

Giovanni Cassiano

Conferenza X

LA PREGHIERA CONTINUA

Per questo voi avete richiamato con tutta convenienza la formazione alla preghiera in rapporto all'istruzione dedicata ai fanciulli: essi infatti non possono apprendere in altro modo la prima cognizione degli elementi relativi alla lettura, e neppure a ripeterne, scrivendo, i lineamenti, come pure a riscriverne i caratteri con mano sicura, se prima non si abituano a osservare con considerazione continuata e quotidiana imitazione la loro figura nei prototipi e nei segni già impressi diligentemente della cera; al modo stesso è necessario comunicare a voi il modulo della dottrina spirituale, al quale, dirigendo in continuità e assai tenacemente il vostro sguardo, imparate a coltivarla salutarmente con ininterrotta prosecuzione, e così possiate, con quel ricorso e con la sua meditazione, risalire a visioni ancora più elevate. **Per voi dunque sarà proposta come formula di questa disciplina e di questa preghiera, da voi richiesta, quella che ogni monaco, allo scopo di tendere al continuo ricordo di Dio, deve abituarsi a coltivare con una continua ripresa da parte del cuore e dopo avere espulsa la varietà di tutti gli altri pensieri, poiché egli non potrà applicarvisi in altro modo, se prima non si sarà liberato da tutte le preoccupazioni e sollecitudini corporali.**

Tale esperienza, come a noi è stata trasmessa da quei pochi che, tra gli antichissimi padri sono sopravvissuti, così pure da noi essa non viene proposta, se non a pochissimi, realmente sitibondi di accoglierla.

Pertanto sarà da noi suggerita a voi, conseguentemente, **questa formula di vera pietà, allo scopo di raggiungere un continuo ricordo di Dio:**

"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"

Di fatto, questo breve versetto, non senza motivo, è stato particolarmente ripreso da tutto il complesso della Scrittura. Essa riflette tutti i sentimenti, di cui può essere capace la natura umana, e si adatta con sufficiente proprietà e convenienza ad ogni stato e a tutte le tentazioni. E in realtà questo versetto contiene l'invocazione a Dio di fronte a tutte le difficoltà, contiene l'umiltà d'una pia confessione, contiene la vigilanza in vista d'ogni sollecitudine e timore, la fiducia d'essere esauditi, la confidenza d'un aiuto sempre presente e disponibile. E di fatto, chi sempre invoca il proprio protettore, è sicuro che quello è sempre presente. **Questo versetto contiene l'ardore dell'amore e della carità**, ha la visione delle insidie e la paura dei nemici, dai quali l'anima, osservando se stessa, ammette giorno e notte di non poter essere liberata senza l'aiuto del proprio protettore. Questo versetto è un muro inespugnabile, una corazza impenetrabile e uno scudo ben sicuro per tutti coloro che sostengono gli attacchi dei demoni. Esso non ammette che disperino dei rimedi per la loro salvezza coloro che vengono a trovarsi in preda all'accidia, all'ansietà dell'animo e alla tristezza, o comunque depressi, poiché dichiara che colui che viene invocato osserva costantemente le nostre lotte e non è lontano da chi lo invoca. Questo versetto ci ammonisce a non doverci insuperbire troppo per i successi del nostro spirito e per la letizia del nostro cuore, e a non gonfiarci nei momenti della prosperità, visto che non è possibile, com'esso attesta, perseverare in quello stato senza la protezione di Dio, dato che esso non è soltanto un'espressione di continua preghiera, ma anche una supplica per essere aiutati al più presto. **Questo versetto, ripeto, risulta necessario e utile per chiunque di noi venga a trovarsi in qualsiasi occorrenza.** E in realtà chi desidera d'essere aiutato sempre e in ogni caso, dichiara che non solo ha bisogno di un coadiutore nei casi duri e tristi, ma anche, e in ogni modo, in quelli favorevoli e lieti, sicché, come desidera di essere

salvato da quelli, così pure brama di perseverare in questi, ben sapendo che in un caso come nell'altro non potrebbe persistere senza l'intervento del suo protettore. Mi sento preso dalla passione della gola al punto di cercare i cibi ignorati nel deserto, e in questa squallida solitudine mi raggiungono i profumi delle mense regali, ed io mi accorgo di venire trascinato dalla loro voglia pur contro la mia volontà risoluta, ebbene, proprio allora occorre che io dica: **"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Sono indotto ad anticipare l'ora della refezione prescritta, oppure debbo sforzarmi a mantenere la misura della giusta e solita parcità, ebbene, anche allora, io devo esclamare, gemendo: **"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

La stanchezza dello stomaco, come pure la secchezza costrittiva dell'intestino tenderebbero a distogliermi da digiuni alquanto stretti, pur dovendo io attenermi ad essi, a causa degli assalti della carne; e allora, affinché il buon effetto venga attribuito ai miei desideri ed anche, con certezza, affinché gli ardori della concupiscenza carnale si acquietino senza ricorrere all'intervento di digiuni più rigorosi, io dovrò pregare così: **"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Apprestandomi alla refezione, allorché s'avvicina l'ora stabilita, sento ripugnanza per il pane e provo disgusto per ogni cibo suggerito dal bisogno della natura; è allora che mi conviene pregare, gemendo: **"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Anche quando vorrei insistere nella lettura allo scopo di assicurare la stabilità del cuore, ecco subito intervenire a proibirmelo il mal di capo, così come all'ora terza il sonno mi fa piegare la testa sulle sacre pagine, tanto da essere indotto a superare

e a prevenire il tempo destinato al riposo, infine l'assalto impietoso del sonno mi costringe a interrompere la funzione canonica fissata per la sinassi e la recita dei salmi, ecco allora il bisogno di pregare così: **"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Ma può anche accadere che, sparito il sonno dai miei occhi, io veda me stesso, in molte notti, affaticato da diaboliche insonnie, e scorga escluso dalle mie palpebre ogni mistero arrecato dalla quiete notturna; occorre allora pregare, così sospirando: **"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Nell'età, in cui ancora mi trovo con la lotta sostenuta contro i vizi, ecco d'improvviso assalirmi la pressione della carne, la quale, mentre sono assopito nel sonno, mi spinge al consenso col suo blando compiacimento, e allora, per evitare che quell'ardore intacchi i fiori olezzanti della castità, occorre che io preghi fino a gridare: **"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Avverto estinti in me gli incentivi della libidine e già soffocato dalle mie membra l'ardore della carne; allora, affinché questa virtù così affiorata, o meglio, affinché la grazia di Dio duri in me a lungo o addirittura perseveri sempre, dovrò pregare intensamente proprio così: **"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Ed ecco sentirmi sorpreso dagli stimoli dell'ira, dell'avidità, della tristezza, fino ad essere indotto a vincere la mia decisa favorevole discrezione; allora, per non essere condotto fino all'amarezza del fiele dall'incursione dell'eccitazione, dovrò

così pregare con alti gemiti: **"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Ed eccomi assalito dall'introdursi, in me, del disgusto, della vanagloria e dell'orgoglio; il mio animo risulta suggestionato in qualche modo da sottili insinuazioni, dettate dalla negligenza e dal torpore degli altri; allora, affinché in me non prevalga una tale dannosa suggestione provocata dal demonio, dovrò pregare così con tutta la contrizione del cuore: **"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Una volta represso il tumore della mia superbia, ho ottenuto la grazia dell'umiltà e della semplicità con il soccorso di una continua compunzione dello spirito, ma allora, "affinché di nuovo non mi raggiunga il piede dell'orgoglio e non mi rimuova la mano del peccatore", e così io non resti nuovamente e più gravemente provocato dalla mia vittoria a causa dell'orgoglio, con tutta la mia forza così pregherò: **"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Mi sento agitato da strane e innumerevoli divagazioni dell'animo e dall'instabilità del cuore, e nemmeno riesco a dominare la dispersione dei miei pensieri; non ce la faccio a esprimere le mie orazioni senza l'interruzione dovuta all'apparizione di vuote fantasie e senza l'inserirsi del ricordo delle mie parole e delle mie azioni, e così io finisco per sentirmi gravato dall'aridità di una tale sterilità al punto da convincermi di non essere più in grado di produrre qualche effetto sicuro di valore spirituale, allora, per poter meritare di essere liberato da questo squallore del mio animo, visto che non mi sarebbe possibile sollevarmi da tale stato con molti gemiti e sospiri, necessariamente esclamerò: **"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Mi rendo conto d'essermi assicurata nuovamente la direzione della mia anima, la stabilità dei miei pensieri, la snellezza del mio cuore, unitamente a una gioia ineffabile e al trasporto del mio spirito, e tutto questo come frutto della visita dello Spirito Santo; in più, dall'esuberanza dei pensieri spirituali e per una illuminazione pressoché repentina del Signore, ho avvertito in me la sovrabbondanza della rivelazione di concezioni, in precedenza per me del tutto occulte, allora, affinché io meriti di perseverare a lungo in questo stato, sento il dovere di esclamare sollecitamente e frequentemente: **"O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Mi sento agitato di notte, perché sono assediato dal terrore proveniente dai demoni, e mi trovo nell'inquietudine per l'apparizione di fantasmi ad opera degli spiriti immondi; mi vedo sottratta la speranza stessa della mia salvezza e della mia vita per l'orrore prodotto in me dalla trepidazione, **allora mi rifugio nel porto salutare di quel versetto ed esclamo con tutta la mia forza: "O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Ed ecco di nuovo, allorché mi sento come rianimato dalla consolazione del Signore, e come ravvivato per la sua venuta, mi pare di ritrovarmi come circondato da migliaia di angeli senza numero; avviene allora che di quegli spiriti maligni, dei quali in precedenza io temevo la presenza più gravemente della morte stessa, e il cui contatto, anzi, la sola vicinanza mi riempiva d'orrore l'anima e il corpo, improvvisamente **oso adesso richiamarli e provarli perché mi assalgano, ma perché perseveri a lungo in me il vigore di una tale costanza per la grazia del Signore, mi è doveroso esclamare con tutte le forze: "O Dio, vieni in mio aiuto; Signore, vieni presto ad aiutarmi"**.

Ne segue quindi che noi dobbiamo continuamente elevare la preghiera di questo versetto nelle circostanze avverse per esserne liberati, e nelle circostanze propizie

per essere conservati e per non inorgoglierci. Lo ripeto, la meditazione di questo versetto si svolga senza tregua nella tua anima. Non desistere mai di richiamarla in qualunque momento della tua attività, nell'operare come nel camminare. Procura di meditarla quando dormi, quando riposi, e perfino quando ti occupi per attendere alle più importanti necessità della vita. Questa riflessione del cuore, divenuta per te un procedimento salutare, ti conserverà illeso non soltanto da ogni incursione diabolica, ma, in più, purificandoti da tutti i vizi propri del contagio terreno, ti condurrà alle visioni invisibili e celesti, e ti promuoverà a un ardore di orazione ineffabile e riservata a pochi. Per chi medita questo versetto, irrompe il sonno, ma, una volta ammaestrato da un tale incessante esercizio, egli si abituerà a ripeterselo anche durante il sonno. E quando poi tu ti alzi, esso ti si presenterà per primo; esso, quando tu ricominci la tua giornata, prederà tutti i tuoi pensieri; esso, nell'alzarti dal letto, ti indurrà a inginocchiarti, e così ti disporrà a riprendere tutte le tue occupazioni; esso ti accompagnerà in ogni momento. Voi dunque mediterete quelle parole, conformandovi al precetto del legislatore (Mosè): "Quando stai seduto in casa tua e quando camminerai per via", come pure quando dormirai e quando ti alzerai. Tu lo scriverai sul limite e sulle pareti della tua bocca, e le inciderai sulle pareti di casa tua e nei penetrali del tuo cuore, in modo che, disponendoti alla preghiera, esse ti siano come un tema ricorrente, e, alla fine della tua orazione, nell'accingerti a tutte le necessarie attività della vita, una sicura e continua preghiera.

La preghiera perfetta, alla quale si giunge attraverso l'insegnamento dettato in precedenza

L'anima, pertanto, mantenga senza tregua la formula di quella preghiera, finché, con la sua incessante utilizzazione e la continua meditazione, ricacci l'abbondanza di tutti i pensieri e il loro contenuto, fino ad annullarli, e così l'anima, rifugiatasi

nei limiti di quel versetto, con ben disposta facilità pervenga a quella beatitudine evangelica, la quale, tra le altre beatitudini, tiene il primo posto. Così infatti è detto: 'Beati i poveri in spirito, perché di essi è il regno dei cieli'. E così chiunque sarà divenuto un illustre povero per effetto di quella povertà, potrà avverare quella parola del profeta: **"Il povero e l'indigente loderanno il nome del Signore"**. E in realtà, quale povertà potrebbe essere più grande e più santa di quella di colui il quale, essendo convinto di non possedere né sussidi né forze, chiede aiuto ogni giorno alla generosità degli altri e, in più, persuaso com'egli è che la sua vita e tutto il suo essere viene sostenuto in ogni momento dall'aiuto divino, confessa giustamente di essere un vero mendico del Signore al punto di esclamare ogni giorno, rivolto a Lui: "Io sono un mendicante e un povero: di me ha cura il Signore?". **Avverrà così che egli, risalendo fino alla multiforme scienza di Dio per l'illuminazione stessa da Lui ispirata, incomincerà a saziarsi dei misteri più alti e più profondi, secondo quanto è annunciato dal profeta: "I monti sono per i cervi e le rocce sono un rifugio per gli iràci". Questo testo s'adatta con proprietà al senso già da noi indicato, in quanto chiunque, perseverando nella sua semplicità e innocenza, non è dannoso e molesto a nessuno;** al contrario, soddisfatto unicamente, com'egli è, della propria semplicità, desidera soltanto difendersi dall'audacia degli spiriti insidiatori; divenuto simile all'iràcide, ne esce protetto dal costante riparo della roccia evangelica, ed è come dire che egli, forte per il ricordo della passione del Signore e per la meditazione assidua del versetto già richiamato, affronta vittoriosamente il nemico che lo assale. Di questi iràci spirituali si trova un accenno anche nei *Proverbi*: "Gli iràci, popolo imbelle, che ha costruito sulle rupi le proprie case". E in realtà, che cosa v'è di più debole d'un cristiano, più infermo d'un monaco, al quale non solo mancano i mezzi per vendicare le ingiurie ricevute, ma nemmeno gli è concesso di concepire, sia pure internamente, una pur leggera e tacita reazione? Ognuno, del resto, movendo da questo stato, non solo possiede la semplicità dell'innocenza, ma, fortificatosi con la virtù della discrezione, è divenuto uno sterminatore di serpenti velenosi fino a

tenersi il vinto Satana sotto i propri piedi, e allora, giunto a rappresentare la figura di un cervo razionale in virtù dell'alacrità della propria mente, egli potrà pascersi sui monti dei profeti e degli apostoli, ed è come dire che egli si pascerà dei loro eccelsi e sublimissimi insegnamenti. Egli dunque, alimentato da un tale costante nutrimento, comincerà a raccogliere in se stesso tutti i sentimenti contenuti nei *Salmi* e li riesprimerà in modo da enunciarli, non come composti dal profeta, ma quasi come prodotti da lui stesso al modo di una preghiera tutta propria, nata dalla profonda compunzione del cuore, e così egli crederà che i salmi siano stati creati in vista della sua persona, fino a convincersi che le loro sentenze non furono formulate in passato unicamente per mezzo del profeta e in vista del profeta, ma che esse vengano di volta in volta, ogni giorno, ricreate e realizzate in lui. **E allora che le Scritture divine ci appaiono con maggiore chiarezza e, in un certo qual modo, ci aprono le loro vene e le loro viscere,** appunto quando la nostra esperienza personale non solo avverte, ma ne previene la conoscenza, e così noi finiremo per intuire non solo il senso delle parole con l'aiuto di qualche esposizione, ma come il frutto di un esercizio del tutto soggettivo. E di fatto, accogliendo in noi gli stessi sentimenti, con i quali è stato cantato e composto ogni *Salmo*, quasi ne fossimo noi stessi gli autori, finiremo per prevenire il pensiero anziché seguirlo, ed è quanto dire che noi, accogliendo il frutto delle parole prima ancora di afferrarne il senso, ricorderemo, in certo qual modo, quanto già si è compiuto in noi e si sta compiendo a causa degli assalti d'ogni giorno, e questo accade per il sopravvenire del loro ricordo; rammenteremo quello che ci ha causato la nostra negligenza, quello che ci ha apportato la divina Provvidenza e quello che ci ha sottratto l'istigazione del nemico, quello che una lubrica e sottile dimenticanza ci ha impedito e quello che la fragilità umana ci ha arrecato, come pure quello in cui la leggerezza della nostra ignoranza ci ha ingannato. E in realtà noi sorprendiamo nei *Salmi* proprio questi stessi sentimenti in modo che, osservandoli come se avessimo di fronte a noi uno specchio purissimo, possiamo così riconoscerli con più efficacia; ne segue allora che noi, ammaestrati da tali

sentimenti, finiamo come per toccarli con mano, non come cose udite, quanto piuttosto come vedute direttamente; non come cose affidate alla memoria, quanto piuttosto come insinuate in noi dalla realtà della nostra natura, come generate dall'interno del nostro cuore, sicché noi potremo penetrare il loro senso, non derivandolo dalla lettura del testo, ma dalla nostra esperienza vissuta. E così l'anima nostra riuscirà a raggiungere quella incorruttibilità di preghiera, fino alla quale nella passata conferenza siamo ascesi, per quanto il Signore si è degnato di concederci nella disposizione dei nostri argomenti. **Questa preghiera non solo non è offuscata dalla presenza di qualche immagine, ma non è distratta neppure dal succedersi di qualche voce e d'alcuna parola; al contrario, essa, infervorata dall'attenzione della mente, per effetto dell'impeto del cuore si slancia con l'inesplicabile alacrità dello spirito, e così la mente nostra, trasferita al di sopra di tutti i sensi e della materia sensibile, si eleva fino a Dio con gemiti e sospiri inesprimibili».**

Domanda: in che modo i pensieri spirituali possono essere conservati senza mutarsi?

GERMANO: «Noi dichiariamo ora che non solo è stata a noi esposta la scienza della disciplina spirituale, quale era stata da noi richiesta, ma, in più, chiaramente e lucidamente è stata richiamata la sua stessa perfezione. Che cosa infatti può esservi di più perfetto e di più sublime quanto l'abbracciare il ricordo di Dio con una riflessione così compendiosa, e il distogliersi da tutte le tendenze alle cose visibili, e, in un certo qual modo, racchiudere in una breve espressione gli affetti di tutte le preghiere? E allora noi ti preghiamo di esporci questa sola cosa che ancora ci manca, come cioè ci sia possibile conservare stabilmente quello stesso versetto, da te presentatoci come una formula, affinché, come per la grazia di Dio ci siamo liberati dalle inezie dei pensieri secolari, così pure impariamo a conservare immutabilmente i pensieri spirituali.

La mobilità dei pensieri

E di fatto, non appena la nostra mente ha richiamato un versetto di qualche *Salmo*, insensibilmente essa, trascurato quello e come stupita, viene attratta da un altro testo delle Scritture. Poi, non appena ha cominciato a meditare fra se stessa su quel passo, ecco sorgere il ricordo di un altro passo che elimina la riflessione sul testo precedente. Avviene così che la mente si trasferisce da una a un'altra riflessione così subentrata, in modo che l'animo, volteggiandosi in continuità da un salmo a un altro, da un testo del vangelo a un testo dell'Apostolo, e, da questo, trasbordata a un testo dei profeti, e, non bastando, perfino a certi racconti spirituali, si raggira qua e là per tutto il corpo delle Scritture, senza riuscire con la propria volontà a respingere o a trattenere e nemmeno a definire con pieno esame e giudizio qualche testo, riducendosi così unicamente come a uno che palpa e degusta i sensi spirituali senza rigenerarli e possederli. Ne segue allora che la mente, mobile e vaga com'essa è, si distrae, errando di qua e di là perfino nel tempo della sinassi, e così non compie bene, come dovrebbe, nessun ufficio: per esempio, allorché essa prega, volge l'attenzione a un *Salmo* o a qualche lettura già fatta. Quando la funzione comporta il canto, essa medita qualche altra cosa diversa dal testo di quel salmo. Quando fa la lettura, essa si volge a quello che intende compiere o ricorda quello che ha già compiuto. In questo modo, nulla accogliendo e nulla rifiutando come comporta la disciplina e l'opportunità, essa sembra divenuta vittima di combinazioni fortuite, senza alcuna possibilità di trattenere quello di cui si diletta e, tanto meno, di indugiarsi. Ne risulta, per noi, come una necessità di conoscere soprattutto in che modo possiamo compiere a dovere questi uffici spirituali e, in particolare, in che modo custodire quel versetto del *Salmo*, da te a noi assegnato come una formula di preghiera, affinché l'inizio e il termine di tutti i nostri sentimenti non divaghino in preda alla loro mobilità, ma restino assicurati al nostro volere».

In che modo è possibile raggiungere la stabilità del cuore e dei pensieri

ISACCO: «Sebbene in precedenza, nell'esaminare lo stato della preghiera, io abbia già risposto sufficientemente, almeno per quanto a me risulta, a questa questione, dietro il vostro ripetuto desiderio, io parlerò ancora, sia pur brevemente, intorno alla stabilità del cuore. **Tre sono i mezzi che rendono stabile la mente dissipata: la veglia, la meditazione e la preghiera;** l'assiduità di questi mezzi e la loro intensità conferiscono all'anima una stabile fermezza. La quale fermezza in nessun altro modo potrà essere assicurata, se prima non saranno escluse interamente tutte le sollecitudini e premure della vita presente con un'infaticabile e continua dedizione al lavoro, affrontato non a scopo di lucro, ma per sovvenire alle sacre necessità del monastero, in modo da poter adempiere il precetto dell'Apostolo: **"Pregate incessantemente"**. **E in realtà prega assai poco chiunque è solito pregare solamente nel tempo in cui i suoi ginocchi sono piegati a terra. E non prega affatto chiunque, anche tenendo le ginocchia a terra, si lascia distrarre con le divagazioni del proprio cuore.** Pertanto, quali noi vogliamo essere trovati nel momento della preghiera tali dobbiamo essere prima di disporci a pregare. **É infatti necessario che, nel momento della preghiera, la mente si trovi nello stato in cui si trovava in precedenza: ne segue allora che essa, disponendosi a pregare, o si eleverà alle sublimità del cielo, oppure sarà trascinata alle cose della terra, vale a dire rimarrà in preda ai pensieri, in cui essa prima s'era trattenuta».**

Fin qui l'abate Isacco espose a noi, del tutto attenti, la seconda conferenza intorno alla natura della preghiera. La sua dottrina però intorno al versetto del *Salmo* sopra citato, quello che l'abate aveva detto che doveva essere ben conservato dagli

esordienti, pur essendo da noi ammirato al punto da desiderare tenacemente di metterla in pratica, poiché la ritenevamo compendiosa e facile, in realtà la trovammo ben più difficile nel tradurla in atto di quanto lo fosse la pratica, con la quale in precedenza eravamo soliti scorrere per tutto il corpo delle Scritture con varie riflessioni e senza alcun impegno di particolari riferimenti.

Risulta dunque che nessuno viene escluso dal raggiungere la perfezione del cuore a causa della sua imperizia in fatto di cultura, come pure risulta che la rozzezza di una persona non è di impedimento alla purezza del cuore e dell'anima, la quale, anche in modo superlativo, è accessibile a tutti, purché tutti si assicurino il sano e integro proposito della mente, inteso a raggiungere Dio con la meditazione continuata di quel semplice versetto della Scrittura.