



# APPUNTI DI VIAGGIO 117

Note di  
ricerca spirituale

Anno XX - Mensile Maggio-Agosto 2011 (1/7)

DI PIERPAOLO PATRIZI

L'ideogramma "Ascolto"

TU

OCCHI

ATTENZIONE UNITARIA

CUORE

ORECCHIO

EDIZIONI Appunti di Viaggio

## RIFLESSIONI A LUME DI CANDELA

*Un viaggio tra vita e ricerca spirituale, seguendo la traccia di testi apparsi sulla rivista Appunti di Viaggio*

La mappa – Shalom – La sposa e lo sposo [III] – Animali e Profeti: la tradizione biblica [La creazione degli esseri viventi] – Benedire la vita così com'è – VEDERE CON CUORE Il fascino imperituro del "deserto"; Inchiesta: gli eremiti in città; Eremiti oggi; Santa Maria Egiziaca – Una mostra sul Guariento – Lo smarrimento di Arjuna [siamo divisi al nostro interno] – Sulla sofferenza. Il karma tra Oriente e Occidente – Commiato *Un compito per l'estate, anzi: solo per oggi* – I NOSTRI LIBRI: RIFLESSIONI A LUME DI CANDELA [Un viaggio tra vita e ricerca spirituale, seguendo la traccia di testi apparsi sulla rivista Appunti di Viaggio], di Pierpaolo Patrizi, Edizioni Appunti di Viaggio – Corsi di meditazione e di preghiera – Popoli in cammino – IL CATALOGO

---

# Sommario

- 2 La mappa
- 4 Shalom  
*Pasquale Chiaro*
- 7 La sposa e lo sposo [III]  
*William Johnston*
- 15 Animali e Profeti: la tradizione biblica  
[La creazione degli esseri viventi]  
*Guidalberto Bormolini*
- 21 Benedire la vita così com'è  
*Alessia Piana*
- 24 VEDERE CON CUORE  
Il fascino imperituro del “deserto”, di *Enzo Bianchi* [24]; Inchiesta: gli eremiti in città, di *Annachiara Valle*[26]; Eremiti oggi, di *Sabina Fadel* [32]; Santa Maria Egiziaca [36]
- 39 Una mostra sul Guariento  
*Cristina Laspia*
- 43 Lo smarrimento di Arjuna [siamo divisi al nostro interno]  
*Andrea Schnöller*
- 48 Sulla sofferenza. Il karma tra Oriente e Occidente  
*Giusi Polizzi*
- 57 Commiato *Un compito per l'estate, anzi: solo per oggi*  
*Giovanni XXIII*
- 58 I NOSTRI LIBRI: [58] *RIFLESSIONI A LUME DI CANDELA* [*Un viaggio tra vita e ricerca spirituale, seguendo la traccia di testi apparsi sulla rivista Appunti di Viaggio*], di Pierpaolo Patrizi, Edizioni Appunti di Viaggio
- 63 Corsi di meditazione e di preghiera
- 65 Popoli in cammino
- 71 IL CATALOGO

Un'attenta rilettura della Bibbia può riservarci inaspettate sorprese. Come hanno evidenziato numerosi studiosi, tornando alle fonti scritturistiche potremmo accorgerci che «La teologia occidentale appare non solo povera, ma addirittura non legittima rispetto alla verità profonda contenuta nelle fonti cristiane: la Bibbia, ma anche i testi dei padri. Se, infatti, rileggiamo con attenzione le Scritture ebraiche, il Nuovo Testamento [...] restiamo stupiti dell'attenzione riservata alle creature tutte e al loro rapporto con gli uomini». [p. 15]

**BENEDIRE LA VITA  
COSÌ COM'È**

Lodando il Signore si riporta il mondo sotto la Sua sovranità: il mondo non appartiene all'uomo, ma è un dono di Dio, da apprezzare e da fruire e per il quale essere grati. Recitare una benedizione di primo mattino, appena svegli, significa iniziare la giornata in un orizzonte di pace, fiducia e gioia. [p. 21]

**La mappa**

**IL FASCINO IMPERITURO DEL "DESERTO"**

Fin dalle origini della vita monastica l'"eremitismo" è letto e interpretato in modo "ambivalente": da un lato lo si considera la forma "eccellente" di vita monastica, adatta a pochi, d'altro lato se ne scorgono i limiti nell'annessa impossibilità a servire i fratelli nel quotidiano e nel rischio di scambiare la volontà propria con

quella del Signore. Proprio per questo la tradizione monastica d'occidente come d'oriente -dalla Regola di Benedetto fino alla "prassi" contemporanea nel deserto egiziano- ha sempre ritenuto possibile l'approdo alla vita "eremitica" solo dopo un tempo prolungato di vita comunitaria e l'assenso di un padre spirituale. [p. 24]

**Santa Maria Egiziaca, eremita**



**UNA MOSTRA SUL GUARIENTO**

Angeli, Arcangeli, Serafini, Cherubini, Troni e Dominazioni: ogni gerarchia angelica con le proprie caratteristiche e specificità qui è rappresentata e sembra guardarmi e sorridermi dal suo celeste abitacolo. Ci sono Angeli che fanno scaturire l'acqua dalle rocce, Angeli che salvano barche dal naufragio,

Angeli che accompagnano pellegrini nei loro viaggi. Poi ci sono Angeli che lottano per strappare anime dalle grinfie di demonietti piccoli e fastidiosi, altri che pesano piccole anime in grandi bilance, altri ancora che tengono tra le mani velate anime in preghiera e le presentano al loro Creatore. [p.

**SULLA SOFFERENZA**

“La sofferenza” scrive Meister Eckhart “è il più veloce cavallo che conduce alla perfezione”(1991), per cui l'aumentata autocoscienza conduce alla scoperta di quel senso che la Creazione di Dio lasciò imperfetta, proprio a causa dell'esistenza del libero arbitrio. Ci si chiede perché devono soffrire un bambino innocente, uomini pii e giusti, interi popoli sottomessi e torturati, perché... Ancora una volta la punizione divina per una colpa non nostra, appare. Ma è proprio così? [p. 48]

**LO SMARRIMENTO  
DI ARJUNA**

La vita è un campo di battaglia, dice la *Bhagavad Gita*. Su questo campo incontriamo una moltitudine di parenti, amici, maestri: abitudini contratte, bisogni impellenti, modi di sentire e di pensare appresi fin dall'infanzia e a cui ci siamo assuefatti, bisogno di autoaffermazione, paure, incertezze, preconcetti e pregiudizi, ignoranza. Sono tutte cose che, in parte, conosciamo, e che spesso condanniamo in noi e negli altri. Eppure, quanto di ci sono care! Perché combattere? A che serve? Combattere porta davvero a migliorare? [p. 43]

---

# Shalom

---

Cari amici e compagni di viaggio,

questo è l'ultimo numero dell'anno [che chiude con agosto 2011], un anno ricco di articoli belli e di nuovi libri, tutti particolarmente interessanti, come ad esempio "Il filo dello yoga", "Tornare a casa", "Aprirsi alla vita", e tutti gli altri. Da questo punto di vista, credo che possiamo essere molto soddisfatti. Meno soddisfatti lo siamo per quanto riguarda le vendite dei libri e il numero degli abbonati che, da qualche anno, piano piano diminuiscono. Questo, comunque, ci permette di condividere gli umori e i disagi in cui versa gran parte dell'Italia e molti altri paesi nel mondo, e di questo siamo contenti, tutti immersi, come siamo, in una "decrescita" che al-

cuni si sforzano di definire "felice" ma, in realtà, se guardiamo ai troppi giovani che non trovano un lavoro stabile, alle donne e alle persone "mature" che lo perdono e non riescono più a trovarne un altro, potremmo più propriamente definire come una "regressione", a epoche e situazioni che speravamo di aver superato per sempre.

Questo disagio attiene, inoltre, anche alla sfera della moralità pubblica. Non ricordo di aver mai vissuto un periodo così disastroso per ciò che riguarda la corruzione e l'evasione fiscale.

Prego spesso affinché se ne esca: al più presto.

Tornando a questo numero della rivista, credo di poter affermare che anche questo è un

---

numero ricco di contenuti e pieno di sapori affascinanti: che catturano la mente e il cuore. Mi riferisco al pezzo di p. William Johnston, *La sposa e lo sposo* (III). Mi riferisco all'articolo di p. Guidalberto Bormolini, *Animali e profeti: la tradizione biblica*. Mi riferisco al delicato articolo di Alessia Piana, *Benedire la vita così com'è*. Vi offriamo, inoltre, la saggezza di p. Andrea Schnöller, che ci illumina con il testo *Lo smarrimento di Arjuna*, a commento della Baghavad Gita. Abbiamo aggiunto poi, mentre chiudevamo la rivista, il resoconto di uno straordinario viaggio, artistico-spirituale, della nostra carissima amica Cristina Laspia. E per ultimo, ma non per importanza, vi segnalo l'articolo della psicologa Giusi Polizzi, *Il karma. Tra Oriente e Occidente*, che approfondisce, da varie angolazioni, il tema della sofferenza e del karma.

Infine, con vari articoli sull'eremitaggio, portiamo a conclusione la ricerca sul monachismo iniziata sul n. 113 [di settembre/ottobre 2010], con l'articolo di Francesco Comandini, dal titolo: *Nuove comunità monastiche nella Chiesa*. Spero vi sia stata utile.

In realtà, nell'Occidente cristiano, i termini "monaco" ed "eremita" indicano realtà diverse. L'eremita è colui che vive il rapporto con Dio nella solitudine, mentre il "monaco" lo vive in una dimensione più cenobitica.

Sono però convinto che il rapporto con Dio debba necessariamente avere sia una dimensione più personale e diretta, che va vissuta in solitudine, senza la quale questo rapporto perde in profondità e ricchezza, e perde inoltre la dimensione della "ricerca" e del "discernimento", sia una dimensione più cenobitica e comunitaria, mancando la quale, a volte, si rischia di perdere la giusta direzione di marcia, direzione che il Signore spesso ci suggerisce per mezzo della nostra Comunità di appartenenza: la famiglia o altro. Senza la dimensione comunitaria perdiamo, inoltre, la possibilità di accogliere la sofferenza che ci viene dagli altri e di purificarci, per crescere, per amare e stare nella gioia che Dio ci dona per mezzo dei fratelli. E si perde la dimensione dell'obbedienza: essenziale nel cammino cristiano. Credo che queste due dimensioni debbano trovare un

---

equilibrio armonico, diverso però per ogni uomo, perché ognuno di noi è diverso dall'altro e, per questo motivo, riceve una personale chiamata speciale.

Sono altresì convinto, che ogni cristiano che voglia vivere in pienezza la propria vocazione abbia l'obbligo di sperimentare e approfondire questa dimensione monaco/eremitica. Significative, in questo senso, sono le seguenti parole di Oliver Clement, teologo ortodosso, recentemente scomparso:

*“Ogni fedele, simbolicamente tonsurato all'atto del battesimo, deve partecipare a suo modo a questa spiritualità, e parecchi teologi contemporanei parlano a questo proposito di “monachesimo interiorizzato” (il matrimonio non fa problema perché la castità designa l'integrità spirituale, e il matrimonio può dunque essere casto)”.*

Nel chiudere l'anno, volevo infine spendere qualche parola sul *Cammino della Santa Presenza*, che mi sembra proceda con una crescita lenta ma costante, e dopo che nei primi due anni si sono alternati molti partecipanti, con un equilibrio del “gruppo” abbastanza precario,

quest'anno, i partecipanti agli incontri sono stati molto “fedeli”. Credo che questo sia un “segno” di radicamento nel *Cammino*, e la cosa fa ben sperare per il futuro.

Mi sembra di aver detto quello che avevo a cuore. Ora non mi resta che augurarvi il necessario periodo di riposo estivo, con l'augurio che vi ricarichi di energie, meglio se consumato in luoghi dello spirito.

Allego il bollettino di c.c.p. per il rinnovo dell'abbonamento. Le quote sono rimaste invariate rispetto allo scorso anno e sono quindi:

35 [euro] ordinario, 50 amici, 100 sostenitori. E per l'estero:

60 per i paesi europei e 70 per quelli extra\_europei.

Un caro saluto e un abbraccio a tutti.

Roma, 8 Giugno 2011

Pasquale Chiaro

---

Novità EDIZIONI LA PAROLA

IL FILO DELLO YOGA  
*L'esperienza del gruppo di Milano*

dall'insegnamento di Gérard Blitz

Note tecniche: pagine 212, prezzo 22 euro

---

Queste pagine vivono dell'insegnamento di Gérard Blitz.

Sono infatti degli appunti presi negli innumerevoli incontri da lui tenuti col gruppo di Milano.

Il fiorire spontaneo della sua inesauribile capacità di unire e trasformare, d'essere - propria di chi sa trasmettere - è contagioso. Ne è viva testimonianza questo libro che riassume gli appunti delle sue conferenze.

È stato scritto al ritmo lento e naturale del corpo, delle pause del respiro, dei suoi spazi di silenzio attivo. Anche la punteggiatura è stata omessa, affinché leggendo sia possibile penetrare nelle sospensioni del testo liberamente, con la propria personalità, la propria comprensione. Anche il linguaggio, semplice e preciso, rinvia continuamente all'esperienza di colui che legge.

Nel rispetto di tutto ciò, fra la pratica e la lettura, non esiste separazione.

Carla e Ivano

*Questo libro è la trascrizione e l'interpretazione dell'insegnamento da me dato, nel corso di sette anni, al "Gruppo di Milano".*

*È opera di Carla Sgroi e Ivano Gamelli, ai quali voglio prima di tutto rendere omaggio. Ciascuna interpretazione di un insegnamento diviene, a sua volta, un nuovo insegnamento.*

*Desidero qui ringraziare tutti i componenti del gruppo, che con la loro straordinaria fedeltà, e con il loro instancabile interesse, mi hanno permesso di insegnare nelle condizioni migliori.*

---

*Grazie a Renata Angelini e Moiz Palaci che hanno assicurato il buon funzionamento e l'armonia del gruppo. Grazie anche al mio amico dott. A. Calzolari che, facendo parte del gruppo, è stato per me inestimabile collaboratore.*

*Mi è stato chiesto di introdurre questo libro con una presentazione dello Yoga.*

*Sono felice di farlo.*

#### INTRODUZIONE

*La domanda che ci possiamo porre è quella di sapere perché pratichiamo lo Yoga. La risposta a questa domanda è semplice.*

*Lo Yoga è un mezzo che ci permette di migliorare la qualità della nostra vita.*

*Questo mezzo (lo Yoga) è concreto, chiaro e preciso. Non vi è alcun mistero nella sua pratica, alcun spazio per l'immaginazione.*

*Sappiamo che facendo certe cose noi otteniamo certi effetti. La scienza neurofisiologica moderna conferma ciò che avevano intuito i grandi maestri*

*del passato.*

*Fondamentalmente lo Yoga equilibra le nostre funzioni, facilita la regolazione e la coordinazione involontaria del funzionamento estremamente complesso del corpo. È attraverso l'equilibrio del corpo, attraverso l'equilibrio fisiologico, che creiamo le condizioni per l'equilibrio psicologico, psichico, di cui noi siamo profondamente mancanti. Questa è la ragione d'essere dello Yoga.*

*C'è un segreto nello Yoga. È racchiuso nella sua trasmissione, che è iniziatica: avviene da una persona ad un'altra.*

*La difficoltà di questa trasmissione è resa evidente dal fatto che l'esperienza è sempre differente, sempre nuova non potendone mai esistere due che siano identiche. La persona stessa è diversa ogni giorno. Inoltre all'inizio non si tratta di un sapere, poiché nello Yoga la conoscenza nasce dall'esperienza. Nello Yoga si scopre ciò che già esiste, sviluppando la coscienza di sé allo scopo di situarsi al livello estremamente sottile del funzionamento del corpo.*



---

*Ecco l'essenziale. L'unità (Yoga) di cui si parla, riguarda il corpo e il mentale. Noi siamo prigionieri degli automatismi del circuito mentale, della dipendenza dalla memoria. La nostra vita è predeterminata perché le nostre risposte sono predeterminate. La pratica dello Yoga consiste nel liberarci da questa dipendenza, nel ritrovare la libertà del pensiero e dell'azione e, per naturale conseguenza, la creatività e l'amore. Più semplicemente e profondamente, la disponibilità agli altri.*

*Bisogna chiarire un malinteso. Generalmente si pensa che lo Yoga sia legato ad una forma e che si debba fare uno sforzo per copiarla. Appena si dice "Yoga", l'immagine che si presenta è quella di una persona seduta, le gambe incrociate, gli occhi chiusi. Disincantatevi: Yoga è uno stato. Occorre partire da un dato di fatto: uno stato non lo si può comprendere pienamente, solo passando attraverso il significato delle parole, attraverso la lettura, lo studio, l'accumulazione di un sapere. Uno stato non può che essere sperimentato, vissuto. Vedete allora in che cosa si esprime*

*l'originalità dello Yoga? In che cosa è così particolare la sua Via?*

*Non si tratta neanche di isolarsi nello Yoga. Ecco ancora un'idea sbagliata. Lo Yoga non è una scienza astratta o teorica e neppure un sistema o un metodo, ma consiste nello sviluppare, nell'amplificare e approfondire la coscienza, che è il contrario della dispersione e della confusione. È ciò che chiarisce, che semplifica, che decondiziona, che ci consente di vivere la vita pienamente nell'esperienza di ogni istante.*

*I mezzi che abbiamo, lo ripetiamo, sono semplici e concreti, esatti. Lo Yoga è una pratica aperta che si realizza a partire da ciascun individuo, nel rispetto della sua personalità, della sua morfologia. Ci sono dei mezzi precisi perché ciò sia possibile. È grazie a questa libertà, grazie alla scoperta ininterrotta che ogni individuo fa, che troviamo gran piacere e gioia nelle nostre pratiche.*

*C'è ancora qualcosa da aggiungere. Gli scopi dello Yoga sono degli scopi sociali positivi, che non trovano relazione né*

---

*giustificazione con atteggiamenti di tipo serio ed esclusivo. Cerchiamo solo di portare nella vita di tutti i giorni le conseguenze, gli effetti delle nostre pratiche, di essere disponibili a condividere, con chi lo desidera, la nostra esperienza.*

*Lo Yoga è una chiave, una consapevolezza che prepara e risolve. Esso decondiziona, disingombra, dà accesso alla spontaneità, alla creatività, permette di ricevere, di ricevere gli altri. Di ricevere Tutto.*

*La pratica dello Yoga non è particolarmente legata ad una cultura. All'origine essa era indiana, ora è anche occidentale, sta diventando per noi sempre più occidentale. Dobbiamo riflettere concretamente a partire da ciò che siamo, per giudicare l'opportunità di praticare lo Yoga.*

GÉRARD BLITZ

DIAMO DI SEGUITO L'INDICE DEL LIBRO

*Il filo*

INTRODUZIONE di Gérard  
Blitz [pag. 8]

1. LO YOGA PRELUDE A  
TUTTO [pag. 13]

Nāthamuni IX secolo  
Il ritmo dell'essere  
I due circuiti  
Yoga e coscienza  
La nozione impersonale  
di Dio

2. LE REGOLE DEL GIOCO  
[pag. 75]

Il genio dello Yoga-Sūtra  
di Patañjali  
Il grande filo conduttore  
l'Aṣṭāṅga Yoga

3. I MEZZI [pag. 99]

L'azione da Āsana a  
Prāṇāyāma  
La conseguenza dell'azione:  
Dhyāna  
L'esperienza spontanea  
dei Bandha  
La pulsazione Bṛ̥mhaṇa-  
Laṅghana

4. LA TRASMISSIONE  
DELLO YOGA [pag. 165]

La tecnica e il Corpo  
La creatività

---

## 5. LO SCOPO: VIVERE

[pag.185]

La pratica ad ogni istante  
Abhyāsa Vairāgya  
L'ego si dissolve