

TEOFANE IL RECLUSO, *La vita spirituale. Lettere*,
Città Nuova, 35-38

La parte del sentimento è il cuore.

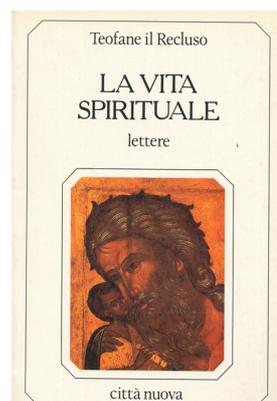
Chi non sa quale grande significato ha il cuore nella nostra vita? Nel cuore si deposita tutto ciò che entra nell'anima dall'esterno e ciò che la sua parte razionale e attiva elabora; attraverso il cuore passa tutto questo e si manifesta all'esterno attraverso l'anima. Perciò il cuore è detto il centro della vita.

La funzione del cuore è di sentire tutto ciò che tocca la nostra persona. Ed esso sente costantemente e incessantemente lo *stato dell'anima e del corpo*, e anche le *diverse impressioni* che l'anima e il corpo ricevono da loro – dagli oggetti che ci circondano e che incontriamo, dalla situazione esterna e, in genere, dallo scorrere della vita –, costringendo l'uomo a procurarsi in tutto questo ciò che è piacevole e a rifiutare ciò che è spiacevole. La salute e la malattia del corpo, la sua vitalità e la sua fiacchezza, la stanchezza e la forza, la veglia e il torpore; ciò che, inoltre, si vede, si sente, si palpa, si odora e si riflette, ciò che è stato fatto, si fa o ci si propone di fare, ciò che si è ottenuto e si ottiene, ciò che può e non può essere raggiunto, ciò che si favorisce e non si favorisce – le persone o l'avvicinarsi delle situazioni –, tutto questo si riflette nel cuore e lo eccita piacevolmente o spiacevolmente.

Se riflettiamo, ci rendiamo conto che non può star tranquillo neppure un minuto, ma è in costante agitazione, simile al barometro prima della tempesta. Ma accade anche che molte cose vi passino senza lasciare traccia, come potete constatare in quei casi in cui la prima volta ci capitava che tutto ci colpiva, ma poi, la seconda o la terza volta, non ci toccava per nulla.

Ogni azione produce sul cuore un particolare sentimento, ma – per loro distinzione – nella nostra lingua non vi sono parole. Noi esprimiamo i nostri sentimenti coi termini comuni: piacevole-spiacevole; mi piace- non mi piace, allegro-noioso; gioia-dolore; pena-piacere; pace-inquietudine; insoddisfazione-soddisfazione; paura-speranza; antipatia-simpatia. Osservatevi e troverete che nel vostro cuore vi sono gli uni e gli altri. Il compito del cuore nell'economia della nostra vita, però, non è solo quello di patire sotto le impressioni e di testimoniare sulla nostra situazione di soddisfazione o insoddisfazione; è anche quello di sostenere l'energia di tutte le forze dell'anima e del corpo. Considerate come si fa presto ciò che piace, ciò che ci sta a cuore! Quando qualcosa, invece, non ci sta a cuore, le braccia cadono e le gambe non si muovono. Perciò coloro che sanno comportarsi di fronte ad ogni azione necessaria – che, tuttavia, non piace al cuore – si affrettano a trovarvi un aspetto piacevole, conciliando con questo il cuore e sostengono in sé l'energia necessaria per l'opera. Lo zelo – la forza dinamica della volontà – proviene dal cuore. Così è nel lavoro intellettuale: l'oggetto che ci sta a cuore, si esamina più velocemente e accuratamente. I pensieri si muovono da sé e il lavoro, per quanto lungo, non è faticoso.

Non tutto piace e non tutto sta a cuore a tutti nello stesso modo, ma alcuni preferiscono una cosa, altre ne preferiscono un'altra: ognuno ha i suoi gusti. Questo dipende in parte da una notevole disposizione e di più ancora dalle prime impressioni, dalle impressioni dell'educazione e dai casi della vita. In qualunque modo, però, si siano formati i gusti, essi costringono l'uomo a costruire la sua esistenza, a circondarsi di oggetti e rapporti assecondando ciò che gli indica il suo gusto e a frequentare quegli ambienti che lo soddisfano. La soddisfazione dei gusti del cuore gli dà una dolce quiete, che costituisce anche – per ogni misura – la sua felicità. Niente lo inquieta: ecco la felicità.



Se l'uomo conservasse sempre nella parte razionale il *buonsenso* e in quella attiva il *giudizio*, incontrerebbe meno circostanze spiacevoli per il suo cuore, nella vita, e di conseguenza sarebbe più felice. Come si è detto, però, la parte razionale raramente si conserva come dovrebbe, dandosi ai sogni e alla distrazione e quella attiva devia dalla sua normale direzione, trascinata dai desideri incostanti, che hanno come origine le necessità naturali, ma che sono provocate dalle passioni. Per questo il cuore non trova quiete, e non può trovarla finché quelle parti rimangono in tale condizione. Sono le passioni a tiranneggiare più di tutto il cuore. Se non ci fossero le passioni, ci sarebbero certamente cose spiacevoli, ma esse non tormenterebbero il cuore come lo tormentano le passioni. Guardate come l'ira brucia il cuore, come lo dilania l'odio! Come lo corrode l'invidia maligna! Quante ansie e sofferenze porta con sé la vanagloria insoddisfatta o disonorata! Come pesa l'offesa, quando si soffre di alterigia! Se si guarda con attenzione, si comprende che tutte le ansie e i dolori del cuore provengono dalle passioni. Queste cattive passioni, quando sono soddisfatte danno gioia, ma brevemente; se invece non sono soddisfatte o, viceversa, incontrano ostacoli, provocano una pena prolungata e insopportabile.

In tal modo si comprende che il nostro cuore è precisamente la radice e il centro della nostra vita. Esso, facendoci conoscere la buona o la cattiva condizione dell'uomo, spinge all'azione le altre forze e, vigilando sulla loro attività, le porta nuovamente a rafforzare o ad indebolire quel sentimento che determina la condizione dell'uomo. Sembrerebbe giusto affidargli il pieno potere sulla direzione della nostra vita, come accade a molti – cioè a molti interamente – e a tutti gli altri parzialmente. Potrebbe sembrare – ed essere – così, che, in natura, questo fosse il compito del cuore, ma poi sono penetrate le passioni e hanno annebbiato tutto. A causa loro la nostra condizione si mostra erroneamente al cuore, e le sensazioni non sono come dovrebbero essere; i giusti si deformano e l'insorgere di altre forze non si volge nella direzione giusta. Perciò ora la legge tiene il cuore in mano e sottomette i sentimenti, i gusti e le inclinazioni alla sua severa critica. Chi si libera dalle passioni, dia la volontà al cuore, ma finché le passioni avranno forza, consegnare la volontà al cuore significa cedere ad ogni passo falso. Peggio di tutti si comportano quelli che pongono come scopo della vita le dolcezze del cuore e il piacere – come essi dicono – della vita; poiché le dolcezze e i piaceri carnali e sensibili si fanno sentire più forte, queste persone cadono in una sempre più volgare sensibilità e scendono sotto il livello che divide l'uomo dalle altre creature viventi. Eccovi, dunque, l'anima e la vita dell'ama considerate sotto tutti i loro aspetti! Vi ho voluto indicare come dovrebbe essere in natura ogni suo aspetto e come non dovrebbe essere. E – non per ammonirvi – vedo che siete preparata a seguire il primo esempio e a rigettare il secondo.

Signore benedici!