Colui che ci giudicherà nell'aldilà. Egli dice: “beati voi, che ora piangete, perché riderete; guai a voi, che ora ridete, perché sarete nel dolore e piangerete” (Luca 6, 21-25).

Perciò è molto meglio scambiare una breve pena e un breve dolore con beni e gioie eterni e imperituri, piuttosto che divertirsi e spensierarsi in questa vita breve e transitoria, e poi cadere in una punizione eterna.

Ma forse ti vergogni nel confessare i tuoi peccati? Oh, che follia! Dovresti, piuttosto, vergognarti nel compiergli! Ma noi facciamo il contrario. Commettiamo il peccato senza vergogna e senza paura, ma quando dobbiamo confessarci, allora ci vergogniamo e restiamo in pensiero, mentre dovremmo essere allegri e pronti per questo [per confessarci]. Perché non c'è vergogna nell'incolpare se stessi per il peccato, ma è, invece, un'azione giusta e buona.

Se questa non fosse stata un'azione giusta e buona, Dio non avrebbe permesso una ricompensa per essa. E, affinché tu creda che la confessione dei peccati è ricompensata da Dio, puoi affidarti alle parole del Profeta, quando dice: “Fammi ricordare, discutiamo insieme; parla tu per giustificarti” (Isaia 43,26). E chi può vergognarsi della confessione dei propri peccati, mediante la quale deve essere liberato da essi? O, forse, Dio ci comanda di confessare i nostri peccati, così da poterci punire?

Assolutamente, no! Egli ci comanda questo non per poterci punire, ma per poterci perdonare. Nei tribunali, in effetti, accade che alla confessione [della colpa] segua la condanna. Però, affinché qualcuno non rinneghi i suoi peccati davanti a Dio per la paura del castigo, per questo il salmista, dice: “rendete grazie al Signore perché è buono, perché il suo amore è per sempre” (Salmo 106,1).

Egli non conosce, forse, i tuoi peccati anche se tu non glieli confessi? E se lui gli conosce, a che serve il tuo silenzio? O, puoi forse tu, nascondergli in qualche modo davanti ai Suoi occhi? Anche se non confessi i tuoi peccati, Egli gli conosce comunque. E se gli confessi, Lui li dimentica. “Ecco, dice, Io, io cancello i tuoi misfatti per amore di me stesso, e non ricordo più i tuoi peccati” (Isaia 43, 25).

Vedi? Lui, dice: “non ricordo più”. Attraverso questo dimostra il perdono. Tu, invece, devi ricordare i tuoi peccati affinché abbi la possibilità di redimere. Paolo, sapendo questo, continuamente ricordava i suoi peccati anche se Dio non li ricordava più, e diceva: “non sono degno di essere chiamato apostolo perché ho perseguitato la Chiesa di Dio” (1 Corinzi 15,9); e: “Cristo Gesù è venuto nel mondo per salvare i peccatori, il primo dei quali sono io” (1 Timoteo 1,15). Non dice “il primo dei quali sono stato io”, ma “il primo dei quali sono io”: anche se Dio avesse già perdonato i suoi peccati, in esse [Paolo] non cesso mai il ricordo dei propri peccati già perdonati. Quello che Dio aveva già perdonato, egli stesso portava a conoscenza di tutti. Dio chiamò Paolo “strumento scelto” (Atti degli Apostoli 9,15); mentre lui si definiva “il primo tra i peccatori”.

Quindi, siccome lui stesso menzionava costantemente i propri peccati, puoi giudicare da solo quanto, Dio, abbia fatto conoscere le sue opere. Ma quello che dico è che, non è vergognoso per qualcuno confessare i propri peccati; il ricordo dei nostri peccati è molto più grande del ricordo delle nostre buone azioni.

Il ricordo delle nostre buone azioni non solo non ci dà alcun splendore, ma porta su di noi anche vergo-

gna e condanna; mentre il ricordo dei nostri peccati ci riempie di gioiosa certezza e di guida verso Dio.

Chi ci dice questo? Il fariseo e il pubblicano. Quest'ultimo confessò i suoi peccati e se ne andò; e l'altro contò le sue buone azioni e cade più in basso del pubblicano. Vedete quanto danno si fa quando qualcuno ricorda le sue buone azioni e quanto beneficio si ottiene quando qualcuno non dimentica i suoi peccati? E questo non sorprende.

Perché chi menziona le sue buone azioni cade nell'orgoglio e nel disprezzo, disprezzando gli altri, come quel fariseo. Non avrebbe raggiunto una superbia così e non avrebbe detto: “non sono come gli altri” (Luca 17,11) se non avesse menzionato il suo digiuno e le decime.

Al contrario, ricordare i nostri peccati umilia il nostro spirito, ci insegna ad essere frugali, e attraverso

la frugalità otteniamo la buona volontà di Dio. Basta ascoltare come Cristo ci comanda nel non menzionare le nostre buone azioni: “Quando hai fatto tutto, di': siamo servi inutili; abbiamo fatto quanto dovevamo fare” (Luca 17,10). Vuole dire: confessa solo che sei uno schiavo indegno, e non ti farò tale, se confesserai la tua umiliazione, ma ti esalterò e ti incoronerò.

Hai visto le tante prove che ti ho presentato? Cioè, che il ricordo dei nostri peccati ci è benefico, e che il ricordo delle nostre buone azioni ci è molto dannoso; d'altra parte, che saremo puniti se non ricordiamo i nostri peccati e che, al contrario, riceveremo una ricompensa se

dimentichiamo le nostre buone azioni?

Devo, forse, mostrarvi anche in altro modo che il ricordo dei propri peccati è la più grande buona azione? Ascolta il pio Giobbe! Come lui, tra l'altro, venne risaltato e magnificato attraverso la confessione dei suoi peccati, quando disse: “non ho nascosto come uomo la mia colpa, come se temessi la folla” (Giobbe 31, 33-34). Ed a che cosa servirebbe nascondere i propri peccati, quando il Giudice vede tutto? E cosa può accadere se la gente conosce i miei peccati, mentre il Giudice mi libera da essi? Anche se tutti mi condannano, ma il Giudice mi perdona, non mi interessano



San Gregorio Palamas

le loro condanne. E ancora, se tutti mi lodassero e mi ammirassero, e Lui, il giudice, mi condannasse, la decisione favorevole di tutti gli altri non mi gioverebbe.

A Lui, al Giudice Divino, dobbiamo volgere il nostro sguardo, ovunque e sempre, facendo con il peccato esattamente come facciamo con le nostre ricchezze, ogni giorno chiamiamo davanti a noi i nostri servi e chiediamo loro conto di ciò che hanno speso, per poi vedere quello che ci è rimasto. E se vediamo che ci resta troppo poco, ci sforziamo in ogni modo di aumentare le nostre entrate, per non ritrovarci nella penuria e nel bisogno. Facciamo lo stesso riguardo alle nostre azioni.

Chiamiamo la nostra coscienza, affinché ci dia conto delle nostre parole e delle nostre azioni, dei nostri pensieri e desideri. Proviamo se qui tutto è pulito e se non è stato fatto nulla a nostro danno, investighiamo quale parola cattiva sia stata detta come bestemmia, come vergogna o come scherno; chiediamoci quale pensiero abbia attirato il nostro occhio a uno sguardo impuro e quale piano abbiamo fatto a nostro danno, o con le nostre mani, o con la nostra lingua, o con i nostri occhi. Liberiamoci degli sprechi inutili e, ciò che abbiamo speso incautamente, realizziamolo in un altro modo.

Invece delle parole inutili, in futuro preghiamo, invece dello sguardo impuro mettiamo il digiuno e l'elemosina.

Se non raccogliamo così il tesoro e non depositiamo le buone azioni in questo tesoro, cadremo nella più grande povertà dell'anima e ci getteremo nella condanna del fuoco eterno. Quando si tratta della nostra ricchezza, spesso facciamo il punto la mattina, quando siamo soli e nessuno ci ostacola o ci disturba.

Allora rendiamoci conto di tutto ciò che abbiamo fatto e detto quel giorno.

Se vediamo che abbiamo peccato, freniamo la nostra anima, puniamo il nostro cuore e riempiamo il nostro spirito con il tormento del pentimento, così che, dopo esserci rialzati, non oseremo mai più gettarci nello stesso abisso, del peccato, perché sentiremmo ancora le tracce del peccato del giorno prima.

Del resto nessun momento è più adatto dell'ora serale per questa preoccupazione per l'indagine della coscienza. Ascoltate cosa dice il Salmista: «nel silenzio, sul vostro letto, esaminate il vostro cuore» (Salmo 4,5).

Nel corso della giornata ci accadono molte cose che vorremmo non accadessero; i nostri amici ci offendono, i nostri servi ci provocano all'ira, nostra moglie ci dà fastidio, nostro figlio ci irrita, il fragore delle preoccupazioni e delle faccende temporali e mondane ci circonda da ogni parte. Ma quando siamo liberi da tutto questo, la sera, quando rimaniamo soli e nel silenzio, allora giudichiamo noi stessi, affinché con questo possiamo rendere Dio misericordioso con noi. Infatti, come il fuoco consuma e sradica rapidamente le spine, così facilmente l'anima sradica i suoi peccati, quando si analizza attentamente.

E Dio, la cui grazia è più grande dei nostri peccati, Egli, che cancella le nostre trasgressioni, perdona i nostri errori e ci rende partecipi del Regno dei cieli, per la grazia e l'amore delle persone del Signore nostro Gesù Cristo, alle quali, insieme al Padre e allo Spirito Santo l'onore è dovuto, ora e sempre! Amen.

San Giovanni Crisostomo

Omelia alla seconda domenica della Quaresima

Traduzione a cura di Padre Victor Postoronica

SINASSARIO

Il tema dell'Ortodossia caratterizza anche questa seconda domenica dei digiuni della Grande Quaresima, infatti la Chiesa commemora San Gregorio Palamas (1296-1359), monaco e vescovo di Tessalonica, che nel 1368 divenne emblema della riforma spirituale che si stava definendo nel monachesimo bizantino del XIV secolo. San Gregorio Arcivescovo di Tessalonica, detto anche Palamas, nacque a Costantinopoli. Rimase orfano di padre in tenera età, ma sotto le cure della madre completò gli studi e fu di grande aiuto alla madre e ai fratelli, che manteneva grazie alle sue

fatiche. Vedendo la vanità di questo mondo, pensò di farsi monaco, esortando la madre e i fratelli a farlo. Accogliendo con gioia la proposta, la madre portò lo schema in un convento di suore, e lui e i suoi fratelli si recarono sul Monte Athos, dove, obbedendo a un pio Nicodemo, apprese tutte le regole della vita monastica. È stato anche nella grande Lavra per un po'; ma volendo la pace, dimorò nel deserto e condusse la

vita più dura. Passando per caso Barlaam di Calabria, il quale insegnava che lo splendore della divinità è creatura, fu combattuto dal santo per quegli errori.

Allo stesso modo anche altri, che furono sinodicamente condannati per i loro insegnamenti errati. Per le sue battaglie contro gli eretici si guadagnò il grande dono del sacerdozio, occupando l'importante sede di Tessalonica e guidandola con grande dignità. Meritò di portare sul suo corpo le piaghe del Signore, come

il divino Paolo, e dopo tante sofferenze da parte dei Turchi, perché mostrò loro con coraggio gli errori di Maometto, si addormentò nel Signore all'età di 63 anni, nel 1340.

La vita dei Santi

Traduzione di Padre Victor Postoronica

PAROLA DAI PADRI

Queste furono scritte brevemente anche su Paolo, quando una luce [più splendente del sole] gli parlò, avvolgendolo come un fulmine (Atti degli Apostoli 9,3; 26,13). E coloro che salirono con il Signore sul monte videro la sua gloria «non completa, per non perdere, insieme alla vista, anche la vita». Quindi lo Spirito non solo è indiviso in coloro che sono divisi, ma unisce anche coloro che lo condividono secondo la loro forza, come potenza unificante e li eleva all'unità e alla semplicità divina del Padre, che li raduna. Così, uscendo con bontà per l'unione di coloro che sono chiamati e moltiplicandosi, lo Spirito rimane in Sé per via della Sua potenza.

Anche se questo "traboccamento, invio e avanzamento è manifestazione - "perché a ciascuno è data una manifestazione particolare dello Spirito per il bene comune" 1 Corinzi 12,7) - si può dire che lo Spirito

divide sé stesso, misurando la sua manifestazione secondo la misura di coloro che si uniscono a Lui segretamente? E se non si mostra mai nella forma perfetta, in quanto non tutti potrebbero riceverlo, ma supera infinitamente ogni manifestazione e ogni comprensione, si può dire che sia diviso e composto da qualcosa di subordinato e da qualcosa di sovraordinato? Non capisci, tu che sei sapiente in ogni cosa, che ciò che viene mostrato, o pensato, o condiviso da Dio, non è parte sua, sicché Dio soffre ogni divisione, come tu dici, ma si mostra intero e non è? mostrato, compreso e non compreso, condiviso e non condiviso?

San Gregorio Palamas

Filocalia 7

Casa editrice ISBMBOR, Bucarest, 1977, p. 380

Traduzione a cura di Padre Victor Postoronica

PAROLA DEL GIORNO

Riflessioni dei grandi Padri sulla Quaresima

"Pertanto, fin dal principio, quando Dio creò l'uomo, subito lo prese e lo consegnò nelle mani del digiuno, e gli affidò la sua salvezza come madre amorevole e migliore maestra".

"Se il digiuno era necessario nel Paradiso, lo è ancora di più fuori da esso. Se la cura era utile prima della ferita, lo è ancor di più dopo la stessa." (San Giovanni Crisostomo)

"Poiché non ho digiunato, sono caduto dal paradiso. Digiuniamo dunque adesso, per poter ritornare in esso".

"Il digiuno è un'arma contro la schiera dei demoni." (San Basilio Magno)

"Il digiuno preclude l'appetito, attraverso la preghiera purifica la mente e la prepara alla vera contemplazione." (San Massimo il Confessore)

"Dobbiamo digiunare? Naturalmente, per spegnere la nostra carne e intenerire i nostri cuori". (San Simeone il Nuovo Teologo)

"Tutto ciò che è buono e bello si realizza attraverso il digiuno." (San Gregorio Palamas)

"Il digiuno è una grande arma contro le tentazioni, poiché l'indulgenza nel cibo è l'inizio di ogni peccato." (San Teofilatto di Bulgaria)

La grande via verso ogni bene è il digiuno con discernimento, e chi non se ne prende cura, si strappa ogni bene.

Traduzione a cura di Padre Victor Postoronica

PENSIERO DEL GIORNO

*"È vero quel digiuno che è presente in tutto,
tutto purifica e tutto guarisce"*

SAN GREGORIO PALAMAS