



*Note di
ricerca spirituale*

APPUNTI DI VIAGGIO 106

Anno XVIII - Mensile Luglio-Agosto 2009 (1/8)

IN QUESTO NUMERO

Reg. Trib. di Roma n. 365 del
10/06/91; iscritto al nuovo ROC con
il n. 5638.

Sede legale: via E. Barsanti 24,
00146 Roma

Direttore responsabile: Pasquale Chiaro
Consiglio di redazione: P. Chiaro, C.
Crocella, prof. V. Dordolo, sr. M.P.
Giudici, fratel J. M. Kuvarapu, p. A.
Schnöeller

Stampato nel mese di Luglio 2009
Tiratura 1000 copie. Stampa:

Tip. Arti Grafiche La Moderna,
via di Tor Cervara 171 Roma
Uscite previste: 1/10; 1/12; 1/2;
1/4; 1/6; 1/8.

Redazione e Libreria:
via E. Barsanti 24, 00146 Roma.

Orario: 9,30-13; 15,00-18,00;
Sabato: 10-13; Chiuso *Lunedì mattina*
Tel. 06_47825030;
Fax 06_20382124.

Recapito postale: Appunti di Viaggio-La
parola, Casella Postale 14001,
[00149] Roma Trullo.

Sito web: www.appuntidiviaggio.it
E-m: laparola@appuntidiviaggio.it

Abbonamento Settembre 2009-Agosto
2010 (dal n. 107): ordinario € 35;
amici € 50; sostenitori € 100; estero:
€ 60 Europa, € 70 Extra-Europa.

Per abbonarsi versare il relativo
importo su *Appunti di Viaggio*, conto
corrente postale n. 61287009,
oppure sul conto corrente bancario
int. Appunti di Viaggio srl
IBAN: IT26X 03268 03201
052846648900

Il simbolo di Appunti di Viaggio
riportato in copertina è opera di
Giorgio Tramontini e si chiama
Ali dello Spirito.

2009 © Appunti di Viaggio
€ 7,00

- 2** **La mappa**
- 3** **Apertura**
Il Cantico delle Creature
- 4** **Shalom**
Pasquale Chiaro
- 9** **Nuovo monachesimo [esperienza del solo a Solo]**
Antonella Lumini
- 17** **La senda estrecha [Salire il Monte Carmelo]**
Cristiana Dobner
- 24** **VEDERE CON CUORE**
La Vergine del Carmelo [24]
Autori vari
**Uno sguardo di misericordia verso i nostri
fratelli minori [28]**
Franco Lamensa
- 33** **Preghiera e mistica nel Corano**
Demetrio Giordani
- 39** **Cos'è la meditazione?/2**
**Colloquio tra *Petra Deanesi* e *Pierpaolo
Patrizi***
- 43** **Post-fazione all'Intervista**
Lucio Pinkus
- 46** **Vegetarianesimo e astinenza nella mistica/3**
Guidalberto Bormolini
- 54** **Corsi di meditazione e di preghiera**
- 57** **Il Cammino della Santa presenza [Primi
passi] *Il volo dell'aquila
di Pasquale Chiaro***

Com'è che si ridona lucentezza al cuore dell'uomo? Tramite la preghiera. Tramite una preghiera particolare che nell'Islam viene chiamata *dhikr*, nome che deriva da un verbo arabo che vuol dire 'ricordare'. Si esce fuori dalla dimenticanza con il ricordo: ricordando Dio incessantemente, tutto il giorno, affinché dal cuore cada questa patina di ruggine. E la preghiera che Sirhindî propone ai suoi discepoli non è altro che la frase benedetta "Non c'è altro Dio fuorché Dio" (*Lâ ilâha illâ Allâh*).

[33]

UNO SGUARDO DI
MISERICORDIA VERSO I
NOSTRI FRATELLI MINORI

"Noi confessiamo davanti a Dio creatore degli animali e davanti ai nostri umani compagni che abbiamo fallito come cristiani perché abbiamo dimenticato gli animali nella nostra fede. Abbiamo tradito la missione di Gesù e non abbiamo servito i nostri fratelli ultimi, gli animali. Come pastori abbiamo avuto paura di considerare gli animali nelle nostre chiese, come Chiesa siamo stati assenti davanti al travaglio, al maltrattamento, allo sfruttamento dei nostri fratelli animali." [28]

La mappa

NUOVO MONACHESIMO

Il monachesimo sorge come disponibilità ad un rapporto totale con Dio. Nasce dalla completa libertà di uomini e donne che avvertono un richiamo forte che li spinge a cercare, a nascondersi al mondo per entrare nel deserto interiore. L'esperienza concreta che spinge verso luoghi deserti, verso la solitudine di romitori o cenobi ecc., esprime le varie forme che questa spinta interiore produce.

Nessuno, però, la può ricalcare, per ognuno è unica e irripetibile, perché ognuno ha una propria struttura fisica, psichica, spirituale. Per ognuno ci sono passaggi precisi, specifici, e proprio quelli, non altri, devono essere affrontati. L'esistenza ha valore per la sua particolarità. I tempi e i modi sono unici per ogni esistenza perché uniche sono le esperienze, le connessioni, le circostanze. Questo è creazione. [9]

SETTE RACCONTI INIZIATICI DALLO YOGAVĀSĪṢṬHA Il grande poema dell'Advaita



Viṣṇu Nārāyaṇa

LA SENDA ESTRECHA Salire il Monte Carmelo

Bere il calice con il Signore (Mt 20, 21) significa morire alla natura – sensualmente e spiritualmente. Solo così si può salire lo stretto cammino. «Qui c'è solo negazione... e Croce. Questa è il bastone su cui ci si appoggia e con cui il percorso è più leggero. Perciò dice il Signore in S. Matteo: "Il mio giogo è dolce e il mio peso leg-

gero" (Mt 11,30). Questo peso però è la Croce. Non appena la persona decide di prendere su di sé la Croce, cioè... di cercare in tutto solo la fatica per amore di Dio, con gioia troverà concretamente in ogni cosa grande sollievo, persino soavità in questo denudarsi da tutto, senza desiderare più nulla, per procedere su questo cammino. [17]

Il primo profeta d'Israele, Elia (IX sec. a.C.), dimorando sul Monte Carmelo, ebbe la visione della venuta della Vergine, che si alzava come una piccola nube dalla terra verso il monte, portando la pioggia e salvando Israele dalla siccità. In quella immagine tutti i mistici cristiani e gli esecuti hanno sempre visto la Vergine Maria, che portando in sé il Verbo divino, ha dato la vita e la fecondità al mondo.

[24]

POST-FAZIONE ALL'INTERVISTA

La parola contemplazione ha il suo étimo nel termine latino *contemplum*, uno strumento che serviva per stabilire l'orientamento e le proporzioni dei templi, di quei luoghi particolari dove il sacro trovava le condizioni per un'esperienza più intensa e in qualche modo anche di orientamento. La contemplazione sostiene il viaggio perché tutti i tempi e persino gli istanti del percorso non si danno tutti dispiegati, come in successione; si danno in passaggi diversi da quelli di un ragionamento o della riflessione. Il *contemplum*, lo strumento, è quell'orientamento costante dello sguardo verso il proprio Sé, dov'è l'orma divina che è in ciascun vivente... [43]

Shalom

Con questo numero 106 siamo arrivati alla conclusione dell'anno 2008/2009. Quando lo riceverete molti di voi certamente saranno già in vacanza a godere il meritato riposo. Per questo motivo cercherò di non affaticarvi con troppe parole. Però credo comunque di dover dire qualcosa.

Voglio innanzitutto fare un breve consuntivo della nostra attività e ricerca nell'anno appena trascorso.

Per prima cosa, come potete constatare anche direttamente, perché la state leggendo, continuiamo con il cammino della rivista. Ormai abbiamo superato i cento numeri e, anche se sulla copertina leggete "Anno XVIII", in realtà abbiamo superato il ventesimo anno, perché ci sono circa tre anni di pubbli-

cazioni in cui la rivista non era registrata ufficialmente. Credo che, comunque, agli occhi del Signore anche questo abbia il suo valore.

Continuiamo poi a pubblicare libri, sia con il marchio "Appunti di Viaggio" che con "La parola". La scelta di pubblicare con l'uno o l'altro marchio, che hanno Distributori e Librerie destinatarie diverse, dipende molto dal tipo di libri. Se l'argomento è cristiano e non si allontana dall'ortodossia cattolica, il testo viene pubblicato con il marchio "Appunti di Viaggio", invece se riguarda altre religioni e cammini spirituali o è scritto da scrittori cristiani non troppo ortodossi, trova spazio nel marchio "La parola". Ho fatto questa scelta per poter pubblicare liberamente i libri che mi sembrano utili e impor-

tanti ed evitare attriti e “muri di gomma”, che in alcuni casi ho percepito sulla mia pelle, e che impediscono ad alcuni libri di diffondersi per quello che potrebbero.

Sono certo che lo Spirito Santo si serva anche di libri non “cristiani” per guidarci alla “Verità”.

La “Libreria Appunti di Viaggio” funziona soprattutto per la vendita dei nostri libri, perché mi riesce sempre più difficile fare rifornimento e seguire i libri delle altre Case Editrici. Non ho il tempo e le energie per fare tutto e non ne ho più neanche voglia. C'è chi ha più tempo ed è più agguerrito di me per farlo. Lasciamoglielo fare, io vorrei tendere sempre più all'essenziale, che in questo momento è fare la rivista e i libri delle nostre edizioni.

Dando uno sguardo d'insieme, in tutta franchezza devo dire che le vendite di libri e gli abbonamenti tendono a diminuire. È tempo di crisi per tutti, in modo particolare per le attività editoriali, anche se la qualità dei testi che pubblico, sia articoli che libri, rimane elevata. E poi ricevo sempre tanti compli-

menti da chi mi scrive e mi telefona. Credo che la mano del Signore continui a sostenerci. Certo non abbiamo finanziatori, né occulti né palesi, non usufruiamo dell'8 per mille e non ci arrivano donazioni, di qualsivoglia specie. Tutto quello che facciamo è solo con le nostre forze. Comunque, finché ce la faremo andremo avanti.

Parlando dell'anno che chiude, non posso tacere della vicenda del collaboratore che ha lavorato per *Appunti di Viaggio* fino al dicembre 2008. Ero convinto di avergli fatto solo del bene perché, oltre a pagarlo bene, acquistavo apposta per lui, per farlo continuare a lavorare, i diritti per tradurre e pubblicare libri da altre lingue, e così lo facevo comunque esercitare a tradurre. Mi è capitato di acquistare anche libri che in realtà poi non si sono rivelati utili. E poi mettevo il suo nome sulle traduzioni e questo perché volevo farlo conoscere dal pubblico dei lettori. È un po' come se io avessi messo l'attività di *Appunti di Viaggio* al suo servizio, per aiutarlo a crescere professionalmente. Questo, per me, ha comportato dei costi elevati. Quando ho realizzato che non

potevo più sostenere questo peso e ho dovuto licenziarlo, non mi sarei mai aspettato che lui avviasse una vertenza contro *Appunti di Viaggio* per chiedere altri soldi. Invece, così ha fatto.

Vi racconto questa vicenda per un motivo preciso: mi ha costretto a riflettere sul problema del male e su di me ha funzionato come un koan, mi ha aperto cuore e mente e mi ha aiutato a capire come va affrontato questo problema. Ora vorrei donare questa mia piccola scoperta anche a voi.

Mi ha sempre creato problemi accettare il fatto che il male colpisce sia chi si sforza di fare la cosa giusta sia chi vuole, invece, fare solo i propri interessi. A livello razionale è difficile accettare questo e quando il male ti tocca, la mente e il cuore continuano a rimuginarci per molto tempo, a volte tutta la vita, cercando di capire perché la tale persona ci ha fatto quel torto, mentre noi con lei ci eravamo comportati sempre in maniera corretta o pensavamo di avergli fatto del bene. Oppure ci sforziamo di capire perché ci è accaduta quella determinata cosa, magari una malattia, una disgrazia

e cerchiamo una qualche ragione che possa dare un senso alla cosa.

Questa mancanza di senso fa stare male, provoca dolore.

In realtà non c'è senso, non c'è ragione. Le cose non rispondono sempre alla legge di causa ed effetto. C'è il bene e c'è il male, ma non c'è una regola che li colleghi direttamente o spieghi come si distribuisce il bene e il male nella vita. Certo, noi dobbiamo cercare di fare il bene, ma non è detto che come risposta riceveremo il bene.

È tutto nella mente e nel cuore di Dio e la cosa si accetta più facilmente se ne prendiamo atto. Dobbiamo partire dalla certezza che tutto ci viene da Dio e che Dio provvede ad ogni nostra necessità, materiale e spirituale, in modo gratuito e che, inoltre, in modo misterioso, guida ogni cosa al bene. Quindi gli avvenimenti che ci accadono, le persone che incontriamo, in qualche modo, sono tutti strumenti di Dio.

Tutto ci viene da Dio. Se questo è vero, dobbiamo dedurre che anche il male, in qualche modo, ci viene da Dio o almeno è da lui permesso.

Siccome mi rendo conto che questa affermazione è impegna-

tiva, per spiegarla userò un testo preso dall'AT.

Certamente tutti conoscete il libro di *Giobbe*, nella Bibbia. Giobbe era un uomo integro e retto, una persona timorata di Dio e di grande saggezza, che viveva ricco e felice, con molti beni, molti figli e una moglie devota. Nel libro si legge che Dio permise a Satana di tentarlo e di colpirlo nei beni e nei figli per vedere se gli sarebbe rimasto fedele anche nella cattiva sorte. Allora, in un susseguirsi di disgrazie, gli furono tolti sia i beni che i figli.

“Allora Giobbe si alzò e si stracciò le vesti, si rase il capo, cadde a terra, si prostrò e disse:

«Nudo uscii dal seno di mia madre,

e nudo vi ritornerò.

Il Signore ha dato, il Signore ha tolto,

sia benedetto il nome del Signore!»”.

Gb 1,20-21

E più avanti, dopo che Satana lo ebbe colpito con una piaga maligna che lo costringeva a grattarsi la pelle con un coccio, dalla pianta dei piedi alla cima del capo, rispondendo alla

moglie che lo rimproverava di mantenersi fedele a Dio nonostante tutto, disse:

“Se da Dio accettiamo il bene, perché non dovremmo accettare il male?”.

Gb 2,10

Con queste parole Giobbe ha formulato un koan a cui gran parte dell'umanità non riesce a dare risposta durante la vita intera. E dalla risposta che ciascuno di noi dà a questo koan dipende gran parte della serenità che ci accompagnerà durante l'esistenza terrena e, molto probabilmente, della felicità futura.

Certo la risposta va data non solo con le parole o con la mente, ma anche con il cuore, con il corpo, con le viscere: con tutto noi stessi. Bisogna crederci.

Per quanto mi riguarda, nella vicenda che mi è capitata ho ritrovato la pace interiore quando sono riuscito a scorgere la presenza di Dio, al di là del mio collaboratore. Ad un certo punto ho realizzato che c'è una ragione per cui Dio ha voluto, o permesso, questa cosa. Io non ho la presunzione di dover conoscere tutto ciò che mi tocca nella vita. So che molte cose che mi riguardano sono avvolte nel

mistero, sono custodite nel cuore di Dio. So anche che Dio guida tutto al bene, come Gesù ha detto a Giuliana di Norwich. Quindi, questa mia personale vicenda alla fine produrrà frutti di bene, si trasformerà in bene. E tanto mi basta: va bene così.

Spero che quello che ho raccontato possa essere utile a qualcuno.

Nel consuntivo delle cose fatte nell'anno che chiude devo senz'altro inserire l'avvio del *Cammino della Santa Presenza*. All'inizio dell'anno avevo detto che volevo fare "una cosa bella" per Gesù e credo di aver messo in moto "qualcosa", spero bella, ma questo si saprà in futuro. Per ora sta per uscire un mio piccolo libro dal titolo "*IL CAMMINO DELLA SANTA PRESENZA [PRIMI PASSI]. Il volo dell'aquila*", pubblicato nelle Edizioni "La parola", che dovrebbe arrivare nelle librerie per i primi di ottobre. Su questo numero potete leggere la mia *Introduzione*. E sempre da ottobre dovrebbero riprendere i "ritiri" mensili e gli "incontri" settimanali lungo i quali si snoda il cammino. Spero che parteciperete in tanti.

Chi è interessato può telefonarmi, tra le ore 10/13 e le

15/18, dal martedì al venerdì, al numero della libreria: 06_47825030. Oppure può contattarmi sulla mia mail personale: pasqualechiaro@appuntidiviaggio.it.

Questa volta ho parlato più del solito, e quindi non voglio abusare oltre della vostra pazienza. Debbo però ricordarvi che con questo numero scade l'abbonamento alla rivista, che va quindi rinnovato con il bollettino di ccp allegato. Le quote per il nuovo anno, Settembre 2009/Agosto 2010, sono rimaste invariate. Le ripeto per vostra memoria:

35 euro, ordinario;
50 euro, amici;
100 euro, sostenitori.

Per l'estero, la quota è di 60 euro per l'Europa e 70 euro per i Paesi extra-europei.

Ora vi saluto tutti con affetto e vi auguro delle belle vacanze che vi ritemprino e vi regalino qualche incontro spirituale che vi allarghi il cuore.

Roma, 22 Luglio 2009

Pasquale Chiaro

PASQUALE CHIARO

IL CAMMINO DELLA SANTA

PRESENZA [Primi passi]

Il volo dell'aquila

Il libro sarà disponibile all'inizio di ottobre

INTRODUZIONE

O voi tutti assetati venite all'acqua, chi non ha denaro venga ugualmente; comprate e mangiate senza denaro e, senza spesa, vino e latte!

Is 55,1

Caro amico,
ti scrivo per farti una proposta di preghiera e di contemplazione, che chiamerò: "Cammino della Santa Presenza".

Si tratta di un cammino nuovo che utilizza però dei *mezzi* che fanno parte del patrimonio spirituale dell'umanità da secoli o, anche, da millenni. Mi riferisco all'invocazione del *Nome*, alla preghiera dei *Salmi*, alla preghiera di *Amicizia con Gesù*; mi riferisco alla preghiera del *Silenzi*o, e ad altri strumenti che incontrerai se andrai avanti nella lettura di questo breve testo.

Ho detto che il cammino è nuovo, per qualche aspetto credo che sia anche originale, ma lo è solo perché utilizza elementi che finora, almeno per quanto ne so, non sono mai stati accostati tra di loro. Credo che questo cammino si possa paragonare al "tesoro che contiene cose nuove e cose antiche" di cui Gesù parla nel vangelo (*Mt 13,52*).

Non credo di avere meriti particolari per proporlo: io non ho inventato niente. Spero solo che sia utile a qualcuno come lo è per me.

Questo cammino nasce per dare una risposta a una mia profonda esigenza che però credo sia comune anche ad altre persone: questo è anche il motivo per cui ne scrivo.

Ad ogni modo, per spiegare meglio ciò che voglio dire, prima di parlare di questa esigenza, credo sia utile che illustri per sommi capi il mio percorso spirituale.

Sono nato qualche anno dopo la fine della seconda guerra mondiale, nel 1951. Da bambino (avevo cinque o sei anni) in orfanotrofo, dove ero stato mandato per la morte di mia madre, sono stato introdotto all'amicizia a Gesù e a Maria dal mio piccolo padre spirituale frate Raffaele Crudetti, Osa. Dico "piccolo" nel senso in cui credo che utilizzi il termine Gesù: persona umile, mite, abbandonata nelle mani di Dio. A undici anni sono stato trasferito in un'altra struttura e ho perso frate Raffaele e con lui la mia guida al contatto con gli amici celesti.

Sono poi passati molti anni in cui, pur avendo una grande fame di Dio, avevo perso la strada per incontrarlo. Né mi era molto d'aiuto la Chiesa ufficiale, con le parrocchie e gli altri suoi strumenti: sentivo che non potevano soddisfare la mia fame perché questa fame si poneva su un piano diverso rispetto a quello a cui sono impegnati a dare risposta. Credo che la Chiesa Cattolica si rivolga soprattutto alla mente delle persone, per trasmettere le Verità di fede e dare risposte a livello dottrinale e razionale. E poi si preoccupa di "fare": naturalmente sono tutte cose belle e lodevoli, ma la mia fame restava insoddisfatta. È come se qualcuno ti descrivesse le meravigliose qualità di un vino eccezionale e dimenticasse di

fare la cosa più semplice: metterti in mano la bottiglia per fartelo bere. Io continuavo ad avere un profondo desiderio di "sentire" e "gustare" la presenza di Dio e del suo amore per noi. Credo che le due cose non sono incompatibili: si può credere in Dio nel modo giusto e arrivare a gustarne il sapore, il sapore di Dio. Il salmo recita *Gustate e vedete quanto è buono il Signore* (33,9), quindi la cosa è possibile, anzi è Dio stesso che ci invita a farlo.

Non credo quindi che il mio fosse un capriccio da miscredente. Avevo realmente bisogno di nutrirmi alla mammella di Dio.

Le cose andavano però diversamente perché, perso frate Raffaele, niente più riusciva a scaldarmi il cuore, neanche i nuovi movimenti cattolici, molto belli e originali, in cui mi è capitato di imbattermi negli anni: i Focolarini, i Carismatici, la Comunità di S. Egidio e altri gruppi.

Insomma, il mio "viaggio spirituale" procedeva senza più riferimenti, al buio, mentre avevo un bisogno vitale di ritrovare il senso profondo delle cose, di capire lo scopo della mia vita sulla terra. Per questo motivo mi sono rivolto anche alla psicoterapia di gruppo e a qualche seduta di analisi individuale.

Intorno ai trent'anni, quando

mi sono accostato con più assiduità allo Yoga (lo Hatha Yoga), ho iniziato a scorgere qualche timido raggio di luce. Ho notato che lo Yoga esercitava come un richiamo profondo su di me, perché mi costringeva a rivolgere l'attenzione al mio corpo, al mondo delle sensazioni, all'interiorità: mi guidava al silenzio. Questo ha fatto nascere in me il desiderio di approfondire questo tipo di percorsi con il cammino delle meditazioni silenziose. Ho praticato per un breve periodo la Meditazione Zen, però, anche se ritengo lo Zen una fra le vie più importanti in ambito meditativo, non ho proseguito perché avvertivo la mancanza di contatto con le mie radici cristiane.

Sono comunque grato allo Yoga e allo Zen perché mi hanno aiutato a ritrovare la direzione di marcia, e devo confessare che conosco molte persone che hanno fatto la mia stessa esperienza. Per questo motivo credo che lo Yoga e lo Zen sono un dono prezioso per l'umanità intera, un dono dello Spirito Santo impegnato a guidarci piano piano alla Verità, secondo i tempi e i modi stabiliti dal Padre.

Agli inizi degli anni ottanta era diffuso un grande desiderio di cammini spirituali silenziosi e cominciavano ad esserci molte proposte di cammini meditativi, anche in ambito cristiano, ed io mi

sono sentito in qualche modo guidato (credo che questa sia la definizione giusta) ad approdare alla Preghiera Profonda, diventata poi Meditazione Profonda, come allora si chiamava, il percorso meditativo messo a punto da padre Mariano Ballester SJ. Ho appreso così la pratica della meditazione e l'utilizzo del Nome Supremo come "mezzo" per entrare nel silenzio. Ho sentito subito una forte attrazione per questo cammino che ho praticato con amore, tanto che ne ho mantenuto alcuni elementi anche all'interno della pratica meditativa che chiamo Preghiera del Silenzio, che è il primo passo del Cammino che propongo. Sono ormai passati più di venti anni da quando ho iniziato a praticarle e sono ormai certo che le meditazioni silenziose siano tra gli strumenti più potenti a disposizione dell'uomo per fare esperienza di Dio.

Ad ogni modo, questo volgere lo sguardo verso il cuore con lo Yoga, con la Meditazione Profonda e con altre esperienze, mi ha portato misteriosamente e con gradualità, a riscoprire nel profondo le risonanze della Parola: innanzitutto i Vangeli e il Nuovo Testamento, ma anche l'Antico Testamento, in modo speciale i salmi. Dopo molto ruminare, un bel giorno ho preso consapevolezza del fatto che i

salmi sono belli o meglio, che è bello pregare i salmi e immergersi nei sentimenti di umiltà, di gioia, di lode, e tutta la molteplice gamma dei sentimenti che esprime il salmista in relazione a Dio. Per questo motivo ho inserito le *Lodi* e i *Vespri*, oltre alla meditazione del Vangelo, nelle mie pratiche quotidiane.

Questa presa di contatto con le mie radici cristiane ha fatto anche riaffiorare il desiderio di riallacciare l'antico rapporto con Gesù e Maria, che mi aveva donato frater Raffaele. Da questo desiderio è nata l'esigenza di prevedere nella mia giornata un incontro di "amicizia" con Gesù: mio Dio, mio maestro, mio amico.

In realtà Gesù ha assunto un ruolo sempre più centrale nella mia vita spirituale perché è il Nome che utilizzo nella Preghiera del Silenzio e che mi guida al Padre, è colui al quale mi sento unito nel pregare le *Ore*, è il mio maestro e il mio amico: Gesù è il centro di questo cammino, perché ho finalmente compreso che, come Dio è venuto incontro all'uomo, inviandogli la sua Parola, Gesù, così anche noi possiamo tornare a Dio facendo nostra la stessa Parola: Gesù. Gesù è il ponte che ci unisce al Padre.

In questo cammino, ho inserito molte altre cose che non vi

racconto per non annoiarvi, ma che scoprirete se andrete avanti nella lettura.

Si è così delineato, un pezzo per volta, un cammino contemplativo che ritengo bello e armonico da praticare e che credo sia anche molto potente.

Ve lo illustrerò nelle pagine successive, se avrete la pazienza di seguirmi.

All'inizio di questo scritto accennavo al fatto che questo cammino è nato come risposta ad una mia esigenza profonda e ora, dopo aver accennato ad alcune delle esperienze importanti della mia vita spirituale, ho finalmente qualche elemento in più che può aiutarmi a spiegarla.

È accaduto che, dopo aver ricevuto da bambino un'impronta cristiana centrata sull'amore e su una profonda devozione che, in qualche modo, era riuscita a farmi sperimentare la "presenza" di Gesù e Maria nella mia vita, *presenza* testimoniata anche dalle parole e dall'esempio di frater Raffaele, ho perso improvvisamente i miei riferimenti e, guardandomi intorno, mi sono ritrovato a contatto con ambienti immersi in una religiosità spesso formale ed esteriore, fondata su parole non sempre legate ad una reale vita di fede e ad un'umile pratica di vita. Religiosità che non sentivo figlia di un'esperienza diretta di Dio e

del suo amore. Con il passare degli anni ho capito che questo accade spesso a noi poveri esseri umani, perché siamo piccoli e deboli e non sempre riusciamo a vivere fino in fondo le cose in cui crediamo: questo avviene anche agli uomini di Chiesa. Credo sia infantile pretendere che i religiosi siano tutti santi perché hanno fatto la scelta di servire Dio. C'è chi ci si avvicina, ma molti restano per strada: come accade a ognuno di noi con le nostre scelte. Da questa esperienza, comunque, ha avuto origine il mio sonno spirituale: in realtà un cammino religioso che non mi fa sperimentare Dio e il suo amore non mi attira, non mi interessa. È un cammino che non mi converte.

Come ho raccontato in precedenza, ho cominciato a svegliarmi da questo torpore quando ho iniziato a praticare la meditazione silenziosa, a cercare Dio con la meditazione silenziosa, guardando dentro di me anziché fuori e iniziando, in questo modo, a percepirne la presenza.

Sant'Agostino, nelle *Confessioni*, racconta:

Tardi ti amai, bellezza così antica e così nuova, tardi ti amai. Sì, perché tu eri dentro di me e io fuori. Lì ti cercavo. Deforme, mi gettavo sulle belle forme delle tue creature. Eri con me, e non ero con te. Mi tenevano lontano

da te le tue creature, inesistenti se non esistessero in te. Mi chiamasti, e il tuo grido sfondò la mia sordità; balenasti, e il tuo splendore dissipò la mia cecità; diffondesti la tua fragranza, e respirai e anelo verso di te, gustai e ho fame e sete; mi toccasti, e arsi di desiderio della tua pace.

In qualche modo l'esperienza di Agostino è anche la mia. Questo contatto silenzioso con Dio nella meditazione ha stimolato, ha fatto rinascere in me la "fame", il "desiderio" della Parola, dei Salmi, del Vangelo, dell'Amicizia con Gesù. Tutte cose che parlano al cuore, lo nutrono, lo proteggono, lo allargano: *Corro la via dei tuoi comandamenti, perché hai dilatato il mio cuore* (Sal 118,32).

Ora queste pratiche sono diventate una grande ricchezza per me, un bisogno, una esigenza alla quale non posso più rinunciare.

Credo che questa mia esigenza sia comune anche a molte altre persone. Credo che siano molte le persone che dopo aver sperimentato *Dio nel silenzio* hanno riscoperto *Dio nella Parola*. In realtà la *Parola* svela il *senso* delle cose. Il *Silenzio* senza la *Parola* rischia di lasciare l'uomo "incompiuto". L'esigenza profonda cui accennavo è, appunto, la possibilità di praticare la via del *Silenzio* senza dover rinunciare alla ricchezza della *Parola*.

Il *Cammino della Santa Presenza* vuole essere uno strumento che integra e armonizza queste vie.

Ho sognato e desiderato molto questo cammino, innanzitutto per i miei fratelli laici, come me immersi in questa realtà transitoria, spesso gravati dalla responsabilità di una famiglia, di un lavoro, immersi nelle difficoltà della vita e nei tanti compromessi da affrontare per sopravvivere, ma, allo stesso tempo, attirati potentemente dall'amore divino: veri eroi dello spirito, che troppo spesso soccombono sotto il peso delle responsabilità che la vita gli impone e dimenticano la chiamata sepolta nel profondo del loro cuore.

Questo cammino vuole però essere un piccolo dono anche per qualche religioso che ci trovasse qualcosa di utile al proprio percorso spirituale.

Questo cammino vuole essere un umile "mezzo" per tutti voi che leggete.

Vorrei aggiungere ancora una cosa.

La (ri)scoperta dei vari strumenti di preghiera di cui vi ho parlato finora, è stata accompagnata dalla lettura e dalla scoperta di libri e maestri importanti che spesso mi hanno ispirato e stimo-

lato ad andare avanti nel cammino intrapreso.

Tra i libri che certamente mi hanno molto ispirato debbo assolutamente citare *I racconti di un pellegrino russo* e *La nube della non-conoscenza*, di Autori anonimi; *Il libro delle rivelazioni* di Giuliana di Norwich e *La filocalia*, che è una raccolta di testi di vari Autori, Padri della Chiesa ed eremiti. Ma ce ne sono molti altri che non cito per evitare che il cammino diventi solo un fatto mentale. È bene che il cammino porti ad una reale esperienza del cuore. Gli altri libri li scoprirete da soli se andrete avanti nel cammino.

Tra i maestri o, se preferite, le guide che sono state importanti nella mia ricerca, oltre ai già citati frater Raffaele Crudetti e padre Mariano Ballester, che ho incontrato di persona, voglio almeno citare Antonio de Mello, Hugo E. Lassalle, santa Teresa d'Avila e san Giovanni della Croce che ho conosciuto per i loro scritti, che sono stati di grande importanza nel mio cammino spirituale. Non vi sarà difficile procurarveli.

In realtà non voglio e non posso fare un elenco di persone che sono state importanti nel mio cammino spirituale, per quanto ampio possa essere, perché ogni strumento che ho accolto nel

“cammino” è frutto della ricerca e della preghiera di migliaia, forse milioni, di persone che mi hanno preceduto, religiose e laiche, uomini, donne e bambini: persone di cui non so niente. Spesso provenivano da cammini religiosi e culture diverse dalla mia, ma erano certamente tutti ispirati da Dio.

Anche all'interno del testo mi limiterò a poche citazioni, prese in genere dalle Scritture.

Prima di concludere, mi sembra doveroso e onesto avvertire il lettore di quanto segue. Le cose che tratto in questo libro non sono “verità di fede”, ma pratiche di preghiera. Questa proposta di cammino nasce solo dalla mia personale ricerca, dalle mie letture e dalla mia esperienza diretta e in questa ottica ve la offro. Non ho conoscenze di teologia né di altre materie importanti per chi si occupa di cose spirituali, quindi non posso vantare qualifiche spirituali e certamente non sono un maestro: pubblico questo testo solo perché spero che la mia esperienza possa comunque essere utile a qualcuno. In realtà mi sono sentito spinto a scrivere questo testo da un forte bisogno interiore. In questo speciale momento della mia vita, mi sento come se fossi nato per met-

tere a punto questo cammino, per praticarlo e donarlo agli altri.

Il futuro svelerà se questa mia intuizione aveva una sua ragione oppure era solo un abbaglio.

Ad ogni modo, se qualche persona più autorevole di me dovesse “per caso” prendere in mano questo mio povero testo e trovare degli errori e delle inesattezze, che certamente ci saranno, voglia scusarmi perché l'ho fatto solo per i limiti cui ho accennato e butti tranquillamente il libro nel cestino.

A quelli che andranno avanti nella lettura do la mia benedizione e l'augurio, di cuore, che questa lettura e, spero, soprattutto la pratica di quanto troveranno nel testo, li porti a sintonizzarsi sempre più sulla “frequenza” di Dio fino a vivere ogni attimo alla Sua “Santa Presenza”.

Naturalmente, considero chi seguirà questo cammino come mio fratello e mio amico, ma soprattutto Amico della “Santa Presenza”.

Che Gesù vi protegga e vi guidi: che vi accolga tutti nelle sue braccia capaci e amorevoli.

Così sia.

Genazzano, 2 Agosto 2009
Pasquale Chiaro