

APPUNTI di VIAGGIO

Note di ricerca spirituale



173



NOVITÀ IN LIBRERIA

I CINQUE SENSI

PER UNA MISTICA DELLA CARNE

di Paolo Scquizzato

Parte esperienziale a cura di
ANTONELLA SELVAGGI

*Edizioni
Appunti di Viaggio*

SHALOM

- # *La paternità spirituale*
- # *Cronaca di uno strano viaggio*

TORNARE A CASA

- # *Il prete e l'insalata*
- # *Con la valigia della carità*
- # *Il cavallo più veloce che porta alla perfezione è la sofferenza*

- # *Ahimsā, o la via della non-violenza*
- # *Per una pratica felice e duratura*

CORSI DI MEDITAZIONE E PREGHIERA

IL CATALOGO

Anno XXXII

LA MAPPA

9 | LA PATERNITÀ SPIRITUALE

«Il padre spirituale era l'uomo che, pieno dello Spirito Santo, comunicava la vita dello Spirito, generava figli secondo lo Spirito. [...] Evidentemente, come i monaci, anche le monache potevano possedere lo Spirito. Colei che lo possedeva riceveva il nome di "amma" o "madre", che corrisponde al titolo maschile di "abba".

19 | CRONACA DI UNO STRANO VIAGGIO

Tutto succede all'improvviso. Ricevo notizia al telefono che una mia amica, prossima a partire per la Sicilia, è costretta ad andare da sola, perché la persona con la quale aveva deciso di condividere il viaggio, all'ultimo momento non è potuta andare. Di getto, così, al telefono, mi offro di sostituirla in preda a una specie di insulsa preoccupazione. Insulsa preoccupazione, perché la mia amica viaggia, come lei stessa ha scritto in un suo libro, "fin dalle fasce"; nel suo percorso di vita ha incarnato questa metafora stupenda della vita, il viaggio.

32 | IL CAVALLO PIÙ VELOCE CHE PORTA ALLA PERFEZIONE È LA SOFFERENZA

La divinizzazione dell'uomo è sempre stata la più bella e la più difficile delle realtà presenti in questo mondo. Diventa però più accessibile, se così si può dire, a certe condizioni, di cui due sono imprescindibili: basi umane, psicologiche e morali sane, e la conoscenza stessa dei possibili sviluppi che possono prendere l'avvio da quelle basi. Nessuno si prepara a scalare montagne se, vivendo in alto mare, non ha mai sentito neanche parlare dei monti. E la sofferenza può far parte di queste montagne da scalare a patto di essere inserita in un tessuto vitale di progressiva *cristificazione*.

29 | CON LA VALIGIA DELLA CARITÀ

«Madre Teresa non ha un volto molto bello, ma ha gli occhi più felici che abbia mai incontrato. Neanche gli occhi delle regine o delle attrici più famose sono così felici. Perché?», dissi alla madre. «Il segreto è tanto semplice», rispose. «I miei occhi sono felici, perché le mie mani asciugano tante lacrime. Faccia così anche lei: le assicuro che troverà tanta gioia e le brillerà negli occhi».

36 | AHIMSÀ, O LA VIA DELLA NON-VIOLENZA



Mahatma-Gandhi

[1] La non-violenza è la forza più grande di cui disponga l'umanità. È più potente della più potente arma di distruzione escogitata dall'ingegnosità dell'uomo. La distruzione non è la legge degli uomini. L'uomo vive liberamente in quanto è pronto a morire, se necessario, per mano di suo fratello, mai a ucciderlo. Qualsiasi assassinio o altra lesione, commessa o inflitta a un altro, non importa per quale ragione, è un crimine contro l'umanità.

44 | PER UNA PRATICA FELICE E DURATURA

«*Imparare a guardare le persone con gli occhi della compassione*»

– che bello! Quando le guardate in questo modo le persone si sentono felici: le guardate con gli occhi della compassione e non con gli occhi della rabbia e questo rende felici sia loro che voi. È pura pratica, non c'è niente di teorico. E vedete che questo è un modo *sano* di vivere, che è un bel modo di vivere; vi rendete conto che è un modo di vivere buono. Il giovane che ero era molto attratto da quegli insegnamenti e da questa pratica.

SOMMARIO

AV173 | set./ott. 2022 | anno XXXII

Articoli

9 *LA PATERNITA' SPIRITUALE*
MIGUEL ÁNGEL FIORITO S.I.

19 *CRONACA DI UNO STRANO VIAGGIO*
PATRIZIA RASPANTI

TORNARE A CASA

27 *Il prete e l'insalata*
DON STEFANO MELONI

29 *Con la valigia della carità*
CARD. ANGELO COMASTRI

32 *Il cavallo più veloce che porta alla perfezione è la sofferenza*
FRANCO CAFAZZO

36 *AHIMSĀ, O LA VIA DELLA NON-VIOLENZA*
MAHATMA GANDHI

44 *PER UNA PRATICA FELICE E DURATURA*
THICH NHAT HANH

Rubriche

5 *Shalom*
PASQUALE CHIARO

NOVITÀ IN LIBRERIA

56 *I CINQUE SENSI*
PER UNA MISTICA DELLA CARNE
PAOLO SCQUIZZATO
Edizioni
Appunti di Viaggio
pp. 202 - 22 €

61 *Corsi di meditazione e di preghiera*

63 *Il Catalogo*



2022 © Appunti di Viaggio

Reg. Trib. di Roma n. 365 del 10/06/91
Iscritto al nuovo ROC con il n. 28187

Direttore responsabile:
Pasquale Chiaro

Consiglio di Redazione:
R. Boldrini; P. Chiaro; A. De Luca; A. Schnöller; A. Tronti

Sede legale e Redazione:
via Eugenio Barsanti 24, Roma [00146]; Tel. 06/4782.5030
laparola@appuntidiviaggio.it
www.appuntidiviaggio.it
Orario di Redazione: 10-13, dal Lunedì al Venerdì

Stampato nel mese di settembre 2022 - Tiratura 500 copie
Stampa: Tipografia Digital Book srl, via Karl Marx 9
06012 Cerbara - Città di Castello (PG)

Anno Settembre 2022-Agosto 2023 (dal n. 173):
Abbonamento *ordinario* € 50,00, *amici* 70,00, *sostenitori* 100,00;
paesi europei 90,00, *extra-europei* 100,00; *digitale* 30,00

Per accreditare APPUNTI DI VIAGGIO
Conto corrente postale: n. 61287009
Conto bancario: IBAN IT26X 03268 03201 052846648900
Prezzo di questo numero € 10,00

Seguici su
facebook: [@edizioniappuntidiviaggio](https://www.facebook.com/edizioniappuntidiviaggio)
instagram: [@edappuntidiviaggio](https://www.instagram.com/edappuntidiviaggio)

Il simbolo di Appunti di Viaggio, riportato in copertina,
è opera di Giorgio Tramontini e si intitola *Ali dello Spirito*

SHALOM



Carissimi amici e compagni di viaggio,

eccoci di nuovo insieme. È passata un'altra estate, e la morte (nostra) è un pochino più vicina, e dunque dobbiamo vivere con molta attenzione. Spero comunque che vi siate riposati, e abbiate fatto delle cose interessanti che vi abbiano aiutato a crescere. Per quanto mi riguarda, sono riuscito a passare una settimana come il mio cuore desiderava da tanto tempo, ovvero sottoforma di un ritiro personale, con molto spazio per la preghiera e la meditazione, oltre al riposo. Non dico il nome del posto dove sono stato, perché potrebbe diventare il mio luogo segreto, ovvero il mio luogo del cuore e devo conoscerlo solo io.

Di speciale, oltre alla tranquillità e alla possibilità di meditare, questo posto ha anche una bella chiesa, dove si celebra quotidianamente la messa e, cosa gradita, mi ha offerto la possibilità di recitare il rosario comunitariamente e praticare ogni giorno l'adorazione eucaristica, opportunità che è molto difficile da trovare in giro.

Riguardo alla "morte" – non è una parola che ho usata a caso –, nelle scorse settimane è morto mio cognato, che aveva un solo anno più di me, e la settimana scorsa il papà di un amico di mio figlio che conoscevo da molti anni. *Qui si muore*: la morte bussa alla porta. Suggestisco quindi a chi mi legge di prepararsi, di vivere con attenzione e cercare di mantenersi in "grazia di Dio", accettando che sorella morte ci accompagni dovunque andiamo, e che ci tenga per mano. Quello che invece non possiamo accettare è che la morte ci venga data da terzi, persone singole o stati che, per avidità, con la forza e la prepotenza entrano nelle nostre case e nei nostri "paesi" e dicano che, d'ora in poi, ciò che è nostro – che è anche frutto dei nostri sacrifici, del nostro lavoro – appartiene a loro, e che noi non abbiamo più diritti su di esso, né la libertà per decidere della nostra vita, ma dobbiamo fare ciò che dicono loro. Ecco, questo comportamento è

frutto di una grande ignoranza, ovvero di una mancanza di conoscenza, e dell'incapacità di comprendere il senso e le leggi più elementari della vita spirituale, in altri termini: è male in azione. Come ci si può difendere?

Ho già detto che è necessario sviluppare un nuovo livello di coscienza che ci porti a sperimentare e affrontare, in modo diverso, la violenza per difendere noi stessi, i nostri cari e le nostre cose. Occorrono cioè percorsi e pratiche non violente che, per avere efficacia, devono però nascere dall'amore, anche per i nemici, e da scelte radicali come la disponibilità a sacrificare la propria vita piuttosto che rispondere alla violenza con la violenza. Per capire meglio come praticare concretamente questo percorso non violento, con questo numero della rivista iniziamo a pubblicare un testo del *Mahatma* Gandhi, la grande Anima dell'India, "Ahimsa, o la via della non-violenza".

Dunque, abbiamo parlato di "amore per i nemici", ma l'amore è comunque la legge fondamentale su cui si regge l'intero universo: Dio è amore, e di sé impregna ogni cosa. Chi è immerso nell'amore è immerso in Dio. In relazione all'amore, su questo numero riportiamo due esperienze personali avute con Madre Teresa di Calcutta, la santa dell'amore, raccontate da Stefano Meloni, *Parroco di San Gregorio Magno alla Magliana* (Roma), e dal Cardinal Angelo Comastri, che potete vedere ogni sera recitare il Rosario su Tv2000. Sono di grande insegnamento.

Naturalmente, questo di Madre Teresa, è l'insegnamento di una "maestra" dello spirito, una Ammà, come veniva chiamata dai padri del deserto. Ci sono Abbà e Ammà, ovvero "maestri" e "maestre". Il primo articolo che proponiamo sulla rivista, tratta appunto di questo argomento, ed è opera di Miguel Ángel Fiorito S.I., maestro del Papa.

Il secondo articolo che trovate su questo numero, è poi opera di Patrizia Raspanti, e lo avevamo già pubblicato sul libro *Parole dell'anima* [1], del 2015, che è una raccolta di scritti in occasione di un concorso letterario spirituale, nel quale Patrizia si classificò seconda. È il "diario di un pellegrinaggio reale e spirituale, un viaggio verso il prossimo e verso sé stessi più che verso un luogo sacro". Un viaggio in Sicilia fatto realmente da Patrizia, insieme a Giovanna Negrotto Cambiaso che poi avrebbe fondato una *Fraternità pellegrina contemplativa* la cui spiritualità è improntata allo stile di Charles De Foucauld. Molto bello.

Questi sono gli articoli più importanti che trovate su questo numero. In questo momento che scrivo non so se ce ne saranno altri, perché la rivista non è ancora chiusa: se però ce ne fossero altri, è chiaro che saranno tutti molto nutrienti, come quelli che vi ho descritto finora.

Oltre agli articoli citati pubblichiamo la presentazione di un libro di Paolo Scquizzato, dal titolo *I cinque sensi. Per una mistica della carne*, per le Edizioni Appunti di Viaggio, che affronta un tema, la *carne* e il *corpo* nel *cammino spirituale*, in genere “trascurato” dalla Chiesa Cattolica.

Vi comunico, inoltre, che il 4 dicembre prossimo, dalle monache Camaldolesi del Monastero di Sant’Antonio Abate all’Aventino, a Roma, ci sarà la “festa” di Appunti di Viaggio. Sono molti anni che non la organizzavo, anche se qualche anno fa era stata riproposta da Antonia Tronti e Roberto Boldrini, ma fuori Roma. Ho pensato di rifarla perché è un pochino il simbolo di *Appunti di Viaggio*, il che significa che finché si tiene la *festa*, *Appunti di Viaggio* è vivo, continua il suo cammino e, comunque, ci permette di fare il punto della situazione. Trovate la *Locandina* della festa nella pagina successiva.

Ecco, questo è il primo numero del nuovo anno, e dunque va rinnovato l’abbonamento, con il bollettino postale allegato, o magari con il bonifico bancario, per il quale trovate l’IBAN nel *colophon* della rivista. Gli importi sono i seguenti: 50 € ordinario, 70 € amici, 100 € sostenitori, 90 € paesi europei, 100 € paesi extra europei, 30 € digitale.

Mi sembra di aver detto tutto, e dunque vi saluto con affetto e vi abbraccio tutti. *Buon cammino*.

Roma, 14 settembre 2022

Festa della Santa Croce

Pasquale Chiaro



FESTA DI APPUNTI DI VIAGGIO

laparola@appuntidiviaggio.it
Tel. 06.4782.5030; 340.391.5503

Domenica 4 Dicembre 2022

c/o
MONACHE CAMALDOLESI
Foresteria
Clivo dei Publicii, 2 (all'Aventino)
Tel. 06.5745.528

si terrà la *Festa di Appunti di Viaggio*

- | | |
|--|---|
| 9,30 <i>Saluti e Apertura</i>
PASQUALE CHIARO | 11,45 <i>Il respiro, via verso la
pienezza dell'essere</i>
ANTONIA TRONTI |
| 10,00 <i>MPA: autoconoscenza
e creatività</i>
PATRIZIA FAVORINI
Assoc. MPA, Meditazione
Prof. e Autocon. | 12,30 <i>"La nuvola non può morire".
Vita e mistica in Willigis Jäger</i>
PAOLO SCQUZZATO |
| 10,45 <i>Pregare nell'orizzonte
post-teista</i>
ALFREDO JACOPOZZI
Comunità Mondiale
Meditazione Cristiana | 13,15 <i>La sofferenza della Terra,
la sofferenza dell'uomo</i>
RAFFAELE LUISE
Vaticanista Rai e inviato
di guerra specialista del
dialogo interreligioso |
| 11,30 <i>Pausa</i> | 14,00 <i>Commiato</i> |

Per la partecipazione è previsto un contributo di 10 euro a persona